

«Schule bewegt»

Mehr Bewegung. Mehr Unterstützung.
Mehr Schule bewegt.

Dominic Müller, DBKS



Bewegung als Bereicherung für den Schulalltag und die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

Der natürliche Bewegungsdrang ist bei Kindern und Jugendlichen besonders ausgeprägt. Bewegung führt zu mehr Ausgeglichenheit und Motivation. Dies wirkt sich im Schulalltag positiv auf die Schülerinnen und Schüler aus. Bewegung ist zudem ein wichtiger Bestandteil des schulischen Lernprozesses. Sie fördert nicht nur die Gesundheit, sondern auch das körperliche und geistige Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler.

Programm «Schule bewegt»

Das Bedürfnis nach Bewegung und die optimale Nutzung des natürlichen Bewegungsdrangs von Kindern und Jugendlichen im schulischen Kontext erfordern von Lehrpersonen eine vielfältige Unterrichtsgestaltung, welche sich auch am Lehrplan 21

orientiert. Genau hier setzt das Programm zur Förderung von Bewegung in Schweizer Schulen von Swiss Olympic, «Schule bewegt», an.

Es bietet Lehrpersonen wertvolle und praktische Unterstützung bei der Integration und Förderung von Bewegung im Klassenzimmer und im Sportunterricht.

Genauso ermöglicht der Unterricht über das Klassenzimmer hinaus, Bewegung im Schulhaus – auch klassenübergreifend – auf vielfältige Weise aktiv zu integrieren und den Schulalltag dynamischer zu gestalten.

Gemeinsam für mehr Bewegung im Schulalltag

Wer bei «Schule bewegt» mitmacht, profitiert nicht nur von den zahlreichen Vorteilen, welche das Programm

bietet, sondern leistet zusätzlich einen wertvollen Beitrag zur Gesundheit der Kinder und Jugendlichen.

Weitere Informationen sowie Angebote (Bewegungsaufgaben) des Programms «Schule bewegt» finden Sie unter: www.schulebewegt.ch



SPORTFACHSTELLE
KANTON SOLOTHURN

Bewegen trotz Sportdispens – Aktiv bleiben mit «ACTIVDISPENS»

Kinder und Jugendliche können nach einer Krankheit oder mit einer leichten Verletzung in der Regel rasch wieder am Sportunterricht teilnehmen – oft mit einfachen Anpassungen der sportlichen Aktivitäten. Trotzdem werden sie in solchen Situationen häufig vollständig vom Schulsport dispensiert.

Das muss nicht sein. Mit dem Programm «ACTIVDISPENS», welches in der Schweiz und in der EU eine geschützte Marke ist, wird Sportlehrpersonen ein praxiserprobtes Instrument angeboten, um teilzeit-dispensierte Schülerinnen und Schüler sicher und sinnvoll am Sportunterricht teilhaben zu lassen. Der Fokus des Programms liegt auf einem differenzierten ärztlichen Dispensationsformular sowie einem klar strukturierten Übungskatalog mit 59 Übungen. Diese ermöglichen, trotz gesundheitlicher Einschränkungen im Sportunterricht aktiv zu bleiben – abgestimmt auf Art und Lokalisation der Verletzung oder Erkrankung.

Gleichzeitig erhalten Ärztinnen und Ärzte die Sicherheit, dass ihre Vorgaben im Unterricht korrekt umgesetzt werden.

Ganzheitliche Unterstützung des Wohlbefindens

Regelmässige Bewegung unterstützt nicht nur die Regeneration und Rehabilitation, sondern wirkt auch der zunehmenden Inaktivität von Kindern und Jugendlichen entgegen. Gerade in einer Zeit, in der Bewegungsräume schwinden und Bildschirmangebote zunehmen, leistet «ACTIVDISPENS» einen wichtigen Beitrag zu einer gesunden körperlichen und psychischen Entwicklung. Zudem fördert das Programm die soziale Integration, damit Schülerinnen und Schüler trotz gesundheitlicher Einschränkungen Teil der Klasse bleiben können.

Unterstützung durch den Kanton Solothurn

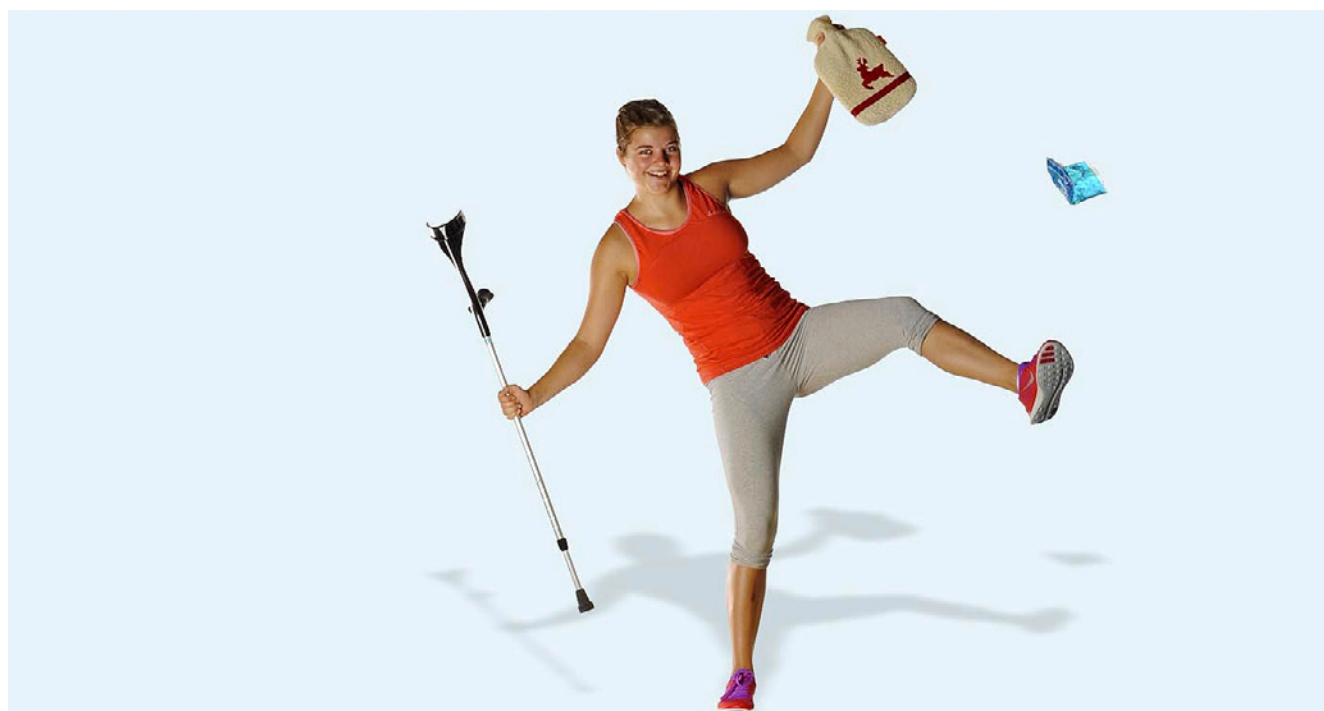
Der Kanton Solothurn will das Programm «ACTIVDISPENS» künftig

aktiv unterstützen und koordinierend begleiten. Ziel ist es, den Einsatz von Teildispensationen zu stärken, Sportlehrpersonen zu unterstützen und gemeinsam mit Schulen, Ärzteschaft und Partnerorganisationen zu Sport und Gesundheit eine gesundheitsfördernde und inklusive Schulkultur weiterzuentwickeln.

Weitere Informationen sowie Materialien (Website, App, Poster) zu «ACTIVDISPENS» entnehmen Sie unter: www.aktivdispens.ch



SPORTFACHSTELLE
KANTON SOLOTHURN



Mobilisport.ch/Activdispens.ch

«ACTIVDISPENS» ermöglicht allen Schülerinnen und Schülern einen Schulalltag mit Bewegung.