Grundschule am Metzenberg

Miteinander – Füreinander
Schritt für Schritt gemeinsam zum Ziel

Bewegungs-Konzept
(beschlossen am 20.April 2026)

A. Pädagogische Leitgedanken
Bewegung ist ein menschliches Grundbedürfnis.
Bewegung ist essentiell für eine ganzheitliche und gesunde Lebensführung (Körper und Geist).
Bewegung ist umso wichtiger in der heutigen von Social Media geprägten Zeit.
Bewegung fördert und intensiviert das Lernen.

B. Bewegungsbausteine an der Grundschule am Metzenberg

1. Im Schulalltag fest verankerte Bewegung

1. 1. Sportunterricht
- auf der Grundlage des schuleigenen Fachcurriculums Sport mit Bewegungsschwerpunkt „Schwimmen“ im 4. Schuljahr (ein Halbjahr)

1.2. Schulhof
- als Bewegungs- und Spielraum / Rhythmisierung des Schulvormittags
- intensive Bewegungsphasen im Freien durch drei fünfzehnminütige Pausen im Laufe des Schulvormittages
- Bewegungsmöglichkeiten: Hüpfkästchen spielen, Klettern, Balancieren, Hängen und Schwingen, Tischtennis- und Basketballspielen, Pausenspielsachen (Seile, Bälle, Fahrzeuge und Wippe …)

1.3. AGs im Rahmen des Ganztags
- Leichtathletik, Ballspiele, Tischtennis, Tanzen (in Abhängigkeit von Angebotsmöglichkeiten des Kollegiums, des Ganztagspersonals und weiterer Anbieter)

1.4. Bundesjugendspiele
- Seit Schuljahr 2022/23 als Wettbewerb, orientiert an den Leitlinien der Kinder- und Jugendleichtathlethik, mit Langstreckenlauf
- Teils mit Bewegungsspielstationen für Leerlaufzeiten

1.5. Wandertage und Klassenfahrten (siehe Wanderkonzept)

2. Optional-situative Bewegungselemente

2.1. Besondere unterrichtliche Sport-, Spiel- und Bewegungsangebote

- Skipping Hearts
- DFB-Mobil
- Tiger & Dragon (Bewegung, Soziales Lernen und Gewaltprävention)
- Deutsches Sportabzeichen / Laufabzeichen

2.2. Außerunterrichtliche Sport-, Spiel- und Bewegungsangebote:

- Schwimmwettbewerb „Schwimmfest der Grundschulen“
- Grundschul-Fußballturnier
- Grundschul-Leichtathletikwettbewerb
- Deutsches Sportabzeichen / Laufabzeichen
- Crosslauf

2.3. Schulfeste, Projektwoche, Tage der offenen Tür, Sport- und Spielfeste (jährlich alternierend)

- mit Bewegungs-Angeboten im Wettbewerb
- Mit Angeboten zur Wahrnehmungs- und Körpererfahrung (z. B. Fühlstraße)
- Mit Gruppentänzen
- mit vielfältigen Bewegungsstationen (Gruppen- und Partnerspiele, Wettbewerbe, …)

2.4. Themenbezogenes Bewegen im Unterricht:

- Musikunterricht (z. B. Rhythmusübungen, Bewegen zu Musik, Tanzen…)
- Deutschunterricht (z. B. Erschließung von Gedichten durch Bewegung, Silbengehen…)
- Sachunterricht (Themen Gesundheit, Körper, Radfahrprüfung in Klasse 4…)
- Religionsunterricht (z. B. Stilleübungen – innere Bewegung, Lieder/Gebete mit Bewegung…)
- Mathematikunterricht (z. B. Gehen am Zahlenstrahl, 1x1…)
- Englischunterricht (Action Stories, Bewegungslieder, TPR…)

2.5. Situativer Einsatz von Bewegungsspielen/ Bewegungsparcours/ Bewegungsraum

- zur Entspannung in längeren kognitiven Unterrichtsphasen
- bewegtes Lernen
- während Regenpausen
- im Ganztag