

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

## Kurzinformation zum Projekt



© Shutterstock

## Darum geht es

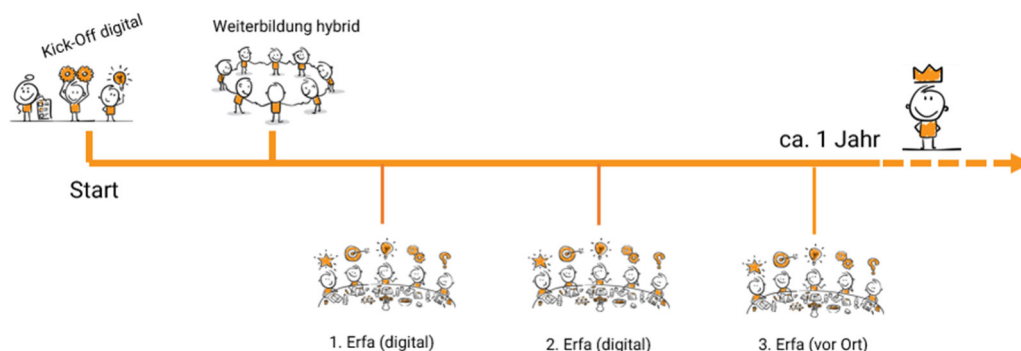
Bewegter Unterricht steigert die Konzentration, die Motivation, das Wohlbefinden, das Klassenklima und fördert die Persönlichkeitsentwicklung. Ziel ist es, dass sich die Lehrpersonen und Jugendliche im Schul- und Berufsalltag mehr bewegen.

## 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](https://www.bougerbouger.ch) durchgeführt, das Coaching von [RADIX Gesunde Schulen](https://www.radix.ch).

## 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)

## Fortsetzung

### Abschluss Pilot und Start langfristige Weiterführung und Multiplikation (ab Nov. 2025)

- Fortführung/Optimierung der Umsetzung entsprechend Selbstevaluation
- Multiplikation für Gesamtschule (Betriebliches Gesundheitsmanagement)
- Reflexion über Unterstützungsbedarf für die Multiplikation/Weiterführung

### Nationales Multiplikationskonzept (bis Januar 2026)

- Ein partizipativ erarbeitetes Multiplikationskonzept zeigt auf, wie die Umsetzung und erfolgreiche Multiplikation gelingen können.

#### Kontakt

RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung  
 Kompetenzzentrum Gesunde Schulen  
 E-Mail: [glanzmann@radix.ch](mailto:glanzmann@radix.ch)  
 Tel. 041 544 54 81  
[www.radix.ch/moviment](https://www.radix.ch/moviment)

Das Innovationsprojekt wird unterstützt von:



Gesundheitsförderung Schweiz  
 Promotion Santé Suisse  
 Promozione Salute Svizzera