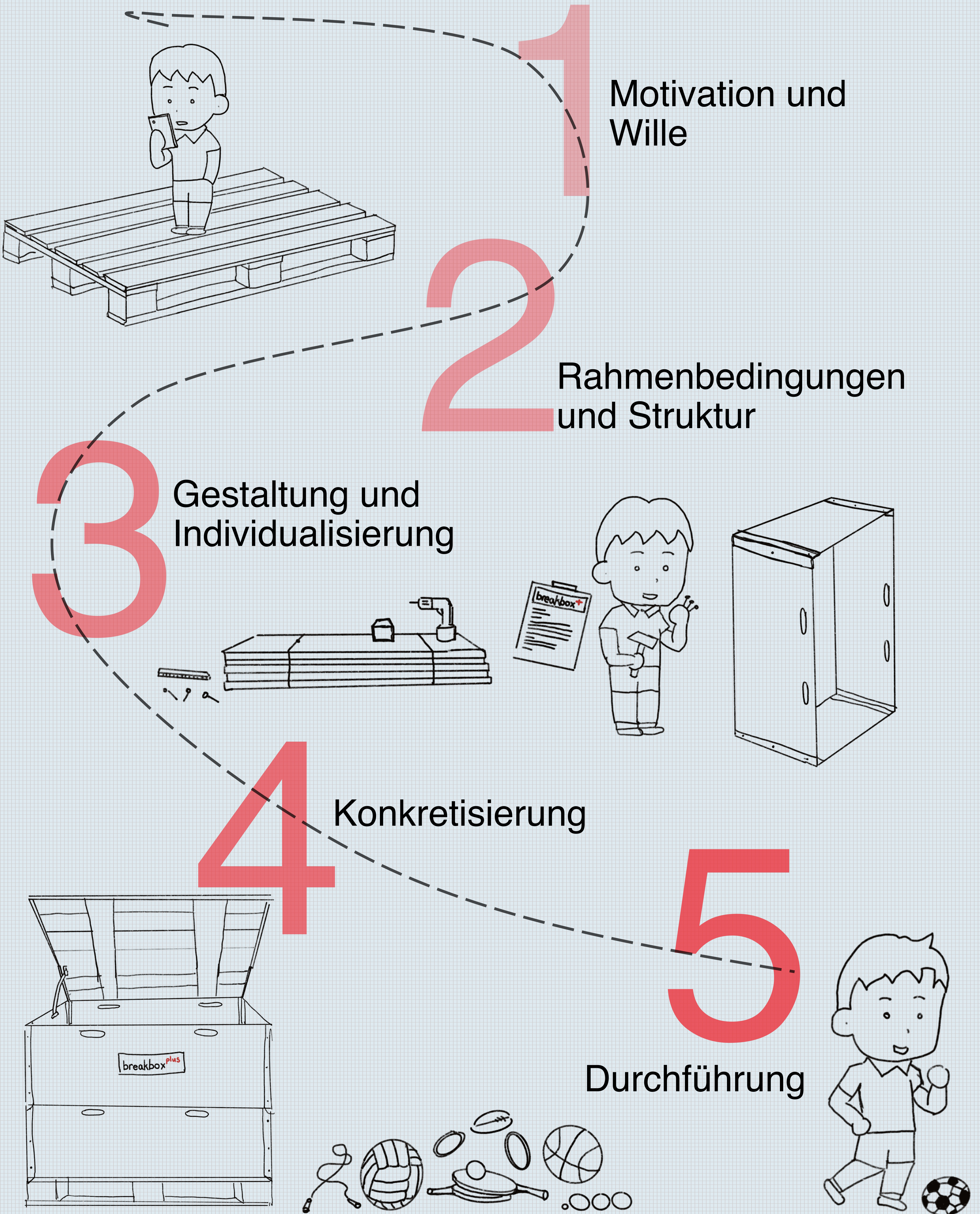


breakbox^{plus}

Keine Bewegung in der Pause – Was tun?



Anleitung zur Bewegungsförderung

Keine Bewegung in der grossen Pause?

Stellen Sie den Schüler:innen eine gut ausgerüstete „breakbox“ zur Verfügung. Beachten Sie dabei folgende Schritte und es wird in Zukunft viel mehr Bewegung auf dem Pausenplatz geben.

1 Die **Schule** muss in erster Linie **hinter dem Projekt stehen** und eine Veränderung in der Pausenkultur der Schüler:innen anstreben wollen. Hierfür muss die Schule **offen** für allfällige Strukturveränderungen sein und **bereit** sein, einen kleinen Aufwand in Kauf zu nehmen.

- Aufklärung über Bewegungsmangel in der Schule
- Ressourcen bereitstellen

2 Zuerst soll eine **Struktur und die Rahmenbedingungen** für die Implementierung der breakbox in das Pausensetting festgelegt werden.

- Verantwortliche Person bestimmen
- grober Zeitplan festlegen
- Bewegungschef:innen definieren
- verfügbare Ressourcen festlegen

3 In einem nächsten Schritt wird die breakbox sowie das Bewegungsprogramm **individuell gestaltet**. (Hilfe auf www.breakboxplus.ch)

- Material bestimmen (Bälle, Schläger, Leibchen usw.)
- Ausformulierung der Spielideen (Ort, Dauer, Anzahl SuS, Regeln usw.)
- Bau der breakbox (Hauswart oder Werklehrer*in + Klasse)
- Kick-off Day Planung

4 Ist die Planung und Gestaltung abgeschlossen, geht es an das **Formen und Konkretisieren**.

- Resultate Wand erstellen
- breakbox mit Material ausstatten
- Spielplan erstellen (Absenzen/Spezialtage)
- Kick-off Day Durchführung

5 Nun sollte der **Durchführung** nichts mehr im Weg stehen. Folgende Punkte gilt es aber weiterhin zu beachten:

- erste Wochen durch Pausenaufsicht anleiten
- immer mehr Verantwortung den SuS übergeben
- Feedback der SuS einholen
- ständige Anpassungen vornehmen