



Schule mit Schwung

Selbstregulation und Lernen

Frank Spannuth (BR Detmold)
Miriam Winzen (UK NRW)
Thorsten Reinhard (LfS)

Jahrestagung der Beraterinnen und
Berater im Schulsport 2021

25.08.2021: Kamen-Kaiserau

01.09.2021: Duisburg-Wedau



Schulsport NRW
Landesstelle für den Schulsport

Inhalt

- Struktur des Projekts „Schule mit Schwung“
- Aktueller Stand im Projekt
- Zukunftsvisionen
- Fragen und Austausch



BeweG NRW

Handlungsprogramm

Bewegungs- und Gesundheitsförderung in Schulen in NRW 2016 - 2020



Sicherheits- und
Gesundheitsförderung



Schulsport

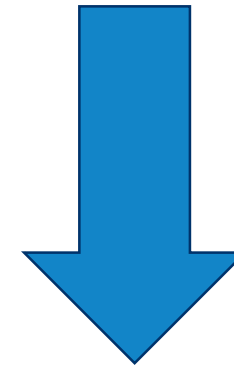


Lernen und Bewegung



Vielfalt, Inklusion und
Integration

Handlungsprogramm zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung an Schulen in NRW (BeweG NRW II)



Bewegung zur Stärkung der
individuellen Lernförderung und
als Bildungsfaktor



Regionalteams

Jede Bezirksregierung bildet ein Regionalteam aus Beraterinnen und Beratern

Aus- und Weiterbildung:

- ➔ 4 zweitägige zentrale Moderatorenschulungen
- ➔ regelmäßige Treffen der Regionalteams
- ➔ Mitarbeit in übergeordneten Arbeitsgruppen (z.B. Evaluation, Entwicklung Bewegungskartei, Redaktionsgruppe)

35 Beraterinnen und Berater im Schulsport



40 Schulen



22 Grundschulen
1 Förderschule
2 Realschulen
1 Sekundarschule
6 Gymnasien
4 Gesamtschulen
4 Tandemschulen



Wissenschaftliche Begleitung/ 3 Vorhaben

- „Schule mit Schwung“ mit 40 Projektschulen
- abc – Grundschulkonzept (ZNL Ulm)
- „Lernen und Bewegung“ (WWU Münster)



**1. Situation an
den Schulen**

**2. SmS im
Schulsportportal**

**Aktueller
Stand**

**3.
Moderatorentag**

**4.
Bewegungskartei**





**BR
Arnsberg**

Tanja Schmidhuber



**BR
Detmold**

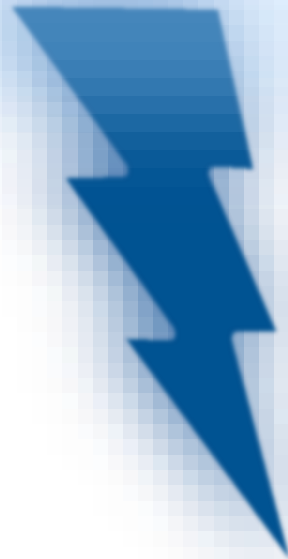
Antje Spannuth



**BR
Köln**

Tamara Kablitz

**BLITZ
LICHT**



**BR
Düsseldorf**

Iris Overloeper



**BR
Münster**

Holger Gessner



1. Situation an
den Schulen

2. SmS im
Schulsportportal

**Aktueller
Stand**

3.
Moderatorentag

4.
Bewegungskartei



Suchbegriff

Suche

Schulsportpraxis
und Fortbildung

Sicherheits- und
Gesundheitsförderung

Schulsportentwicklung

BeweG NRW

Schule und
Sportverein

Schulsport unter Coronabedingungen

Sicherheitsförderung im Schulsport.

Rechtsgrundlagen • Schule in NRW Nr. 1033

Rechtsgrundlage zur
Sicherheitsförderung (ab 1.8.2020)

Integration im und durch Sport in der
Schule

Aktionsplan "Schwimmen lernen in
Nordrhein-Westfalen"

Fit durch die Krise

Nachhaltige Sicherheits- und Gesundheitsförderung im Schulsport

Bewegen und Lernen

Vielfalt, Inklusion und Integration in der Schule

Zentrale Jahrestagung der Beraterinnen und Berater im Schulsport "Integration im und durch Sport in der Schule" (2019)

Selbstregulation und Lernen

Neuigkeiten

Materialien

Schulen in Bewegung bringen!

Mit dem Programm Schule mit Schwung (SmS) verfolgen das Ministerium für Schule und Bildung des Landes NRW, die Bezirksregierungen in NRW und die Unfallkasse NRW für die Schuljahre 2019/20 bis 2023/24 das Ziel, geeignete Bewegungsaufgaben zur Steigerung der Selbstregulationsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler zu entwickeln und zusammenzustellen und für den Einsatz im Lehr- und Lernalltag in der Schule aufzubereiten. Zugleich werden Gelingensbedingungen für diese Entwicklungsprozesse in Schulen, die ein langfristiges Arbeiten an solchen Erkenntnissen möglich machen, identifiziert und zusammengefasst.

Die Programmpartner bieten den strukturellen Rahmen, um Schulen in dem Zeitfenster von 4 Schuljahren zu begleiten und zu beraten. Seit Programmstart werden insgesamt 38 Schulen in NRW begleitet: 12 Grundschulen, 1 Förderschule, 2 Realschulen, 1 Sekundarschule, 6 Gymnasien, 6 Gesamtschulen.

Mit Schwung das Lernen fördern!

Schule in Bewegung zu bringen heißt in diesem Kontext: Schulentwicklungsprozesse anzuregen – durch eine lerngerechte Rhythmisierung des Unterrichts, durch bewegte Pausen, durch bewegendes und selbstständiges Lernen, durch beteiligende sicherheits- und gesundheitsförderliche Organisationsstrukturen, durch die Anerkennung von Bewegung und Wahrnehmung als Schlüssel für ganzheitliches Lernen. Die positiven Auswirkungen von Bewegung, Spiel und Sport auf kognitive Funktionen werden in der aktuellen Bildungsdiskussion durch Beiträge der Bewegungsneurowissenschaften fundiert untermauert. Ein besonderes Augenmerk wird dabei auf die Förderung der exekutiven Funktionen gelegt. Im exekutiven System des präfrontalen Kortex im Gehirn laufen komplexe Prozesse ab, die für gezielte und organisierte Handlungen notwendig sind und beispielsweise die für erfolgreiches Lernen notwendige Aufmerksamkeitsfokussierung und Selbstregulation ermöglichen. Dazu zählen das Arbeitsgedächtnis, die Impuls- und Aufmerksamkeitskontrolle (Inhibition) sowie die Fähigkeit, die Aufmerksamkeit und das eigene Verhalten flexibel und situationsangemessen umstellen zu können (kognitive Flexibilität). Auf diese Weise unterstützen die exekutiven Funktionen die Selbstkontrolle und Selbstregulationsfähigkeit, also die bewusste und gezielte Steuerung von Verhalten, Aufmerksamkeit und

Ansprechpartner

Landesstelle für den Schulsport NRW

bei der Bezirksregierung Düsseldorf

Thorsten Reinhard

Dez. 48.05

Am Bonnheshof 35

40474 Düsseldorf

Tel.: 0211/4753777

[thorsten.reinhard\(at\)brd.nrw.de](mailto:thorsten.reinhard(at)brd.nrw.de)

Unfallkasse NRW

Miriam Winzen

Aufsichtsperson

Hauptabteilung Prävention

Abteilung Schulen

Tel. 0211 2808-1258

[m.winzen\(at\)unfallkasse-nrw.de](mailto:m.winzen(at)unfallkasse-nrw.de)

Exekutive Funktionen

Inhibition	Arbeitsgedächtnis	Kognitive Flexibilität
<ul style="list-style-type: none"> • Hemmung von impulsiven Reaktionen • Kontrolle von Aufmerksamkeit • Kontrolle von Verhalten 	<ul style="list-style-type: none"> • Speicherung von Informationen • Verknüpfung von Informationen • Verknüpfung von Informationen mit anderen Informationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Anpassung an neue Situationen • Flexibilität bei Aufgabenstellungen • Flexibilität bei Problemlösungen

Wahrscheinlich können wir gezielte, organisierte Handlungen durchführen.

Linkliste/ Literaturliste

Prototyp einer Bewegungskarte

Vorstellung von Projekten

Fotomaterial





15.09.21 Flughafen
Köln/ Bonn



Onlineabfrage als
Grundlage der Planung



Referentin Petra Arndt



1. Situation an
den Schulen

2. SmS im
Schulsportportal

**Aktueller
Stand**

3. Moderatorentag

4.
Bewegungskartei





- Fachunabhängiges Angebot
- Sportunterricht
- Fachunterricht

- Sozialform**
- Gruppe
 - einzeln
 - zu zweit
 - mit Abstand
 - Zuhause

Material Bild mit einem Pfeil

- Körperl. Aktivierung**
- -
 -

Andersrum

Aufgaben Stellt euch versetzt hintereinander auf, so dass ihr einen guten Blick nach vorne zur Spielleitung habt. Diese zeigt euch ein Bild mit einem Pfeil, der nacheinander in unterschiedliche Richtungen gehalten wird. Er kann nach oben, unten, rechts oder links zeigen. Jede Pfeiländerung ist mit einer Bewegung verbunden.

In der ersten Spielrunde (Variante 1) sollt ihr auf den Pfeil wie folgt reagieren:

- Pfeil zeigt nach oben --> Hocksprung und gleichzeitig „oben“ sagen
- Pfeil zeigt nach unten --> auf den Boden setzen und „unten“ sagen
- Pfeil zeigt nach rechts --> Seitgalopp nach rechts und „rechts“ sagen
- Pfeil zeigt nach links --> Seitgalopp nach links und „links“ sagen

Darauf achte ich Ich bleibe während der Spielphasen konzentriert und aufmerksam.
Ich erprobe Strategien, mithilfe derer ich mir die geforderte Reaktion auf die Ausrichtung des Pfeils gut merken kann.

Inhibition

Arbeitsgedächtnis

kognitive Flexibilität

Inhibition	Arbeitsgedächtnis	Kognitive Flexibilität
<p>das Stoppsignal</p> <ul style="list-style-type: none"> Impulskontrolle Handlungen können gestoppt oder Störreize ausgeblendet werden 	<p>der Notizblock</p> <ul style="list-style-type: none"> Regeln merken Informationen werden im Kurzzeitgedächtnis gespeichert und werden von dort zur Weiterverarbeitung abgerufen 	<p>die Stellweiche</p> <ul style="list-style-type: none"> schnelles Einstellen auf neue Situationen Grundlage für Wissenstransfer, Problemlösung, Perspektivwechsel





Andersrum

Signalbild



(zum Einfügen auf die Fläche klicken)

Hinweise zur Durchführung und Sicherheit

Bei der Einführung des Spiels sollte darauf geachtet werden, dass die Schülerinnen und Schüler ausreichend Platz zu allen Seiten haben, damit sie sich nicht verletzen.

Es ist förderlich, mit Merkhilfen wie Eselsbrücken oder Ankerpunkten zu arbeiten, um die Gedächtnisschulung oder das Gedächtnistraining aktiv anzustreben.



- Inhibition
- Arbeitsgedächtnis
- kogn. Flexibilität

Erweiterungen – Varianten – Level

- ✓ ✓ ✓ Jetzt sollt ihr wie folgt auf den gezeigten Pfeil reagieren (Variante 2):
 Pfeil nach oben --> Hocksprung („unten“ sagen), Pfeil nach unten --> auf den Boden setzen („oben“ sagen), Pfeil nach rechts --> Seitgalopp nach rechts („links“ sagen), Pfeil nach links --> Seitgalopp nach links („rechts“ sagen).
- ✓ ✓ ✓ Je nach Leistungsstand kann eine weitere Version (Variante 3) hinzugenommen werden: Pfeil nach oben --> auf den Boden setzen („oben“ sagen), Pfeil nach unten --> Hocksprung („unten“ sagen), Pfeil nach rechts --> Seitgalopp nach links („rechts“ sagen), Pfeil nach links --> Seitgalopp nach rechts („links“ sagen).
- ✓ ✓ ✓ Die Varianten 2 und 3 werden verknüpft (sehr hoher Schwierigkeitsgrad). Ertönt bei Richtungsänderung ein Pfiff, gilt Variante 2. Ertönt keiner, Variante 3.

Inhibition	Arbeitsgedächtnis	Kognitive Flexibilität
das Stoppsignal • Impulskontrolle • Handlungen können gestoppt oder Störreize ausgeblendet werden	der Notzblock • Regeln merken • Informationen werden im Kurzzeitgedächtnis gespeichert und werden von dort zur Weiterverarbeitung abgerufen	die Stellweiche • schnelles Einstellen auf neue Situationen • Grundlage für Wissenstransfer, Problemlösung, Perspektivwechsel



Vorgehensweise & Fahrplan

Was bisher
geschah

- Spiele erstellt durch die BiS
- Korrekturschleifen durch LfS und BiS
- Karteikarten aller Bezirksregierungen sprachlich vereinheitlicht
- enge Begleitung und Absprache zwischen LfS und UK NRW
- Parallele Bearbeitung des Layouts

Sommer
2021

- Fertigstellung des Masters in enger Abstimmung mit der Stabsstelle Kommunikation/ UK NRW
- Nutzung der Maske im Projekt
- Sprachliche Überarbeitung durch LfS und UK NRW
- UK NRW Korrekturschleife (Abt. Schulen in enger Abstimmung mit der Stabsstelle Kommunikation)
- Entwicklung einer "Bedienungsanleitung"

Winter
2021/22

- wissenschaftliche Prüfung durch Expertengremium ZNL Ulm
- Bereitstellung der Karteikarten an die BiS
- Veröffentlichung

Plattform zum
Austausch der
Spiele und
Materialien

Entwicklung
einer App zur
Nutzung der
Spiele

Erweiterung
des Programms
auf weitere
Schulen

Zukunftsvisionen



**Vielen Dank
für Ihre/ Eure Aufmerksamkeit!**



Fragen?

