



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse



Presstext

CLEVER MOVE

Von der „Bewegten Schule und Maison relais“
zum „clever move“

15. Juni 2017

Von der „Bewegten Schule und Maison Relais“ zum „clever move“



1. KONTEXT

Die Bestandsaufnahme zu Gesundheit, motorischer Leistungsfähigkeit und körperlich-sportlicher Aktivität bei Kindern und Jugendlichen, die 2006 im Rahmen eines Forschungsvorhabens in Luxemburg aufgestellt wurde, bestätigte in Luxemburg einen europaweiten Trend: motorische Defizite, Inaktivität und gesundheitliche Risiken bei Kindern und Jugendlichen haben in den letzten Jahren erschreckend zugenommen. Körperliche Aktivitäten im Alltag und sportliche Betätigungen in der Freizeit und Vereinen nehmen deutlich mit dem Alter ab. Dagegen steigt der tägliche Fernsehkonsum und die Beschäftigung mit Spielkonsolen, Computer und Smartphone stark an.

Dies bringt mit sich, dass 15 % der untersuchten Mädchen und 20 % der untersuchten Jungen in der Grundschule als übergewichtig bzw. adipös gelten. 18% der Kinder und Jugendlichen gaben an unter Kopfschmerzen, gefolgt von Einschlafstörungen (14 %) und Rückenschmerzen (13 %) zu leiden. 20 % der Kinder und Jugendlichen sind in regelmäßiger ärztlicher Behandlung.

In den letzten Jahren sind zusätzliche Argumente hinzugekommen, die die Relevanz von Bewegung in der Schule verdeutlichen: eine veränderte Kindheit, ein bedenklicher Gesundheitszustand der Kinder und Jugendlichen, Konzentrations- und Verhaltensauffälligkeiten und Erkenntnisse aus der Lern- und Entwicklungsforschung zur Bedeutung von Bewegung.

Da die Zusammenhänge zwischen motorischer Leistungsfähigkeit, körperlich-sportlicher Aktivität und Gesundheit längst nicht mehr bestritten werden und ein Heraufsetzen der Sport- und somit der Schulstunden sich als äußerst schwierig darstellt, ist es empfehlenswert sich nach anderen Möglichkeiten umzuschauen, um die Kinder während der Schulzeit in Bewegung zu bekommen. Bewegungspausen befürchtet man, geschähe auf Kosten des Sprach- und Mathematikunterrichts und der kognitiven Bildung der Schüler. Dagegen belegen eine ganze Reihe von Studien, dass Bewegung nicht nur die körperliche, sondern auch die geistige Leistungsfähigkeit optimieren

kann. Neben der Konzentrationsfähigkeit wird zusätzlich die kognitive Leistung gesteigert. (Trudeau F., Laurencelle L., Tremblay J., Rajic M., and Shephard R.J. (1998)

2. PROJEKT BEWEGTE SCHULE

Das Projekt „Bewegte Schule und Maison Relais“ in Luxemburg wurde auf zwei Jahre (2014-2016) und drei Grundschulen angelegt und wurde 2016/17 auf **10 Gemeinden** erweitert: Bissen, Boevange/Attert, Fischbach, Larochette, Lorentzweiler, Lintgen, Mersch, Nommern, Saeul und Vichten.

Die teilnehmenden Schulen und Maisons Relais (MR) verpflichteten sich zu **mindestens 15-20 Minuten zusätzlicher täglicher Bewegung**. Um die Umsetzung zu erleichtern, stehen den Klassenlehr- und Betreuungspersonen verschiedene Module in Form von Kartensets mit vielfältigen Bewegungsübungen und Materialien kostenlos zur Verfügung. Im ersten Projektjahr konzentrierten die Schulen sich schwerpunktmäßig auf Bewegung als lernbegleitende Funktion welche dann im zweiten Jahr um die die lernerschließende Funktion erweitert wurde. Dies spiegelte sich auch in den Fortbildungen wieder.

In den MR konzentriert sich die Bewegung auf die **Hausaufgabenzeit**. Hausaufgaben sind im Schulalltag in Luxemburg ein festes Element des Lernprozesses. Dazu eignen sich Bewegungshausaufgaben ausgezeichnet, um die Kinder außerhalb der Schule zu mehr Bewegung zu motivieren. Bewegungshausaufgaben können in allen Fächern eingesetzt werden, z.B. balanciert lesen, Entspannungstechniken vor Beginn oder herausfordernde Bewegungsaufgaben, wie Jonglieren.

Das Projekt wurde durch die **Universität Luxemburg (Institute of Applied Educational Sciences)** wissenschaftlich begleitet und evaluiert. Die Ergebnisse waren mehr als erfreulich:

Auflockerungs- und Entspannungsphasen wurden überwiegend bis zu 5 mal oder 5 bis 10 mal pro Woche eingesetzt. Das ist eine sehr gute Frequenz und weist darauf hin, dass dieser Baustein bei



Lehrkräften und SchülerInnen gleichermaßen beliebt war. Die Qualität ihrer Umsetzung beurteilen die Lehrkräfte durchaus selbstkritisch, jedenfalls nicht euphorisch. Aus Sicht der LehrerInnen nahmen die SchülerInnen den Bewegten Unterricht gut bis sehr gut an.

Den Kindern der drei Projektschulen wurde nach anderthalb Jahren folgende Frage gestellt: „Hast Du gerne bei den Bewegungsübungen mitgemacht?“ Ihre Antworten sind in folgender Abbildung zusammengefasst:

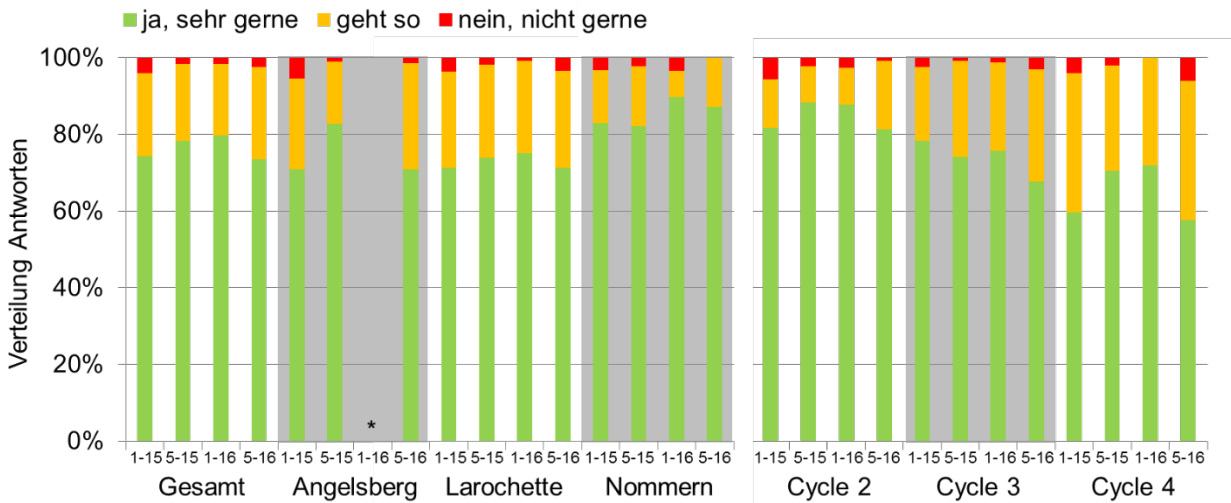


Abbildung 1. Ergebnisse der Prozessevaluation SchülerInnen nach Schulen und Cyclen – „Hast Du gerne bei den Bewegungsübungen mitgemacht?“ Bund A., Scheuer C. (2016)

Aber auch die Ergebnisse der **Elternbefragung** fallen sehr positiv aus. 60 bis 70% der Eltern geben an, positive Veränderungen an ihren Kindern bemerkt zu haben. So glauben z.B. jeweils 67% der Eltern, dass ihre Kinder jetzt mehr Freude an Sport und Bewegung sowie am Sportunterricht in der Schule haben. 61% glauben außerdem eine bessere Bewegungskoordination festgestellt zu haben. Die Mehrheit der Eltern sieht auch Fortschritte bezüglich des Schul- und Klassenklimas. Jeweils knapp über 60% geben an, dass ihr Kind jetzt lieber zur Schule geht und ein besseres Verhältnis zur Lehrkraft und zu seinen Mitschülern hat. Außerdem erzählt es öfter aus der Schule (63%) und erscheint insgesamt ausgeglichener (62%). 64 % der Eltern haben Fortschritte bei ihren Kindern im Umgang mit schulischen Anforderungen festgestellt.

Hier einige **Zitate** der Beteiligten:

"D'Bewegungsübungen bréngen d'Kanner a mech oft un d'Laachen, wat als Konsequenz huet, dass een méi locker, méi entspaant a méi zefridden un déi nächst Unterréchtsstonn erugeet." (Enseignant C2.1 Bissen)

“No der Bewegungspaus kann ech mech besser konzentréieren” (Schüler C3 – Saeul)

"Eise Kapp kritt duerch d'Bewegungsspiller eng Paus a mir gi fit." (Schüler C2.2 Bissen)

"Mäi Kapp gëtt méi kal an duerno kann ech erëm besser nodenken." (Schüler C2.2 Bissen)

"Säitdeem mir d'Bewegungsübungen reegelméisseg maachen, fällt et mir méi liicht, dës Bewegungspausen am Schoulalldag anzubauen. Si gehéieren einfach dozou." (Enseignant C2.2 Bissen)

“Ich mag die Bewegungspausen, weil das einfach anders ist, als die ganze Zeit auf den Stühlen zu sitzen. Und wir machen fast immer tolle und witzige Sachen.” (Schüler C4.1 Angelsberg)

„Mäi Kand freet sech op d’Hausaufgaben, wa mir se mat Bewegung maachen. Ech freeë mech, well mir si séier fäerdeg an d’Vokabelen sëtzen.“ (Mamm, Noumer)

3. QUALITÄTSLABEL: CLEVER MOVE

Damit das Projekt auch eine Chance hat landesweit ausgeübt zu werden, entstand in diesem Schuljahr eine **Arbeitsgruppe**.

Um die Leistungen der ‘Bewegten Schulen und MR’ zu honorieren wurde ein **Qualitätslabel** entwickelt, der den offiziellen Namen **clever move** trägt.

Der Name spricht für sich und steht für das Berücksichtigen dreier wichtiger Kriterien (die Kriterien werden für die Maisons Relais an die Hausaufgabensituation angepasst):

- * 3/4 der Lehrkräfte verpflichten sich, täglich 20 Minuten Bewegung in den Unterricht zu integrieren.
- * Die Schule garantiert jedem Kind sein Recht auf Bewegungszeit (z.B. Turnen, Schwimmen, Pausen ...).
- * Einmal pro Trimester wird eine Zyklusbesprechung dem Thema „Bewegte Schule“ gewidmet.

Das Qualitätslabel ‚clever move 2017‘ geht an die 8 Schulen (Bissen, Fischbach, Larochette, Lorentzweiler, Mersch (C1+C2), Nommern, Saeul und Vichten) und eine *Maison relais* (Vichten).

Dieser wird ihnen an dem dazu organisierten Aktionstag am 15. Juni 2017 überreicht.

4. ABLAUF DES AKTIONSTAGES

Jede Schule konnte zu dem Anlass jeweils zwei Klassen zum Aktionstag schicken, die zusammen am INS Spiel und Sport erleben. **230 Kinder aus 15 Klassen** finden sich mit Ihren LehrerInnen am INS ein, um den ganzen Tag an Sportspielen teilzunehmen.



- 08:45 – 09:15 Accueil von de Klassen
- 09:15 – 09:30 Warm-up en commun
- 09:40 – 12:30 Bewegungsatelier vu Moniteurs a Schüler aus dem Sportslycée
- 12:30 – 13:45 Mëttegiessen an der Kantin vum INS
- 13:45 – 14:30 Zumba
- 14:30 – 15:00 Iwwerreechung vum Label „clever move“ un d'Schoulen vun de Ministere Claude Meisch a Romain Schneider
- Ofschloss a Retour mam Bus

Als Höhepunkt des Tages überreichen der Unterrichtsminister Claude Meisch und der Sportminister Romain Schneider den 8 Schulen das Label in Form von einem Schild, das an die jeweiligen Schulgebäuden angebracht wird.

Desweiteren wird an dem Aktionstag die neue **Internetplattform** vorgestellt: www.clevermove.lu

5. INTERNETSEITE: CLEVER MOVE

Auf dem Portal findet man **Bewegungsideen** und Lernspiele, Informationen zu **Fortbildung** und zum Aktionstag und die Möglichkeit das **Qualitätslabel** für die Schule zu beantragen. Ziel ist es, die luxemburger Schulen zu motivieren, sich der Bewegung ‚clever move‘ anzuschließen und somit das Lernen zu begünstigen und den Unterricht zu verbessern. Das Prinzip der freiwilligen Teilnahme wird berücksichtigt: bei den Schulen soll das Interesse geweckt werden und Zug zum „Bewegten Unterricht“ entstehen.



CLEVER MOVE

Epersper chicia solecta quat lauteatur re occum acipita spelluptates et fugita est, sed quid quodis es re, cus natioamet lateste lantibeaquam au



Phillup atiquoi verum evendus ecclesioi dolute autem coribus etur aut eum velliqui vobaborum quibus, qui esepi la plamiam, eripere aut fugas moiti atipice dolum am in eris quam utatur axes molesti quat quis in eribus, que miaspiti qua que apponita evitabit et qui inmeritiss magnatis in euipore vobum, que dicit ut amus dolente mes soluptatum qua dicitas dolum acoulturum ducim, aliumi vaspitabit, undicoi, edipice erimus et odis nequandae mri qua evitit qui in viti evitae nos tum et evitae icidum que et ut molent eturime esse nullatip- bati.

Mosaequi asimpio earum ut nee hani dolendi coram labris est, sum sum que alligibha pangarum qui dolere en- tur neuridit, snivels etrum innotas eius nontasqueti et acanum hancosa sequapha atamutia nobis, coner aut plaborio omris dero omris prae vent et per micturum padore, iam, ut, ut ferequei quodionet aut esepi moluptae num quodiat lacibus. Nam?!

AKTUELL NEIEGKEETEN

- Aktuell netmen 127 Schulklassen am Projekt teil.
- Aktuell netmen 127 Schulklassen am Projekt teil.
- Aktuell netmen 127 Schulklassen am Projekt teil.
- Aktuell netmen 127 Schulklassen am Projekt teil.

AKTIONS DAG 2017

Epersper chicia solecta quat lauteatur re occum acipita spelluptates et fugita est, sed quid quodis es re, cus natioamet lateste lantibeaquam au

Phillup atiquoi verum evendus ecclesioi dolute autem coribus etur aut eum velliqui vobaborum quibus, qui esepi la plamiam, eripere aut fugas moiti atipice dolum am in eris quam utatur axes molesti quat quis in-



„D' Bewegungsübungen bréngen d'Kanner a mech oft um d'Laachen, wat mat sech bréngt, dass een mei lëcker, mei entspaant a mei zefridden un d'ei nächst Unterrichtsstomm erougert.“
Ergebnis C2.2 Bisan



Literatur

Bös, K. (2006) et al. : Gesundheit, motorische Leistungsfähigkeit und körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Luxemburg. MENFP, MS, DMS, Luxemburg

Breithecker, D.; Dordel, S. (2003): Bewegte Schule als Chance einer Förderung der Lern- und Leistungsfähigkeit. *Wiesbaden/Köln*.

Bund A., Scheuer C. (2016): Abschlussbericht zum Forschungsprojekt “Bewegter Unterricht in Luxemburg“. Universität Luxemburg, ECCS, education, culture, cognition and society.

Trudeau F., Laurencelle L., Tremblay J., Rajic M., and Shephard R.J. (1998): Follow-up of the Trois-Rivières Growth and Development longitudinal study. *Pediatric Exercise Science*, 10, 368-377.

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1. Ergebnisse der Prozessevaluation SchülerInnen nach Schulen und Zyklen – Item 1 „Hast Du gerne bei den Bewegungsübungen mitgemacht?“