



Für Klasse
1 bis 13

BewegungsIMPULSE im Unterricht

Fortbildungsveranstaltung
für Ihr Kollegium –
erfolgreich lehren und lernen

Mehr Gesundheit für Ihre Schule

Erfolgreich lehren und lernen

BewegungsIMPULSE im Unterricht richtet sich an Lehrkräfte, die ihren Unterricht gezielt mit mehr Bewegung bereichern möchten. Das Programm fördert nachweislich die Lernleistung und das Klassenklima – und trägt zugleich zur Stärkung der körperlichen und mentalen Ressourcen aller Beteiligten bei.

Gemeinsam mit Präventionsfachkräften der AOK sowie Expertinnen und Experten der „Bewegte, gesunde Schule Niedersachsen“ des Niedersächsischen Kultusministeriums entwickeln Sie alltagstaugliche Ideen, wie Bewegung ganz selbstverständlich in den Schulalltag integriert werden kann.

Nach der Fortbildung können Sie die BewegungsIMPULSE direkt im Unterricht anwenden.

Bewegung

- hat eine zentrale Bedeutung für die Lern- und Gedächtnisleistung und das Erlernen und Weiterentwickeln von Fähigkeiten.
- unterstützt Kinder dabei, ihre Umwelt zu erforschen und neue Erfahrungen zu sammeln.

Gleichzeitig stärkt gemeinsames Bewegen in der Gruppe die soziale und emotionale Entwicklung.

Lernen

- wird für junge Menschen dann besonders interessant, wenn sie durch Bewegung, eigenes Tun und praktisches Erleben aktiv beteiligt sind.
- in Bewegung stärkt Konzentration, Aufmerksamkeit sowie das Merken und Anwenden von Wissen – vor allem, wenn es um die Übertragung auf neue, herausfordernde Aufgaben geht.

Inhalte der Fortbildung:

- Die Bedeutung von Bewegung für den Lern- und Unterrichtserfolg.
- Praktische Beispiele für bewegungsfördernden Unterricht in allen Unterrichtsfächern.
- Bewegung im Unterricht gezielt einsetzen – zum besseren Lernen, zum Muntermachen und zur Entspannung.
- Implementierung in Ihrer Schule.

Sie erreichen uns per E-Mail:

BewegungIMPULSE@nds.aok.de

Wir freuen uns auf das Gespräch mit Ihnen.

Bewegung beginnt mit dem ersten Schritt. Wir begleiten Sie gerne dabei, diesen Schritt zu gehen – und viele weitere.

Weitere Informationen finden Sie auf bewegteschule.de und auf aok.de/nds/bewegteschule



BewegungsIMPULSE im Unterricht.

Ihre Vorteile auf einen Blick

Bewegungsimpulse

- fördern einen lebendigen und motivierenden Unterricht
- tragen zur Sicherung von Unterrichts- und Schulqualität bei und unterstützen nachhaltiges Lernen
- helfen, Störungen im Unterricht deutlich zu reduzieren
- schaffen einen wichtigen Ausgleich zum langen Sitzen im Schulalltag

Nutzen Sie dieses Fortbildungsangebot

- Kostenfrei und unkompliziert zugänglich für Lehrkräfte aller Schulformen, einschließlich berufsbildender Schulen – von Klasse 1 bis 13
- Optimal angepasst an Ihre Schule und Ihre individuellen Anforderungen

Termin nach Absprache, zum Beispiel

- kommen wir für etwa vier Stunden an einem Vor- oder Nachmittag in Ihre Schule

Alle Teilnehmenden erhalten

- direkt einsetzbare Unterrichtsmaterialien

Die Fortbildung leiten

- erfahrene Fachkräfte für Gesundheitsförderung und Prävention der AOK Niedersachsen
- und Expertinnen und Experten der „Bewegte, gesunde Schule Niedersachsen“

Praxisfortbildung für Lehrkräfte



BEWEGTE SCHULE
GESUNDE SCHULE NIEDERSACHSEN