



## LIEBE KOLLEGINNEN UND KOLLEGEN, LIEBE WSB-INTERESSIERTE,

die Jahreswende ist auch die Zeit der guten Vorsätze. Meist steht die eigene Person im Mittelpunkt. So nimmt man sich vor im neuen Jahr gesünder zu leben, sich mehr zu bewegen, weniger zu essen, oder sich mehr um seinen Nächsten zu kümmern. Manch einer setzt sich auch konkrete Ziele im privaten, wie im beruflichen Bereich. Wir, das WSB-Team, werden weiterhin unser Bestes geben, um den Auftrag, mehr Bewegung in den Schulalltag zu bringen, zu erfüllen. Dazu brauchen wir aber weiterhin viele engagierte Helferinnen und Helfer. Dies würden wir uns für das anstehende neue Jahr erhoffen.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Nächsten ein gesundes, erfolgreiches und gutes neues Jahr 2014!

Ihr WSB-Team

## • WSB: NACHRICHTEN

### ERSTE GEMEINSCHAFTSSCHULE ALS WSB-SCHULE ZERTIFIZIERT

Im Dezember 2013 wurde die vierzigste WSB-Schule zertifiziert. Sie ist zugleich die erste Gemeinschaftsschule in Baden-Württemberg, die das begehrte Zertifikat erhielt. Es ist die Gemeinschaftsschule im Eichholz, Sindelfingen. Herzlichen Glückwunsch und vielen Dank für das große Engagement von Schulleitung und Kollegium, die ihren Schülerinnen und Schülern vielfältige Bewegungsmöglichkeiten im Schulalltag bieten.

### FREIWILLIGES SOZIALES JAHR (FSJ) – SPORT UND SCHULE

Am 25. Oktober 2013 haben in Heidenheim Kultusminister Andreas Stoch MdL und Dieter Schmidt-Volkmar, Präsident des Landessportverbandes Baden-Württemberg e. V. (LSV) das „Freiwillige Soziale Jahr (FSJ) Sport und Schule“ vorgestellt. In diesem Schuljahr entsenden Sportvereine erstmals junge Frauen und Männer, insgesamt 46 Freiwillige, für das „FSJ Sport und Schule“ an baden-württembergischen Schulen. Sie unterstützen die Schulen im Bereich des außerunterrichtlichen Schulsports, zum Beispiel bei Sport-AGs oder Schulsportwettbewerben sowie bei Bewegungs- und Spieleangeboten, die über den regulären Unterricht hinausgehen. Dies bietet den Vereinen die Möglichkeit, Kooperationen mit Schulen aufzubauen sowie Bewegung, Spiel und Sport fest in den Schulalltag zu verankern. Initiatoren des Modellprojektes sind die Baden-Würt-

tembergische Sportjugend (BWSJ) im Landessportverband Baden-Württemberg e. V., das Ministerium für Kultus, Jugend und Sport sowie die Stiftung Sport in der Schule Baden-Württemberg.

### „FIT4FUTURE“-KONGRESS IN BAD GRIESBACH



Vom 3. bis 6. November 2013 fand in Bad Griesbach der „fit4future“-Kongress statt. Eingeladen waren zahlreiche Organisationen, die sich mit den Themen Gesundheit, Ernährung und Bewegung im Kindes- und Jugendalter beschäftigen. Ziel dieses Kongresses war es neben dem Transfer wissenschaftlicher Erkenntnisse, Non-Profit-Organisationen Hilfen und Unterstützung zur Wahrnehmung ihres Anliegens, zur Spenden-Generierung und zur Netzwerk- und Kontaktpflege anzubieten. Im Rahmen des «fit4future» Kongresses wurden am 5. November die «fit4future»-Awards 2013 verliehen.

Die Preisträger:

Kategorie Ernährung: „denkbar Schulfrühstück“ des Sternstunden e.V.

Kategorie Bewegung: „Walking Bus – der aktive Schulweg“

Kategorie Ernährung/Bewegung: „TigerKids – Kindergarten aktiv“

Der «fit4future»-Ehren-Award ging an brotZeit e.V., das Schulfrühstück-Projekt der Schauspielerin Uschi Glas und ihres Ehemanns Dieter Hermann.

Quelle und Infos: [www.fit-4-future-kongress.de](http://www.fit-4-future-kongress.de)

## INHALT:

Seite 1:

- Nachrichten

Seite 2:

- Fortbildungen

Seite 3:

- Fundgrube

Seite 3 und 4:

- Shop und Linktipps

Seite 4 und 5:

- Praxistipps

• **WSB: FORTBILDUNGEN**

**KONGRESS SPORT UND NACHHALTIGKEIT**

Sport ist ein idealer Spielraum für nachhaltiges Handeln: Energie, Ehrgeiz, Engagement, Teamgeist und unterschiedlichste Talente treffen hier zusammen. Die beste Voraussetzung, um nachhaltige Ideen dauerhaft zu verankern.

Im SpOrt Stuttgart, 07. Februar 2014, 10 bis 15 Uhr.

Infos und kostenlose Anmeldung unter [sport@nachhaltigkeitsstrategie.de](mailto:sport@nachhaltigkeitsstrategie.de)

**DIDACTA IN STUTTGART**

Auf der didacta, die vom 25.03.2014 - 29.03.2014 in Stuttgart, Landesmesse am Flughafen stattfindet, werden auch Veranstaltungen zum Thema ScienceKids stattfinden. Diese werden von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Landesinstituts für Schulsport, Schulkunst und Schulmusik (LIS) gestaltet.

Infos zur didacta unter

[www.messe-stuttgart.de/didacta/](http://www.messe-stuttgart.de/didacta/)

**KONGRESS VISION BEWEGUNGSKINDER**



Vom 27.06. bis 28.06.2014 findet in Heidelberg der Kongress Vision Bewegungskinder statt. Veranstalter ist die Universität Heidelberg.

Infos unter [www.visionbewegungskinder.de](http://www.visionbewegungskinder.de)

**WSB - DIE INITIATIVE**



Wollen Sie und Ihre Schule Teil der WSB-Initiative werden?

Einen **Anmeldeantrag** zum Downloaden und **Hinweise** zur WSB-Initiative finden Sie unter:

[www.lis-in-bw.de](http://www.lis-in-bw.de)

Unterpunkt „**Bewegungsfreundliche Schule**“.

**WSB-LEITFADEN „SCHULE BRAUCHT RHYTHMUS UND BEWEGUNG“**

Der **WSB-Leitfaden**, der umfassende Infos und Tipps zur WSB-Initiative enthält, kann beim Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg, Referat 52 (Sport und Sportentwicklung), Postfach 103442, 70029 Stuttgart für 9,20 € bestellt werden.

Fax-Bestellnummer (0711) 2792795 oder per Post.

**KINDERTURNKONGRESS IN STUTTGART**



Vom 28. bis 30. März 2014 findet im SpOrt in Stuttgart der Kinderturnkongress 2014 statt. Das Motto lautet „Bildung durch Bewegung – von Anfang an!“

Auch hier ist das LIS mit Vorträgen zu den Themen Training exekutiver Funktionen und ScienceKids vertreten.

Infos unter [www.kinderturn-kongress.de](http://www.kinderturn-kongress.de)

**SPORT-FORTBILDUNGSTAG AM SSA LUDWIGSBURG**

Das Regionalteam Sport am Staatlichen Schulamt Ludwigsburg veranstaltet am Freitag, den 21.2.2014 auf dem Gelände der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg einen Fortbildungstag für das Fach Sport. Neben einem Grundsatzreferat zum Thema „Gehirn und Sport - Neueste Erkenntnisse der modernen Hirnforschung zu sportmotorischem Lernen und Förderung kognitiver Leistung durch Bewegung“ werden verschiedene Workshops angeboten.

Infos und Anmeldung zum Fortbildungstag unter [www.schulamt-ludwigsburg.de](http://www.schulamt-ludwigsburg.de)

## • WSB: FUNDGRUBE

### **BEWEGTE SCHULE NIEDERSACHSEN**

„Es geht darum, die innere Bewegung zu aktivieren, denn innere Bewegung geht äußerer voraus. Diese Bewegung muss alle erreichen, vor allem die Lehrerinnen und Lehrer, um das System Schule in Bewegung zu bringen. Bewegung muss im Kopf von Verantwortlichen beginnen, damit sie nicht in erstarrten Strukturen von Schule stecken bleibt.“

Aus: *Bewegte Schule Gesunde Schule Niedersachsen online* [www.bewegteschule.de](http://www.bewegteschule.de)

### **DIE FÖRDERUNG EXEKUTIVER FUNKTIONEN**

Frieder Beck und Dr. Sabine Kubesch haben in der Zeitschrift „Erziehung & Unterricht“ (Band 7&8) (Österreich)

<http://www.oebv.at/sixcms/list.php?page=titelfamilie&titelfamilie=Erziehung+und+Unterricht&modul=startseite/>

einen lesenswerten Artikel mit dem Titel „Die Förderung exekutiver Funktionen in kleinen Sportspielen in der Grundschule – ein neurobiologisch motivierter Ansatz“ veröffentlicht.

### **BILDUNG BRAUCHT BEWEGUNG**

„Die Menschen vor Ort an den Schulen sind es, die positiven Einfluss auf die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen haben können. So brauchen wir Lehrkräfte, die selbstverständlich in der Lage sein müssen, Unterricht mit hoher fachlicher und pädagogischer Kompetenz zu planen, durchzuführen und zu bewerten. Sportlehrerinnen und Sportlehrer aber auch, die Bewegung, Spiel und Sport über den Sportunterricht hinaus im Schulalltag repräsentieren: Im Sinne einer bewegungsfreundlichen Schule, Rhythmisierung des Schultags und eines gelungenen schulsportlichen Wettkampfangebots.“

Andreas Stoch, MdL Minister für Kultur, Jugend und Sport

Aus: *FoSS-Newsletter Nr. 27 August 2013* [www.foss-karlsruhe.de](http://www.foss-karlsruhe.de)

### **FAKTOREN GELINGENDEN LERNENS**

Texte, Vorträge und Videos (z. B. Faktoren gelingenden Lernens) zum Thema Lernen und exekutive Funktionen findet man unter:

[www.learningfactory.ch/portfolio.php](http://www.learningfactory.ch/portfolio.php)

## • WSB: SHOP UND LINKTIPPS

### **F. MESS, M. OSSIG & A. WOLL: BEWEGTE PAUSEGESTALTUNG**

Bewegung fördert Lernen - aus diesem Grundsatz ist das Konzept der bewegten Schule entstanden. Deshalb verfolgt das Hauptaugenmerk des Buches die praktische Umsetzung im Schulalltag. Dies wird in zwei Bausteinen verfolgt:



- die Bewegungspause (für eine aktive Pause als Unterbrechung des Unterrichts im Klassenzimmer)
- die bewegte Pausengestaltung (Bewegung und Spiel in der Mittagspause)

Zu beiden Bausteinen findet man jeweils eine umfangreiche Übungssammlung.

Co-Autorin Maren Ossig ist WSB-Multiplikatorin.

Hofmann-Verlag, Schorndorf, 21,90 €

### **B. HECKMAIR, W. MICHL: VON DER HAND ZUM HIRN UND ZURÜCK – BEWEGTES LERNEN IM FOKUS DER HIRNFORSCHUNG**

Hirnforscher haben eine neue Debatte um Erziehung und Bildung angefacht. Ihre Protagonisten erklären den etablierten Erziehungswissenschaftlern und ignoranten Institutionen, wie Lernen funktioniert. In diesem Buch geht es um die Emotionen und das Erleben, den Körper und die Bewegung, die Gruppe und die Gemeinschaft. Welche Rolle spielen sie beim Lernen?

Ziel-Verlag, Augsburg, 19,90 €

### **SITZCHECK**

Die Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb) hat einen Sitz-Check entwickelt, mit dem man das Sitzverhalten und das Wissen zum Sitzenden Lebensstil hinterfragen kann. Nach fünf Minuten erhält man die Einschätzung des Sitz-Typs und entsprechende Empfehlungen für den Alltag

Mehr unter: <http://pebonline.de/sitz-check.html>

• **WSB: SHOP UND LINKTIPPS**

**SCIENCEKIDS-HANDREICHUNG FÜR DIE SEKUNDARSTUFE 1**



Eine Handreichung mit Experimenten, Versuchsanleitungen, Arbeitsblättern, Checklisten und vielem mehr zu den fünf zentralen Themen Energie, Wasser, Anatomie, Sinne und Lebensmittel ist erhältlich beim:

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg  
 Referat 52 (Sport- und Sportentwicklung)  
 Postfach 10 34 42  
 70029 Stuttgart  
 Bestellung per Post oder Fax (0711 2792795)  
 Preis: 9,80 Euro (einschließlich Mehrwertsteuer und Versand)

**Alle Arbeitsblätter** können zudem online zum kostenlosen Downloaden abgerufen werden unter

- [www.sciencekids.de](http://www.sciencekids.de) bzw.
- [www.sciencekids.de/lehmaterial.html](http://www.sciencekids.de/lehmaterial.html)

**DAS KREATIVE KLASSENZIMMER: BEWEGUNGSKARTEI**

Die Bewegungskartei, die vor allem für die Unterstufe geeignet ist, bietet vielfältige Anlässe für die Rhythmisierung der täglichen Lernpraxis. Alle 100 Ideen und Impulse lassen sich ohne großen Zeit- und Materialaufwand umsetzen und leisten somit einen wichtigen Beitrag zum Bewegten Unterricht. Die Gliederung in die Felder Aktivierung, Konzentration und Entspannung ermöglichen eine schnelle Orientierung und einen zielgerichteten Einsatz der Bewegungsintervalle - auch für fachfremde Lehrkräfte. Neueste neurobiologische Erkenntnisse wurden bei der Auswahl berücksichtigt, so dass die exekutiven Funktionen gezielt geschult werden können. *Preis: 39,90 €*

[www.daskreativeklassenzimmer.de](http://www.daskreativeklassenzimmer.de)

**EKZEKUTIVE FUNKTIONEN UND SELBSTREGULATION**



Verschiedene Produkte wie eine Broschüre, CDs, Poster oder Bücher zum Thema exekutive Funktionen und Selbstregulation findet man beim VERLAG BILDUNG plus. Mehr unter:

[www.verlag-bildungplus.org/index.html](http://www.verlag-bildungplus.org/index.html)

• **WSB: PRAXIS-TIPPS**

**HANDREICHUNG FÜR DIE SCHULE**

„Förderung exekutiver Funktionen durch Bewegung – eine Lehrer/innen-Handreichung für die Schule“ so heißt eine umfangreiche Zusammenstellung von Wolfgang Stöglehner, die kostenlos unter:

<http://www.eduhi.at/dl/LehrerHandreichung.pdf>

downloaded werden kann. Neben einer theoretischen Aufarbeitung des Themas enthält die Broschüre zahlreiche Beispiele und Übungen sowohl im Sportunterricht als auch im Fachunterricht zur Förderung der exekutiven Funktionen bei Kindern und Jugendlichen.



## • WSB: PRAXIS-TIPPS

### TRAINING EXEKUTIVER FUNKTIONEN

#### Bewegungspause: König und Untertan

Die Schülerinnen und Schüler gehen paarweise zusammen. Sie stellen sich im Raum so auf, dass die Partner nebeneinander stehen. Sie legen fest, wer zunächst der König (K) und wer der Untertan (U) ist.

(K) sagt (U), wo er sich jeweils hinstellen soll. Dies sollte er bei allen Übungen 10 bis 12 Mal tun. Nach jeder Übung tauschen die Partner die Rollen und machen dieselbe Übung noch einmal.

#### Grundübung

In beliebiger Reihenfolge sind 4 Anweisungen möglich:

- sagt (K) „**Vorne**“, dann soll sich (U) vor (K) stellen
- sagt (K) „**Hinten**“, dann soll sich (U) hinter (K) stellen
- sagt (K) „**Rechts**“, dann soll sich (U) rechts neben (K) stellen
- sagt (K) „**Links**“, dann soll sich (U) links neben (K) stellen

#### Variante 1

##### Schwierigkeitsstufe 1

Es gelten die Regeln der Grundübung. Statt der Begriffe „Hinten“ und „Vorne“ wird vom (K) eine **Zahl** z. B. **1** oder **2** gesagt, die zuvor von der Lehrperson einer Position zugeordnet wurde:

- sagt (K) „**1**“, dann soll sich (U) vor (K) stellen
- sagt (K) „**2**“, dann soll sich (U) hinter (K) stellen

Nach 10 bis 12 Positionswechsel erfolgt Rollenwechsel.

##### Schwierigkeitsstufe 2

Nun werden **auch** den Positionen „Rechts“ und „Links“ jeweils eine bestimmte **Zahl** z. B. **3** und **4** zugeordnet:

- sagt (K) „**3**“, dann soll sich (U) rechts neben (K) stellen
- sagt (K) „**4**“, dann soll sich (U) links neben (K) stellen

(K) kann nun wie bei der Grundübung zwischen vier Positionen durch Nennung einer Zahl von 1 bis 4 beliebig wechseln.

##### Schwierigkeitsstufe 3

(K) kann entweder (U) mit einem Wort („Hinten“, „Vorne...“) oder einer Zahl (von 1 bis 4) sagen, wohin er sich stellen soll.

#### Variante 2

##### Schwierigkeitsstufe 1

Es gelten die Regeln der Grundübung. Nachdem (K) eine Anweisung gegeben hat (z. B. „**Rechts**“), kann er sich zusätzlich um 45 oder 90 Grad in eine der beiden Richtungen drehen. (U) muss auch auf die veränderte Position von (K) reagieren.

##### Schwierigkeitsstufe 2

Wie bei Variante 1 nennt (K) nur eine Zahl von 1 bis 4. Zusätzlich kann er sich um 45 oder 90 Grad in eine der beiden Richtungen drehen.

##### Schwierigkeitsstufe 3

(K) kann (U) entweder mit einem Wort („Hinten“, „Vorne...“) oder einer Zahl (von 1 bis 4) sagen, wohin er sich stellen soll. Zusätzlich kann er sich um 45 oder 90 Grad in eine der beiden Richtungen drehen.

Zusammengestellt von Franz Platz, Stuttgart nach Elisabeth Orthbauer, 2013



Gut geruscht?

Das WSB-Team  
wünscht allen  
Leserinnen und  
Lesern der WSB-POST  
ein bewegtes gutes  
Neues Jahr 2014!