

Moviment – ein Pilotprojekt für mehr Bewegung im Alltag in Berufsschulen & bei Brückenangeboten

Kurzinformation zum Projekt



Darum geht es

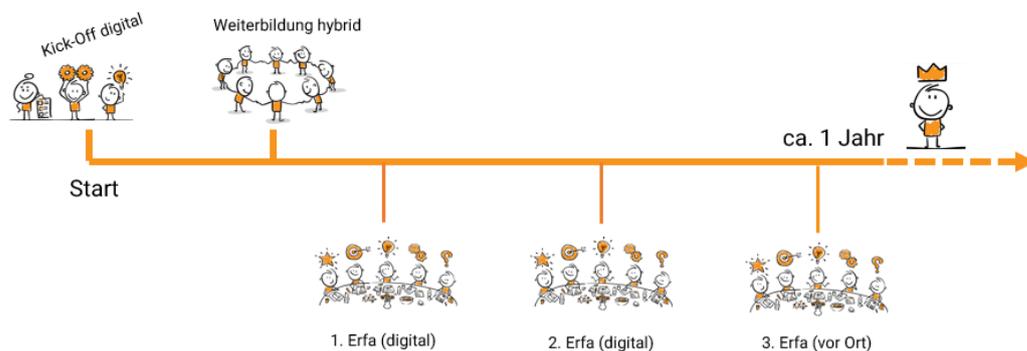
Bewegter Unterricht steigert die Konzentration, die Motivation, das Wohlbefinden, das Klassenklima und fördert die Persönlichkeitsentwicklung. Ziel ist es, dass sich Lehrpersonen und Jugendliche im Schul- und Berufsalltag mehr bewegen.

So funktioniert's

- **Lehrpersonen (in Tandems)** bilden sich in den Bereichen Bewegung und Gesundheit sowie Didaktik und Praxis weiter. Die Teilnehmenden erhalten praktische Inputs und Unterstützung, um Lernsettings bewegt zu gestalten und den Transfer an den Arbeitsplatz zu vermitteln. Über einen Zeitraum von einem Jahr werden die Teilnehmenden durch ein Coaching mit Erfahrungsaustausch begleitet und erhalten so kontinuierlich neue Impulse.
 - **Jugendliche/Lernende** erhalten Informationen und praktische Ideen, wie sie mehr Bewegung in ihren Alltag integrieren können. «Bewegungshausaufgaben» helfen dabei, diese im Berufsalltag für sich umzusetzen. Die Jugendlichen können an Challenges teilnehmen und/oder eigene Ideen und Projekte entwickeln.
-

- **Weiterbildung und Coaching:** Die Weiterbildung wird von bougerbouger.ch durchgeführt, das Coaching von **RADIX Gesunde Schulen**.
-

Vorgehen für interessierte Lehrpersonen



Information, Anmeldung und Vorbereitungen (Januar bis Juli 2024)

- Vorbereitungsgespräche mit Lehrpersonen-Tandems

Umsetzung 1. Phase (September 2024 – Januar 2025)

- Durchführung hybride Weiterbildung Lehrpersonen-Tandems (½ digital, ½ physisch)
- Start Coachings mit den Teilnehmenden, 1 Treffen digital

Umsetzung 2. Phase und Evaluation (Januar – November 2025)

- Coachings mit den Teilnehmenden werden weitergeführt, je 1 digitales und physisches Treffen
- Selbstevaluation des Projekts (November 2025)

Kontakt

RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung
 Kompetenzzentrum Gesunde Schulen
 E-Mail: glanzmann@radix.ch
 Tel. 041 544 54 81
www.radix.ch/moviment

Das Innovationsprojekt wird unterstützt von:



Gesundheitsförderung Schweiz
 Promotion Santé Suisse
 Promozione Salute Svizzera