

## **Kurzbeschreibungen zu den angebotenen Ateliers der Tagung**

### **1. Pausen(räume) bewegend gestalten**

Die Pause ist oftmals brennendes Thema an einer Schule – wird sie doch von vielen LehrerInnen und SchülerInnen eher anstrengend als erholend empfunden. Eine gut organisierte Pause bietet allerdings großes Potential – Erfahrungen mit der „Bewegten Pause“ zeigen, dass die Realität mit einfachen Mitteln veränderbar ist. Bewegung kann hier sinnvoll eingesetzt werden und kontrollierte Bewegungsaktivitäten reduzieren auch den Pausenlärm. Anhand von Fotos und Videos werden funktionierende Beispiele aus der Praxis (VS, HS/NMS) aufgezeigt, Grundsätze zur Pausen(raum)gestaltung werden besprochen und Pausengeräte können ausprobiert werden.

**Zielgruppe: Lehrpersonen an VS, HS/NMS und AHS-Unterstufe**

### **2. Pedibus – gemeinsam zur Schule mit mehr Bewegung und Verkehrssicherheit**

Der Fußgängerbus („Pedibus“) „fährt“ auf unterschiedlichen Linien, hält sich an Fahrpläne und stoppt an markierten Haltestellen. Die „Mitfahrenden“ sind Schulkinder, die zu Fuß gehen. Ihr Ziel ist die Volksschule, ihr „Chauffeur“ ein ehrenamtlich agierender Schulwegpolizist. Der Pedibus ermöglicht einen Schulweg mit sozialen Kontakten und sorgt für körperliche Betätigung. Damit leistet der Fußgängerbus Dinge, die das Elterntaxi nicht leisten kann. Im Workshop wird anhand eines fiktiven Beispiels die Planung eines Pedibus-Projekts für eine Volksschule durchgespielt. Am Ende des Workshops wird kurz über tatsächlich umgesetzte Pedibus-Projekte berichtet und konkrete Erfahrungen mit dem Pedibus weitergegeben.

**Zielgruppe: Lehrpersonen an VS**

### **3. Hirn such Arbeit – der Körper auch! Bewegt(es) Lernen – Von der Theorie zur Praxis**

Warum Bewegungspausen? Wie funktioniert hirngerechtes Lernen? Das Spannungsfeld zwischen Ruhe und Bewegung ist bei Kindern noch nicht so ausgeprägt und braucht daher einen guten Ausgleich, damit Gesundheit, Wohlbefinden und Konzentration aufrechterhalten bleiben.

Das Kennenlernen verschiedener Merktechniken zum Üben und Abrufen von Lerninhalten in hirngerechter Form und die Frage, wie Lerninhalte in Spiele verpackt werden können sind Inhalt dieses Workshops. Weiters können die TeilnehmerInnen Entspannungsübungen, Spiele, welche die Konzentration fördern und vielseitiges Denken beanspruchen und kurze Bewegungsspiele für Zwischendurch im Workshop kennenlernen. Es ist aktives Arbeiten angesagt! Bitte bequeme Kleidung und Schuhe mitbringen.

**Zielgruppe: Lehrpersonen aller Schultypen**

### **4. Förderung der Selbstregulation (Exekutive Funktionen) durch Bewegung als wichtiger Beitrag für Bildung und Gesundheit**

In der Gehirnforschung wird von den exekutiven Funktionen gesprochen, diese bestehen aus drei Kernelementen: dem Arbeitsgedächtnis, der kognitiven Flexibilität und der Inhibition. Sie sind für den Schulerfolg von entscheidender Bedeutung. Bei gut ausgebildeten exekutiven Funktionen hat

man auch eine gute Selbstregulation, welche für den schulischen Lernprozess, man denke hier nur an die Arbeitshaltung, aber auch für die Gesundheit bzw. den Lebenserfolg von entscheidender Bedeutung ist. Die exekutiven Funktionen beeinflussen viele Bereiche des Lebens positiv.

Im Workshop werden die theoretischen Hintergründe beleuchtet und auch Praxistipps und Hinweise für die Förderung der exekutiven Funktionen im eigenen Unterricht bzw. in der Schule gegeben.

**Zielgruppe: Lehrpersonen aller Schultypen**

## **5. Bewegung bildet – Bildung bewegt**

Lernen und Bewegung gehören zusammen – und Gesundheit fördert den Lernprozess! Das Schulentwicklungskonzept der „Bewegten Schule“ will diese Forderungen mit den drei Handlungsfeldern „Lern- und Lebensraum Schule“, „Unterrichtsqualität“ und „Steuern und Organisieren“ erfüllen. Gelingt es, ein Handlungsfeld zu aktivieren, kann eine ganze Schule in Bewegung kommen. Im Workshop sollen praktische Beispiele aus dem Schulalltag, als auch Beispiele zur Umsetzung der Kriterien an Bewegten Schulen in OÖ. zu mehr Bewegung in den Schulen animieren.

**Zielgruppe: Lehrpersonen an VS**

## **6. Der bewegte Unterricht**

Bewegung ist eine Voraussetzung für eine optimale kognitive, psychische, physische und soziale Entwicklung der Kinder und Jugendlichen. Durch bewegendes und bewegtes Lernen, durch eine lerngerechte Rhythmisierung des Unterrichts sowie durch Bewegungspausen im Unterricht erhöht sich die Aufmerksamkeit sowie die Aufnahmefähigkeit der Kinder und Jugendlichen. Dazu soll in diesem Workshop mit zahlreichen Beispielen aus der Praxis/für die Praxis „bewegend“ Rechnung getragen werden.

**Zielgruppe: Lehrpersonen an HS/NMS und AHS-Unterstufe**

## **7. Brainfood – kann Essen schlau machen?**

Seit geraumer Zeit schwirrt der Begriff „Brainfood“ durch die Werbung und zeigt sich auf Lebensmittelverpackungen. Handelt es sich um einen „Food Trend“ oder um eine Tatsache, dass sich diverse Lebensmittel auf die Konzentrations- bzw. Leistungsfähigkeit auswirken? Im Workshop stellen wir uns der zentralen Frage, ob Essen tatsächlich schlau machen kann. Und wenn ja, was eine „schlaue“ Lebensmittelauswahl ausmacht. Nicht zu vergessen ist, dass die richtige „Energie“ nicht nur wichtig für unser Köpfchen, sondern auch für sportliche Betätigungen ist.

**Zielgruppe: Lehrpersonen aller Schultypen**

## **8. Wohlfühlräume statt Paukerstuben – Leichter lernen durch bewusste Raumgestaltung**

Klassenzimmer vermitteln subtile Botschaften – sie können von „hier hat einer das Sagen“ bis zu „da wird es lustig“ reichen. Vollgefüllte Wände, Sitzpositionen und Möblierung, Belichtung, Beleuchtung und Farben sowie natürlich auch Materialien haben gravierenden Einfluss auf Lernen und Beziehungen im Raum. Die TeilnehmerInnen erkennen die räumlichen Wirkungen auf Kommunikation, Konzentration und Lernfähigkeit. Sie erhalten Werkzeuge, wie sie sich den Raum zur Unterstützung der Lehrtätigkeit „untertan“ machen.

**Zielgruppe: Lehrpersonen aller Schultypen**