



Sie befinden sich hier: [Startseite](#) > **"Sport und Bewegung gehören zur Schule dazu – nicht nur im Sportunterricht"**

"Sport und Bewegung gehören zur Schule dazu – nicht nur im Sportunterricht"

1. Juli 2021

Kultusstaatssekretärin Anna Stolz und Handball-Weltmeister Dominik Klein überzeugen sich: Bewegungsprogramm „Voll in Form II“ ist trotz Corona-Pandemie gut angelaufen

MÜNCHEN/OBERNBURG. Es ist kein einfaches Jahr für die bayerischen Schulen. Zeitweise ließ das Inzidenzgeschehen vielerorts nur Unterricht in Wechsel- oder Distanzunterricht zu und auch in den Phasen des Präsenzunterrichts waren und sind sorgsam ausgearbeitete Hygienekonzepte nötig, um die weitere Ausbreitung des Corona-Virus zu verhindern. Besonders betroffen von den Einschränkungen war der Schulsport. „Hier waren kreative Lösungen und kluge Konzepte gefragt, denn Sport und Bewegung gehören zur Schule einfach dazu – und zwar möglichst überall und nicht nur im Sportunterricht“, betont Kultusstaatssekretärin Anna Stolz.

„Ein Bestandteil dieser klugen Konzepte ist die Initiative des Kultusministeriums „Voll in Form“, die es den Lehrkräften ermöglicht, gezielte Bewegungspausen auch zur kognitiven Aktivierung mit kurzen angeleiteten Übungen sinnvoll in den Unterricht zu integrieren, um so Konzentration und Aufmerksamkeit bei den Schülerinnen und Schülern zu erhöhen“, berichtet Anna Stolz weiter. Bereits im Oktober vergangenen Jahres hatte die Staatssekretärin gemeinsam mit Handball-Weltmeister Dominik Klein den Startschuss für das Projekt „Voll in Form II“ an den bayerischen Mittelschulen gegeben.

„Voll in Form II“ bereits vielfach im Einsatz

Acht Monate später besuchten Anna Stolz und Dominik Klein nun die Johannes-Obernburger Grund- und Mittelschule in Obernburg am Main, um sich gemeinsam mit der Dritten Bürgermeisterin Jessica Klug einen Eindruck vom Fortschritt des Projektes zu verschaffen. Nach einer gemeinsamen Gesprächsrunde luden die Schülerinnen und Schüler dann auch gleich zur praktischen Umsetzung und zeigten gemeinsam mit ihren Gästen die Umsetzung verschiedener Übungen aus dem Programm.

Der gebürtige Obernburger Dominik Klein war sichtlich angetan: „Sport und Bewegung sind unglaublich wichtig für Körper und Psyche. Mir war es deswegen ein großes Anliegen, unsere Schülerinnen und Schüler auch in den nicht immer leichten letzten Monaten dabei zu unterstützen, fit zu bleiben. Und ich kann sagen: „Voll in Form II“ ist ein echter Gewinn für die Schulen. Sport und Bewegung haben mit „Voll in Form II“ außerhalb des Sportunterrichts einen weiteren Platz in der Schule gefunden.“ So Klein, der augenzwinkernd noch hinzufügte: „Und ein bisschen Handball steckt im Programm ja auch schon drin.“

Flächendeckende Fortbildung der Lehrkräfte

Um „Voll in Form II“ an allen Mittelschulen in Bayern zu verankern, wurden im Rahmen der staatlichen Lehrerfortbildung für den Sportunterricht insgesamt 75 von den Regierungen ausgewählte Multiplikatoren ausgebildet. Trotz der Corona-Pandemie konnten im laufenden Schuljahr in fast allen Regierungsbezirken die geplanten lokalen Lehrerfortbildungen vielerorts bereits durchgeführt werden – nicht zuletzt dank innovativer Online-Formate. Die Mittelschulen haben dabei ein Begleitbuch mit Videomaterial und Online-Zugang sowie einen Klassensatz Jonglierbälle erhalten. Bewegungsaufgaben lassen sich so regelmäßig und spielerisch in den Unterrichtsalltag integrieren. Im kommenden Schuljahr folgen nun die schulinternen Fortbildungen.

Die Staatssekretärin nutzte ihren Besuch in Obernburg und dankte neben den vielen engagierten Lehrkräften, „die der Bewegungsinitiative „Voll-in-Form II“ den wohlverdienten Platz in ihrem Unterricht schenken“, insbesondere auch der Uni Bamberg, „die zusammen mit erfahrenen Lehrkräften die Übungen mit viel Herzblut und Leidenschaft konzipiert hat“, sowie nicht zuletzt Handball-Weltmeister Dominik Klein, „der viele Ideen eingebracht hat und als ehemaliger Spitzensportler das Gesicht von ‚Voll in Form II‘ ist.“

Was ist „Voll in Form II“?

„Voll in Form II“ ist eine Fortführung der Initiative „Voll in Form I“, die bereits seit 12 Jahren an den Grundschulen umgesetzt wird. Die Bewegungsprogramme dienen als wichtiger ergänzender Schritt gegen den Bewegungsmangel, lockern den Unterricht auf und sollen helfen, die Konzentrationsfähigkeit und Lernbereitschaft der Schülerinnen und Schüler zu verbessern. Die Übungen wurden mit Unterstützung der Universität Bamberg von 35 Fachberatern und zahlreichen Lehrkräften über einen Zeitraum von zwei Jahren im Klassenzimmer erprobt, mehrfach evaluiert und modifiziert. Inzwischen bietet das Programm 18 sofort einsetzbare Übungen, die speziell dafür entwickelt wurden, das Sitzen im Unterricht sinnvoll zu unterbrechen und aufzulockern. Jede Übung ist einfach durchzuführen und dauert nur 6 bis 10 Minuten. Die einzelnen Bewegungsprogramme sind in drei verschiedene Anspruchslevel eingeteilt. Mit ansteigendem Level können Anweisungen auch durch die jeweils aktuellen Unterrichtselemente ausgetauscht werden. So können Lehrkräfte die Bewegung mit der Wiederholung und Festigung von Unterrichtsinhalten verbinden.

Ein Foto der Veranstaltung steht am Freitag, dem 2. Juli, ab ca. 10.00 Uhr zum Download unter

<https://www.km.bayern.de/ministerium/staatssekretaerin-fuer-unterricht-und-kultus/pressebilder-zum-download.html>

zur Verfügung.

[Pressemitteilung auf der Seite des Herausgebers](#)

[Inhalt](#)

[Datenschutz](#)

[Impressum](#)

[Barrierefreiheit](#)

