



## **Beweg dich, Schule! – Kurze Muntermacher für müde Schüler\*innen** Kleine Übungen mit großer Wirkung

Ermüdete, unkonzentrierte und gestresste Schüler\*innen erleben Sie im Schulalltag jeden Tag. Hierdurch wird der Unterrichtsablauf gestört, das Klassenklima beeinflusst und die Wissensvermittlung erschwert.

Bei der zweistündigen Impulsfortbildung des Programms „Schule atmosfairisch“ lernen die Teilnehmenden weitere Handlungsalternativen kennen, um gestresste und unkonzentrierte Schüler\*innen im Schulalltag zu unterstützen. Sie lernen viele kleine Übungen kennen und bekommen Tipps an welcher Stelle sie in den Unterricht passen. Darüber hinaus erhalten Sie konkrete Tipps für die Durchführung.

Zielgruppe:

Lehrer\*innen, Ganztagskräfte, weitere Mitarbeiter\*innen in der Schule (Klassen ca. 3 – 13)

Zeit: 2-3 Stunden

Ziele:

- Kennenlernen von Übungen
- Ideen zum Transfer der Übungen in den Schulalltag

Inhalte:

- Aktivierungs-, Koordinations- und Ruheübungen für den Unterricht
- Nutzen der Übungen im Unterricht
- Tipps für die Durchführung