



Name der Schule/Schulart:

Anzahl Klassen:

Anzahl Schüler/innen:

Ganztagesbetrieb
an wie vielen Tagen?:

Bewerbung um das Siegel „Bewegung“ im Landkreis Ravensburg im Jahr 2025

Bewegung fördert die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen und ist ein Grundprinzip des menschlichen Lebens. Wir brauchen ein Mindestmaß an Bewegung, damit Körper und Geist sich gesund entwickeln und funktionsfähig bleiben.

Ein rhythmisierter Schultag mit bewegten Pausen oder Lernen in Bewegung sind moderne Methoden, um dem Bewegungsmangel, der bereits bei kleinen Kindern festgestellt wird, entgegenzuwirken. Die Schule sollte ausreichend Bewegungsanlässe bieten und Freude an der Bewegung vermitteln, denn „ein Kind, das dort aufwächst, wo immer getanzt wird, kann tanzen“ (Afrikanische Weisheit). Dazu können regelmäßige tägliche Bewegungseinheiten zusätzlich zum Sportunterricht und bewegungsfördernd gestaltete Pausenzeiten und -plätze dienen.

Im Schulsport sollten Freude und Anstrengungsbereitschaft gefördert werden, sodass gerade auch weniger aktive Kinder ausreichend Anregungen bekommen.

Wir möchten Sie dazu ermuntern, in Ihrer Schule der Bewegung einen gebührend großen Platz einzuräumen und eine „bewegungsfreundliche Schule“ zu werden.

Für alle Siegelbereiche gelten übergreifende Kriterien (siehe Rückseite).

Im Bereich Bewegung sollen folgende Ziele erreicht werden:

- Bewegung ist ein fester Bestandteil im Unterricht und in den Pausen.
- Ein Wochenplan der Bewegungsangebote verdeutlicht, welche Bewegungsmöglichkeiten täglich vorhanden sind (bitte als Anlage erstellen).
- Planungsansätze, die die WHO-Empfehlung für körperliche Aktivität (60 Min. körperliche Aktivität pro Tag/pro Kind) unterstützen, sind vorhanden.



Für alle Siegelbereiche gelten folgende Kriterien:

1. Vorhandensein gesundheitsförderlicher Angebote und Rahmenbedingungen (Prävention auf der Verhaltens- und Verhältnisebene).
2. Vorhandensein eines Gesamtkonzepts, welches das Thema Gesundheitsförderung im Schulprofil/Schulprogramm und im Leitbild verankert und welches auf Nachhaltigkeit der Aktivitäten ausgelegt ist (ggf. Nachweise beilegen).
3. Aufeinander abgestimmte Maßnahmen, die verdeutlichen, dass an der Schule ein Bewusstsein für den Themenbereich „gelebt“ wird und dass sich die Schule diesbezüglich an aktuellen Bedarfen ausrichtet.
4. Anwendung verschiedener Methoden und Einbeziehung externer Expertise/externer Kooperationspartner.
5. Es werden alle Schülerinnen und Schüler der Schule erreicht (durch altersgerechte Maßnahmen in mehreren/allen Klassenstufen und in mehreren/allen Klassen der jeweiligen Stufe).
6. Klar definierte Ziele, die sich die Schule im Siegelbereich setzt und an deren Umsetzung sie arbeitet.
7. Ermöglichung von Beteiligung der Schülerinnen und Schüler in der Gestaltung der Angebote und Rahmenbedingungen.
8. Einbeziehung der Eltern und Ermöglichung der Elternbeteiligung.
9. Qualifizierung von Lehrkräften, Schulsozialarbeitern/Schulsozialarbeiterinnen und weiteren Mitarbeitenden.
10. Kultur des Hinschauens (Früherkennung/-intervention, Umgang mit schwierigen Situationen).



Kapitel 1: Angebote zur Bewegungsförderung

Mit welchen Angeboten tragen Sie zur Bewegungsförderung an Ihrer Schule bei?

1.1 Wochenplan zu AGs oder ähnlichen Angeboten, wie z. B. Ganztagesangebote oder freie Angebote für Bewegung (nicht: Sportunterricht) mit Zeitdauer und Teilnehmeranzahl.

Bitte fügen Sie einen aktuellen „Wochenplan Bewegung“ als Anlage diesem Antrag bei (Vorlage unter: www.siegel-gesunde-schule.de/bewerbung-und-unterstuetzung/bewegung).

Beispiel (Stand: 26.03.2025)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Einrad-AG, 45 Min. (12 Kinder)	Bewegungslandschaft, 90 Min. (5 - 20 Kinder)	Bewegungslandschaft, 90 Min. (5 - 20 Kinder)	Zirkus AG Anfänger, 45 Min. (10 Kinder)	Tischtennis, 60 Min. (6 Kinder)
Basketball, 60 Min. (ca. 20 Kinder)	Outdoor-AG, 90 Min. (10 - 15 Kinder)	Tanzgruppe HipHop, 45 Min. (8 Kinder)	Zirkus AG Fortgeschrittene, 45 Min. (14 Kinder)	Theatergruppe, 90 Min. (7 Kinder)
Lauftraining, 45 Min. (12 Kinder)	Fußball AG, 45 Min. (22 Kinder)	Rollschuh-AG, 60 Min. (12 Kinder)	Spiel- und Sport AG, 90 Min. (16 Kinder)	
Natur AG, 90 Min. (8 Kinder)				

1.2 Einmal im Jahr stattfindende Wettbewerbe und Aktionstage

(bitte ankreuzen, wenn durchgeführt, bzw. für das aktuelle Schuljahr fest eingeplant):

Jugend trainiert für Olympia in der Sportart/den Sportarten:	2022/23	Wintersporttag	2022/23
	2023/24		2023/24
	2024/25		2024/25
Bundesjugendspiele (Sommer)	2022/23	Sommersporttag	2022/23
	2023/24		2023/24
	2024/25		2024/25
Bundesjugendspiele (Winter)	2022/23	Sonstige bitte eintragen:	2022/23
	2023/24		2023/24
	2024/25		2024/25
Sportabzeichen-Tag	2022/23	Sonstige bitte eintragen:	2022/23
	2023/24		2023/24
	2024/25		2024/25
Sonstige bitte eintragen:	2022/23	Sonstige bitte eintragen:	2022/23
	2023/24		2023/24
	2024/25		2024/25



1.3 Weitere Aktionen oder Bewegungsangebote.

1.3.1 Bitte beschreiben Sie eine besondere Aktion oder ein besonderes Projekt im Bereich Bewegung (z. B. Aktionstag, Projektwoche ...) etwas ausführlicher.

Teilnehmende:		Durchführende Person(en):	Zeitlicher Umfang und Häufigkeit:
Klasse(n):			
Durchschnittliche Anzahl der Teilnehmenden:			

1.3.2 Wenn es weitere besondere Aktionen oder Projekte gibt, dann bitte hier NUR auflisten:



1.4 Werden Schülerinnen und Schüler im Schulalltag beteiligt (z. B. als Schulsportmentoren in der Pause, über Patenschaften, über die Gestaltung des AG-Angebots (Wünsche), des Pausenhofs oder über sonstige Formen der Partizipation)?

Ja Nein

Wenn ja, bitte beschreiben:

1.5 Wie viele Lehrkräfte unterrichten Sport? Wie viele davon sind fachfremd?

1.6 Haben sich die unterrichtenden Lehrkräfte für den Sportunterricht fortgebildet oder ähnlich qualifiziert?

Ja, alle Ja, einige Nein

Wenn ja, welche Fortbildung(en) wurde(n) besucht?



Kapitel 2: Räumliche, zeitliche, organisatorische Bedingungen in der Schule

Auf welche Art haben Sie Ihren Schulalltag bewegungsfreundlich gestaltet?

2.1 Wird der Mindeststandard von 3 Stunden Sportunterricht pro Woche in allen Klassen erfüllt?
Ja Nein
<i>Wenn nein, bitte kurz begründen:</i>
2.2 Wird zusätzlich mehr Sportunterricht ermöglicht (z. B. 4 Stunden Sportunterricht)? Hier ist nur der Sportunterricht gemeint, nicht AGs und Ihr sonstiges Angebot.
Ja Nein
2.3 Wird Schwimmunterricht erteilt?
Ja Nein
<i>Wenn nein, bitte kurz begründen:</i>
2.4 Hat die Schule das Zertifikat GSB-Schule erhalten?
Ja Nein
<i>Wenn ja, wann zuletzt:</i>
2.5 Bitte beschreiben Sie, wie Sie Bewegungselemente über den Sportunterricht hinaus in anderen Unterrichtsfächern integrieren.



2.6 Bewegungspausen am Vormittag				
2.6.1 Wieviele regelmäßig festgelegte Bewegungspausen gibt es am Schulvormittag, die mindestens 15 Minuten dauern?				
eine Pause	zwei Pausen	drei Pausen		
2.6.2 Stehen während der Bewegungspause(n) Spielgeräte zur Verfügung?				
ja	nein			
2.7 Mittagspause mit Bewegung				
2.7.1 Gibt es in der Mittagspause eine angeleitete offene Turnhalle?				
ja	nein			
Wenn ja, an wievielen Tagen findet diese angeleitete offene Turnhalle statt?				
ein Tag	zwei Tage	drei Tage	vier Tage	fünf Tage
Wie lange geht/dauert die angeleitete offene Turnhalle?				
30 Minuten	60 Minuten	90 Minuten		
2.7.2 Gibt es angeleitete Bewegungs-AGs/Freizeitangebote während der Mittagspause?				
ja	nein			
Wenn ja, welche angeleiteten AGs/Freizeitangebote gibt es (z. B. Einrad-AG, Natur-AG ...)?				
An welchen Tagen finden diese statt (z. B. Einrad-AG am Montag, Natur-AG am Dienstag ...)?				
2.7.3 Gibt es in der Mittagspause ein angeleitetes Bewegungsangebot auf dem Pausenhof?				
ja	nein			
Wenn ja, an wievielen Tagen findet dieses angeleitete Bewegungsangebot statt?				
ein Tag	zwei Tage	drei Tage	vier Tage	fünf Tage
Wie lange geht/dauert dieses angeleitete Bewegungsangebot auf dem Pausenhof?				
30 Minuten	60 Minuten	90 Minuten		
2.7.4 Gibt es in der Mittagspause ein beaufsichtigtes Bewegungsangebot auf dem Pausenhof?				
ja	nein			
Wenn ja, an wievielen Tagen findet dieses beaufsichtigte Bewegungsangebot statt?				
ein Tag	zwei Tage	drei Tage	vier Tage	fünf Tage
Wie lange geht/dauert dieses beaufsichtigte Bewegungsangebot auf dem Pausenhof?				
30 Minuten	60 Minuten	90 Minuten		



**2.8 Welche besonderen Räume oder Plätze stehen den Kindern/Jugendlichen für Bewegung zur Verfügung und mit welchen Geräten sind diese ausgestattet?
(Die üblichen Geräte in Turn- oder Sporthalle müssen nicht genannt werden.)**

Raum (z. B. Schulhof)	Ausstattung (z. B. Klettergerüst)

Ergänzende Angaben zu Kapitel 2:



Kapitel 3: Umgang mit schwierigen Situationen

Körperliche Aktivität bietet zahlreiche positive gesundheitliche Effekte. Sie fördert die physische, psychische und soziale Gesundheit und kann der Entwicklung von Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter vorbeugen. Um bedeutsame gesundheitliche Vorteile zu erzielen und Gesundheitsrisiken zu reduzieren, empfiehlt die WHO für 5- bis 17-Jährige ein Mindestpensum von durchschnittlich 60 Minuten körperlicher Aktivität bei mittlerer bis hoher Intensität pro Tag. Laut der KIGGS-Studie (2. Erhebungswelle 2014 - 2017) erreichen nur etwa 26 % der Kinder und Jugendlichen diese Mindestempfehlung der WHO. Jungen erfüllen mit 29 % die Empfehlung etwas häufiger als Mädchen (22 %). Zudem sind Kinder und Jugendliche aus Familien mit niedrigem sozioökonomischen Status deutlich häufiger von Bewegungsmangel (= 60 Minuten körperlicher Aktivität an weniger als zwei Tagen pro Woche) betroffen und sind seltener in Sportvereinen aktiv als ihre Altersgenossen aus Familien mit mittlerem und hohem sozioökonomischen Status. Die körperliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen kann durch verschiedene Maßnahmen gefördert werden. Dazu gehören u. a. die Begrenzung des Medienkonsums sowie das Vorleben eines aktiven Lebensstils durch wichtige Bezugspersonen wie Eltern und Betreuungspersonen in Schulen (Graf et al., 2014).

In welcher Weise motiviert und fördert die Schule gezielt Eltern und die Schülerschaft zu mindestens 60 Minuten körperlicher Aktivität täglich, um auch die (74 %) zu erreichen, die diese Empfehlung der WHO nicht erfüllen?

(Zum Beispiel: „Unsere Bewegungswoche“ ein Wettbewerb der Klassen, vgl. Gesamtschule Aspe: <http://www.gesamtschule-aspe.de/apps/timeline/activity/24> oder Projekt in Verbindung mit Bewegungstagebuch, Aktivitätsbeobachtung oder -messung)

Bitte beschreiben Sie kurz und stichpunktartig Ihre Ideen und Pläne dazu oder ggfs. die Umsetzung.



Kapitel 4: Außenbeziehungen

Mit welchen außerschulischen Partnern (z. B. Vereine, Verbände, Programme...) kooperieren Sie im Bereich Sport und Bewegung? Beziehen Sie sich auf den Zeitraum der letzten drei Jahre.

Bei Bedarf können Sie sich an der Liste der „Angebote und Projekte“ orientieren. Zum Download unter: www.siegel-gesunde-schule.de/bewerbung-und-unterstuetzung/bewegung.

Anbieter/ Kooperationspartner:	Kurze Beschreibung der Kooperation oder bitte angeben, wo das Angebot bereits beschrieben wurde (1.1, 1.2 oder 1.3)	In welchem Jahr fand die letzte Kooperation statt?



Kapitel 5: Planungsprozess

Um ein Siegel für „Bewegung“ zu erhalten, wird vorausgesetzt, dass Bewegungsförderung einen hohen Stellenwert an der Schule hat. Erreichtes soll gewürdigt werden und dennoch ist es nötig, sich immer wieder mit aktuellen Gegebenheiten auseinander zu setzen, sich zu überprüfen und ggfs. auch weiter zu entwickeln.

5.0 Bitte beschreiben Sie kurz, ob und wie Sie Ihre geplanten Ziele (vgl. letzte Siegelbewerbung) umsetzen konnten (nur auszufüllen, wenn Sie einen Verlängerungsantrag stellen). Diese Frage entfällt bei einem Erstantrag.

5.1 Gibt es Bereiche oder einzelne Angebote, die Sie bereits einmal ausgewertet haben (auf Zufriedenheit, Akzeptanz, Wirksamkeit etc.)?

Ja → bitte Unterlagen beilegen

Nein → bitte als Ziel (5.2) formulieren

5.2 In welchen Teilbereichen sehen Sie noch Weiterentwicklungsbedarf? Welche(s) Ziel(e) haben Sie sich gesetzt? Die Angabe von mindestens einem Ziel ist für die Siegelvergabe verpflichtend.

Die Ziele können sich beziehen auf Kompetenzen der Schüler/innen, Angebote der Schule, Gestaltung der Verhältnisse, Umgang mit schwierigen Situationen/Krisenfällen, Außenbeziehungen, Planung/Management.

5.3 Welchen ersten Handlungsschritt planen Sie, um die genannten Ziele zu erreichen?

5.4 Welchen Unterstützungsbedarf sehen Sie, um die genannten Ziele zu erreichen?



Abschließende Angaben:

1. Der Antrag wird idealerweise durch ein „Steuerungsteam Bewegung“ ausgefüllt. Bitte geben Sie die Funktionen der Personen an (z. B. Fachschaftsbetreuer Sport, Ganztagskoordinatorin ...), die den Antrag bearbeitet haben:

2. Bitte benennen Sie eine Ansprechperson für das Siegel „Bewegung“ für Kontakt und Informationen (Name, E-Mail-Adresse):

3. Als Anlage werden beigefügt (bitte in der Anlage die dazugehörige Kapitelnummer angeben, z. B. „Kap. 1.1 Wochenplan Bewegung“, „Kap. 2.4 GSB-Zertifikat“):

Die Schule versichert, dass die Kriterien der [Präambel](#) an der Schule besprochen wurden und umgesetzt werden. Die Angaben des Antrags entsprechen der Realität. Einer eventuellen Begehung der Schule durch Mitglieder der Jury nach telefonischer Absprache wird grundsätzlich zugestimmt.

Datum, Unterschrift Elternbeiratsvorsitzende/r:

Datum, Unterschrift Schulleiter/in:
