

Konzeptpapier

Bewegte Schule – Lernen in Bewegung

1. Ausgangssituation

Das aktuelle Schulsystem ist geprägt durch lange Sitzphasen, geringe körperliche Aktivität und eine Lernkultur, die stark auf Passivität ausgerichtet ist. Studien zeigen jedoch, dass Bewegung einen direkten Einfluss auf **Konzentration, Motivation und Lernerfolg** hat.

Die *Bewegte Schule* setzt genau hier an:

Lernen wird nicht mehr im Sitzen organisiert, sondern durch **Bewegung unterstützt und strukturiert**.

2. Zielsetzung

Die Bewegte Schule verfolgt folgende Ziele:

- Verbesserung der **kognitiven Leistungsfähigkeit**
 - Förderung der **körperlichen Gesundheit**
 - Steigerung von **Motivation und Lernfreude**
 - Entwicklung von **Selbstregulation und Eigenverantwortung**
 - Reduktion von **Unruhe und Konzentrationsproblemen**
-

3. Pädagogisches Grundprinzip

Die Bewegte Schule basiert auf dem Ansatz:

„Der Körper lernt mit.“

Bewegung wird nicht als Pause verstanden, sondern als integraler Bestandteil des Lernprozesses.

Wissenschaftliche Grundlage:

- Bewegung aktiviert neuronale Netzwerke
 - Lernen erfolgt effektiver durch **sensorisch-motorische Verknüpfung**
 - Aktive Beteiligung steigert nachhaltiges Lernen
-

4. Raumkonzept: Das bewegte Klassenzimmer

Das Klassenzimmer wird in **funktionale Lernzonen** gegliedert:

◆ Fokuszone

- Stehpulte
- ruhige Arbeitsplätze
- konzentriertes Arbeiten

◆ Bewegungszone

- Yogamatten
- Stretching-Flächen
- kurze Aktivphasen

◆ Dynamikzone

- Laufbänder (langsam)
- Pedaltrainer
- Wackelhocker

◆ Interaktive Zone (digital erweitert)

- Einsatz von Bewegungstechnologie (z. B. ActiveFloor)
-

5. Digitale Erweiterung: ActiveFloor

Ein zentrales innovatives Element ist der Einsatz von **ActiveFloor**

[Active Floor® PRO3 kaufen | Sportboden im Kübler Sport Onlineshop | Kübler Sport](#) ◆
Funktionsweise

ActiveFloor ist ein System aus **Projektor, Kamera und Software**, das eine interaktive Lernfläche auf den Boden projiziert. Schüler lernen durch **Bewegung, Spiel und Interaktion**.

◆ Pädagogischer Nutzen

- Verbindung von Bewegung und kognitivem Lernen
- hohe Motivation durch spielerische Elemente
- Förderung von Teamarbeit und sozialem Lernen

- einsetzbar in allen Fächern

ActiveFloor steigert laut Anbieter **Motivation, Konzentration und aktive Teilhabe im Unterricht.**

6. Unterrichtsstruktur

Ein typischer Unterricht wird dynamisch gestaltet:

Beispiel (60 Minuten):

1. Aktivierung (5–10 Min)
2. Inputphase (10–15 Min)
3. Bewegte Arbeitsphase (20–25 Min)
4. Bewegungsimpuls (3–5 Min)
5. Reflexion (10 Min)

Grundregel:

Alle 15–20 Minuten Bewegung ermöglichen

7. Rolle der Lehrkraft

Lehrkräfte agieren als:

- Lernbegleiter
 - Strukturgeber
 - Beobachter von Lern- und Bewegungsprozessen
-

8. Ausstattung & Kostenübersicht

◆ Basisausstattung (pro Klassenraum)

Element	Geschätzte Kosten
Stehpulte (5–10 Stück)	1.000 – 3.000 €

Element	Geschätzte Kosten
Yogamatten / Kissen	300 – 800 €
Wackelhocker / Balancegeräte	500 – 1.500 €
Pedaltrainer	300 – 1.000 €

Gesamt Basisausstattung:
ca. **2.000 – 6.000 € pro Raum**

◆ **Erweiterung: ActiveFloor Systeme**

Modell	Preis (ca.)	Einsatz
ActiveFloor ONE3	ca. 4.399 €	kleine Räume / Einstieg
ActiveFloor PRO3	ca. 7.699 €	Standard-Schulräume
ActiveFloor MAX3	ca. 9.999 €	große / helle Räume

Zusatzkosten:

- Softwarelizenz: ca. **1.200 € / Jahr**
- Installation & Versand: ca. **300 – 1.000 €**

Gesamtkosten pro System:
ca. **6.000 – 12.000 €**

9. Implementierungsstrategie

Phase 1: Einstieg

- Einführung von Bewegungspausen

- erste flexible Möbel

Phase 2: Erweiterung

- Raumzonen einrichten
- Lehrkräfte fortbilden

Phase 3: Vollintegration

- vollständige Umgestaltung
 - Integration digitaler Systeme (z. B. ActiveFloor)
-

10. Chancen und Herausforderungen

Vorteile

- bessere Konzentration
- weniger Störungen
- höhere Motivation
- gesundheitliche Prävention

Herausforderungen

- Investitionskosten
 - Umstellung der Lehrmethoden
 - Akzeptanz bei Lehrkräften und Eltern
-

11. Fazit

Die **Bewegte Schule** ist ein zukunftsorientiertes Bildungskonzept, das:

- Lernen effektiver macht
- Gesundheit fördert
- Schule moderner und attraktiver gestaltet

Sie verbindet pädagogische Innovation mit praktischer Umsetzbarkeit.

Die Bewegte Schule ersetzt starres Sitzen durch aktives Lernen.

Durch flexible Räume, Bewegungselemente und digitale Systeme wie ActiveFloor

entsteht eine Lernumgebung, die Konzentration, Motivation und Gesundheit nachhaltig verbessert.