

Arbeitsprogramm „Bewegung & Wahrnehmung“



Kaufmännische Schulen Marburg | Beschlossen am 1. Juli 2025 | Laufzeit: 2025–2030

1. Leitbild und Zielsetzung

- Beitrag zur Gesundheitsförderung an den KSM
 - Verbindung von Bewegung, Wahrnehmung und Entspannung im Schulalltag
 - Förderung der körperlichen, sozialen und psychischen Ressourcen von Schülerinnen, Schülern und Lehrkräften
 - Fortführung des aktuellen Standards und kontinuierliche Weiterentwicklung
-

2. Bestehende, fortzuführende Schwerpunkte

(werden aktiv weitergeführt und strukturell gesichert)

- Bewegungstag (alle 2 Jahre)
- Bike-Angebote & Bikeschool inkl. Fahrradraum und AGs
- Förderung Fahrradkultur (Fahrradparkplätze, Teilnahme am Stadtradeln, etc.)
- Exkursion und Fahrten mit sportlichem Schwerpunkt (Ski, Trampolinhalle, Kletterwald, Eislaufen, etc.)
- Pausensport-Ausleihsystem (Ballwagen + Gartenhaus) – Bestand pflegen
- Workshops für das Kollegium (z. B. Yoga, Mountainbike, Faszientraining)
- Nutzung des Kraftraums und Ruheraums
- Pflege und Nutzung der Bewegungsmaterialien im Lehrerzimmer/Gartenhaus/Ballwagen (Bewegungskarten, Life-Kinetik, Active & Clever, Yoga-/Meditationskissen, Cup-Stacking, Dart, Pitjau, Tischtennis, diverse Bälle und Schläger mit Bällen, Frisbees, ...)
- Verankerung von Bewegung, Achtsamkeit und Entspannung im Unterricht (z. B. Bewegungskarten, Meditation)
- Bewegungsimpulse in Konferenzen
- Bewegungsstunden bei Vertretung
- Räumliche und materielle Ausstattung pflegen: Mediathek, TT-Platten, Dartboards, ...
- Informationswege: Instagram, Homepage, Schulzeitung, Aushänge

- Verstetigung sportlicher Wettbewerbe (z. B. Fußballturnier, MTB-Hessenmeisterschaft)
- Weiterhin regelmäßige Fortbildungen in bewährten und neuen Sportarten sowie zu sicherheitsrelevanten Themen (Erste Hilfe, Rettungsschwimmen, ...)

3. Geplante Ziele und Weiterentwicklungen bis 2030

(realistisch und anschlussfähig auf Basis der bisherigen Entwicklung)

- Themenfelder Yoga, Entspannung und Achtsamkeit noch breiter im Unterricht und im Kollegium verankern.
 - Feste Dartboard-Installation prüfen (z. B. in der Aula)
 - Bewegungstag/Gesundheitstag für das Kollegium einführen (Start: Herbst 2025)
 - Sichtbare Verankerung im neuen Schulprogramm
 - Dokumentation laufender Projekte und Exkursionen jährlich aktualisieren
 - Abzeichen (z. B. Lauf-, Sport- oder TT-Abzeichen) stärker ritualisieren und dokumentieren.
-

4. Verantwortung und Evaluation

Koordination – AG Bewegung & Wahrnehmung:

- Frau Reccius
- Frau Grebe
- Herr Klein, D.
- Herr Klein, W.
- Herr Krause
- Frau Schautes
- Frau Baier
- Herr Walz
- Herr Detroy
- Herr Rommelspacher
- Frau Sternagel-H.
- Herr Schröder
- Frau Rädcl
- Frau Seefeldt-Schmidt (Mitglied aus der Schulleitung)
- Antje Henschel & Christina Vossmann (PR-Vertreter)

Transparenz und Evaluation:

- Mehrere jährliche Besprechungen in der Arbeitsgruppe Bewegung & Wahrnehmung und im Netzwerk „Schule & Gesundheit“
- Projektbezogene Auswertung, ggf. Befragungen
- Veröffentlichung des Arbeitsprogramms auf der Homepage der KSM