



Bewegung und Sport

Pausenludothek PaLuTsch

Mit bewegten Pausen spielerisch den
Aussenraum erobern

Warum

Ein vielseitiges Bewegungs- und Sportverhalten hat nicht nur Einfluss auf die Fitness und die körperliche Gesundheit. Regelmässige Bewegung dient auch der Stressregulation und fördert das Wohlbefinden. Schulen, die Bewegung auch ausserhalb des Sportunterrichts in den Schullalltag integrieren, haben gute Erfahrungen gemacht: Die Schülerinnen und Schüler sind im Unterricht konzentrierter, aufnahmefähiger und haben mehr Freude am Schulalltag. (Aus: PH Zürich, Planungshilfen Gesundheitsförderung und Prävention, 2020)

Stufe

KG–6. Klasse

Umsetzung

Die Schule stellt in der grossen Pause Bewegungs- und Spielgeräte zur Verfügung, die mit einem Spezialausweis ausgeliehen werden können. Diese sind teils in einer Projektwoche von Klassen selbst gebaut worden, teils zugekauft. Jeweils eine Klasse übernimmt Organisation, Verleih, Wartung und Instandhaltung. Die Klassen können Wünsche für Anschaffungen äussern. 3x pro Jahr wird eine lange Spielpause zusammen mit dem Kindertreff organisiert.

Bemerkung

- PaLuTsch läuft seit Herbst 2013, jeweils 3x in der Woche und hat sich als Angebot etabliert.
- PaLuTsch dient den Regel- und Sonderklassen als Bewegungsmöglichkeit im Unterricht.

Schule

Tscharnergut

Stufen

KG–6.Klasse, HPSK

Schulleitungsteam

2 Schulleitungen

Anzahl Schülerinnen und Schüler

300

Grösse Kollegium

50

Organisation Gesundheitsförderung

2 KGF bilden das Gesundheitsteam. Ein KGF ist Mitglied der schulischen Steuergruppe.

Homepage

www.schulkreis-bethlehem.ch
