

## Lehren und Lernen

1.) Vor Unterrichtsbeginn stehen am Morgen beaufsichtigte Bewegungsangebote zur Verfügung	Nein 15 Minuten vor Unterrichtsbeginn 30 Minuten vor Unterrichtsbeginn
2.) Große bewegte Pause	Nein 15 Minuten 20 Minuten Mehr als 20 Minuten
3.) Pausengeräte und Bewegungsverführungen stehen den Schülern in den Pausen zur Verfügung (Pausenspielkiste, ...)	Ja Nein
4.) SchülerInnen haben einen angemessenen Pausenplatz zur Verfügung und können auch täglich den Turnsaal für eine bewegte Pause benutzen	Ja Nein
5.) Wechsel der Lernformen durch Einzel- Partner- und Gruppenarbeiten. Verwendet werden dazu z.B.: Stehtische, Sesselkreise, Pausenhalle, Gang, Ruhezonen...	Nein Wöchentlich in mindestens einer Klasse Täglich in einigen Klassen Täglich in allen Klassen
6.) Unterrichtssequenzen werden mit bewegtem Lernen zur Festigung und Wiederholung von Inhalten rhythmisiert	Nein Wöchentlich in mindestens einer Klasse Täglich in einigen Klassen Täglich in allen Klassen
7.) Nutzung von Bewegungsangeboten während des Unterrichts, z.B.: Jonglierbälle, Jongliertücher, Sitzbälle, Softfrisbees, Karteikarten mit Bewegungsübungen...	Nein Wöchentlich in mindestens einer Klasse Täglich in einigen Klassen Täglich in allen Klassen
8.) Die Schule organisiert Bewegungsangebote außerhalb der Unterrichtszeiten	Ja Nein
9.) Turnstunden finden in allen Klassen statt	Nein 2x pro Woche 3-4x pro Woche täglich
10.) Verwendung von Turngeräten wie Taue, Kletterleitern, Kästen, Langbänke, Reck...	Nein Wöchentlich in mindestens einer Klasse Täglich in einigen Klassen Täglich in allen Klassen

<p>11.) Bewegungsangebot für die Dauer von zehn Minuten findet zwischendurch im Unterricht statt</p>	<p>Nein Wöchentlich in mindestens einer Klasse Täglich in einigen Klassen Täglich in allen Klassen</p>
<p>12.) Lerninhalte werden mit Bewegung kombiniert</p>	<p>Nein Wöchentlich in mindestens einer Klasse Täglich in einigen Klassen Täglich in allen Klassen</p>
<p>13.) Aufsuchen von außerschulischen Bewegungsangeboten (Eislaufplatz, Freibad, Kletterhalle ...)</p>	<p>Nein Mindestens eine Klasse pro Semester Einige Klassen pro Semester Alle Klassen 1x pro Semester</p>
<p>14.) Aufsuchen von außerschulischen Lernorten durch Exkursionen, Lehrausgänge...</p>	<p>Nein Mindestens eine Klasse pro Semester Einige Klassen pro Semester Alle Klassen 1x pro Semester</p>
<p>15.) Einladen von außerschulischen Bewegungsexperten (Trainer von Sportvereinen, lokale Sportgrößen, Spitzensportler...)</p>	<p>Nein Mindestens eine Klasse pro Jahr Einige Klassen pro Jahr Alle Klassen 1x pro Jahr</p>
<p>16.) In der Nachmittagsbetreuung gibt es Bewegungsangebote</p>	<p>Nein Einmal pro Woche täglich einmal Mehrere Male täglich</p>
<p>17.) Steigern der Aufmerksamkeit und Konzentration während des Unterrichts durch kurze Bewegungsimpulse (1-3 min.)</p>	<p>Nein Wöchentlich in mindestens einer Klasse Täglich in einigen Klassen Täglich in allen Klassen</p>
<p>18.) Die Schülerinnen und Schüler erhalten Bewegungshausaufgaben</p>	<p>Nein Wöchentlich in mindestens einer Klasse Täglich in einigen Klassen Täglich in allen Klassen</p>
<p>19.) Schülerinnen und Schüler entwickeln eigene Bewegungsimpulse und geben diese an andere weiter</p>	<p>Nein Wöchentlich in mindestens einer Klasse Wöchentlich In einigen Klassen Täglich in allen Klassen</p>

## Lern- und Lebensraum Schule

1.) Es gibt ausgewiesene Flächen für Bewegung und Entspannung im Klassenraum	Nein Vereinzelt In mehr als der Hälfte der Klassen In allen Klassen
2.) Die ergonomischen Aspekte eines gesunden Arbeitsplatzes werden hinsichtlich Licht, Akustik, Luft und Farbe beachtet	Nein Vereinzelt In mehr als der Hälfte der Klassen In allen Klassen
3.) In Klassenräumen gibt es Bewegungsgeräte wie Gummitwist, Jongliergeräte, Balanceboards...	Nein Vereinzelt In mehr als der Hälfte der Klassen In allen Klassen
4.) Dynamisches und bewegtes Sitzen wird unabhängig der Klassenausstattung ermöglicht. Es gibt Möglichkeiten zum Stehen, Liegen...	Nein Vereinzelt In mehr als der Hälfte der Klassen In allen Klassen
5.) Ergonomische Ausstattung. Es gibt z.B.: Stehpulte, höhenverstellbare Tische und Stühle, Sitzkissen, Hocker...	Nein Vereinzelt In mehr als der Hälfte der Klassen In allen Klassen
6.) Gang und Aula bieten Bewegungsverführungen. Es gibt z. B.: Balanciermöglichkeiten, Hangelleiter, Kletterwände, Tischtennistische, Fußballtische, Slackline, Pausenkiste mit Kleinmaterial...	Ja Nein
7.) Gang und Aula werden während des Unterrichts für bewegtes Lernen genutzt	Nein Vereinzelt In mehr als der Hälfte der Klassen In allen Klassen
8.) Ruhe- und Entspannungszonen sind vorhanden	Ja Nein
9.) Es gibt strukturierte und gekennzeichnete Pausenbereiche. Z.B.: Aktivzonen, Ruhezone, Gerätezone...	Ja Nein
10.) Es gibt ausgewiesene Ruheräume für Lehrpersonen	Ja Nein
11.) Es gibt strukturierte und gekennzeichnete Außenbereiche. Z.B.: Aktivzonen, Ruhezone, Gerätezone...	Ja Nein

12.) Der Außenbereich wird während des Unterrichts zum Lernen in Bewegung genutzt	Nein Vereinzelt Von mehr als der Hälfte der Klassen Von allen Klassen
13.) Fixierte Bewegungsstationen sind für Gleichgewicht im Außenbereich vorhanden. Z.B.: Baumstämme, Slackline, Holzpalisaden, Steine...	Ja Nein
14.) Fixierte Bewegungsstationen zum Klettern und Hangeln zur Ausbildung der Selbstsicherungsfähigkeit in Wagnissituationen sind vorhanden. Z.B.: Bäume, Kletterwand, Hangelleiter, Reckstangen...	Ja Nein
15.) Fixe Bereiche für Trendsportarten sind vorhanden. Z.B.: Beachvolleyballplatz, Skaterpark, Funcourt...	Ja Nein
16.) Reizvolle Spielgeräte stehen zur Verfügung. Z.B.: Wakeboards, Einräder, Stelzen, Hüpfbälle...	Ja Nein
17.) Öffnung des Außenbereiches für die Allgemeinheit	Ja Nein
18.) Die große Pause findet im Freien statt	Nein vereinzelt mindestens 2x pro Woche überwiegend
19.) Bewegungsverführungen neben dem Schulweg. Z.B.: Stationen zum Balancieren, Hangeln oder Klettern...	Ja Nein
20.) Es gibt ein gesundes Jausenangebot. Z.B.: Schulobst, Vollkornprodukte...	Nein Mindestens 1x im Monat Mindestens 1x pro Woche täglich
21.) Es wird eine warme Mittagsmahlzeit mit hochwertigen regionalen Produkten angeboten	Ja Nein
22.) Das Trinken ist den Schülerinnen und Schülern während des Unterrichts erlaubt	Ja Nein

## Steuern und Organisieren

1.) Die bewegte Schulkultur ist im Schulprofil oder Schulleitbild verankert und die Nachhaltigkeit gesichert	Ja Nein
2.) Auflösung des starren 50-Minuten-Taktes zugunsten einer lehr- und lernfördernden Rhythmisierung	Ja Nein
3.) Verzicht auf die Fünf-Minuten-Wechselfpause zwischen den Unterrichtseinheiten zugunsten einer Verlängerung der großen Pause	Ja Nein
4.) Es gibt individuelle und klassenbezogene Bewegungsimpulse während des Unterrichts	Ja Nein
5.) Die große Pause hat eine Länge von mindestens 20 Minuten	Ja Nein
6.) Pausen werden für Bewegung genutzt, daher gibt es festgelegte Besprechungstermine für Lehrpersonen-SchülerInnen-Gespräche	Ja Nein
7.) Die Pausenglocke wird nur mehr zu markanten Beginnzeiten eingesetzt. Z.B. zu Beginn des Unterrichts am Morgen, zu Beginn und am Ende der großen Pause	Ja Nein
8.) Die Pausenglocke wurde abgeschafft	Ja Nein
9.) Es gibt eine/n Koordinator/in, verantwortlich für die Umsetzung der Inhalte der Bewegten Schule	Ja Nein
10.) Es gibt am Schulstandort eine Steuergruppe für die Bewegte Schule	Ja Nein
11.) Es finden Schulveranstaltungen mit bewegungsorientierten Schwerpunkten statt. Z.B.: Sommersportwochen, Wintersportwochen, Schulfeste, Aktionstage, Laufveranstaltungen...	Ja Nein
12.) Es finden min. 1x pro Semester für alle Klassen Wandertage statt	Ja Nein
13.) Es findet saisonal abhängiger Bewegungsunterricht statt. Z.B.: Schwimmen, Schilauf, Langlauf, Eislaufen, Nordic Walken...	Ja Nein
14.) Die Schule nimmt an Schulsportwettkämpfen teil	Ja Nein
15.) Es gibt für Eltern eine Informationsveranstaltung pro Schuljahr zum Thema Bewegung	Ja Nein

16.) Es gibt Vernetzungen seitens der Schule mit öffentlichen Einrichtungen. Z.B. mit Sportvereinen, Sportinitiativen...	Ja Nein
17.) Mindestens ein Viertel des Lehrerkollegiums nimmt pro Schuljahr an Fortbildungsveranstaltungen mit bewegungsorientierten Inhalten teil	Ja Nein
18.) Die Bewegte Schule ist als Entwicklungsplan am Schulstandort ein Teil von SQA (Teil II)	Ja Nein
19.) Geeignete Ess- und Regenerationsbereiche für Lehrpersonen sind vorhanden	Ja Nein
20.) Die ergonomischen Aspekte eines gesunden Arbeitsplatzes werden hinsichtlich Licht, Akustik (Schallschutz), Luft und Farbe beachtet	Ja Nein
21.) Ergonomisches Mobiliar ist am Arbeitsplatz für Lehrpersonen vorhanden	Ja Nein
22.) Es gibt an der Schule ein Angebot für Lehrpersonen mit bewegungsfördernden Inhalten. Z.B.: Schulweg zu Fuß oder mit Fahrrad, Walkinggruppe nach dem Unterricht, Bewegungssequenzen in der Mittagspause, gemeinsame sportliche Aktivitäten wie Fußball, Volleyball...	Ja Nein
23.) Es gibt Schallschutzmaßnahmen im Konferenzzimmer	Ja Nein
24.) Es sind ausreichend Schallschutzmaßnahmen in den Arbeitsbereichen von Lehrpersonen vorhanden	Ja Nein
25.) Es wird wertschätzend mit der Lebenszeit der Lehrpersonen umgegangen, Konferenzen haben daher verbindliche Beginn- und Schlusszeiten	Ja Nein
26.) Konferenzen werden mit Bewegungsimpulsen zur Steigerung der Aufmerksamkeit und Konzentration aufgelockert	Ja Nein
27.) In Konferenzen werden immer wieder neue Beispiele für Bewegtes Lernen vorgestellt	Ja Nein
28.) Es gibt Sprechstunden für Lehrpersonen-Eltern-Gespräche	Ja Nein
29.) Es gibt Dienstbesprechungen ausschließlich in Konferenzen oder an vorher festgelegten Besprechungsterminen	Ja Nein