



Und los! Bewegungsbasiert lernen mit digitalen Medien

Workshop

Kursinhalte

Springen, hüpfen, rennen – Dies sind Bewegungsformen, die im Unterricht eher als störend wahrgenommen werden. Dabei erreichen nur 10 bis 20% aller Kinder in Deutschland die von der WHO empfohlenen 60 Minuten Bewegungszeit pro Tag (vgl. Kindergesundheitsbericht 2024). Laut Kindergesundheitsbericht ist ein zentraler Aspekt die verstärkte Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen, die Anreize zur Bewegung im Wege steht (ebd.). Dabei kann bewegungsbasiertes Lernen jedoch als zentraler Aspekt für eine „gesunde Schule“ aufgefasst werden. Auch im Sportfremden Unterricht kann Bewegung die Konzentration fördern und die Lernmotivation steigern. Dieser Workshop macht Vorschläge, wie Lerninhalte „beweglich“ verpackt werden können – und das sogar gerade durch den gezielten Einsatz digitaler Medien, Tools und Methoden. Der Workshop richtet sich vordergründig an Lehrkräfte der Primarstufe.

Quelle: Stiftung Kindergesundheit (Hrsg.): Kindergesundheitsbericht 2024 – Fokus: Schule und Gesundheit, online unter: [Kindergesundheitsbericht_Digital-2024_241112.pdf](https://www.kindergesundheit.de/Downloads/Kindergesundheitsbericht_Digital-2024_241112.pdf) [zuletzt aufgerufen am 26.03.2025]

Rahmenbedingungen

Format	Workshop
Modul	Grundlagenkurs
Zeitdauer	ca. 90 Minuten
DigCompEdu	<ul style="list-style-type: none">2. Digitale Ressourcen<ul style="list-style-type: none">2.1 Auswählen digitaler Ressourcen2.2 Erstellen und Anpassen digitaler Ressourcen3. Lehren und Lernen<ul style="list-style-type: none">3.1 Lehren3.2 Lernbegleitung3.3 Kollaboratives Lernen5. Lernerorientierung<ul style="list-style-type: none">5.1 Digitale Teilhabe5.3 Aktive Einbindung der Lernenden
KMK-Strategie Bildung in der digitalen Welt	<ul style="list-style-type: none">2. Kommunizieren und Kooperieren<ul style="list-style-type: none">2.1 Interagieren2.5 An der Gesellschaft aktiv teilhaben5. Problemlösen und Handeln<ul style="list-style-type: none">5.2 Werkzeuge bedarfsgerecht einsetzen



Voraussetzungen	<ul style="list-style-type: none">✓ Laptop, Tablet, PC, digitale Tafel✓ Internetzugang
Vorkenntnisse	<ul style="list-style-type: none">✓ Keine Vorkenntnisse nötig