

12. März 2024

„Tut gut“ bringt in Schulen Bewegung rein – zusätzliches Online-Angebot unterstützt bundesweite „Tägliche Bewegungseinheit“

LR Schleritzko/ LR Teschl-Hofmeister /BM Polaschek: Vor-Ort-Initiative in 250 Klassen, die dem Bewegungsmangel entgegenwirkt

Der Besuch von Bildungsminister Martin Polaschek und den niederösterreichischen Landesräten Christiane Teschl-Hofmeister und Ludwig Schleritzko in der Volksschule St. Pölten-Radlberg zeigte ganz deutlich: das älteste Programm von „Tut gut!“ - die „Bewegte Klasse“ – wirkt und trägt seit nunmehr 30 Jahren deutlich zur Gesundheitsförderung an Niederösterreichs Pflichtschulen bei.

Laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sollen Kinder und Jugendliche täglich mindestens 60 Minuten bei mittlerer bis hoher Intensität körperlich aktiv sein. „Mit der ‚Bewegten Klasse‘ leistet das Land Niederösterreich nicht nur einen wertvollen Beitrag zur Umsetzung der WHO-Empfehlungen. Denn neben der körperlichen Aktivität steht auch das Lernen im Sinne von bewegtem Denken, bewegt sein und gemeinsam bewegen im Fokus des Angebots“, betonen Landesrat Schleritzko, Landesrätin Teschl-Hofmeister und Bundesminister Polaschek. Das „Tut gut“-Programm ist eine Fortbildung für Lehrerinnen und Lehrer in Form von praktischer Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen in der Klasse, im Pausenraum, im Turnsaal, im Schulhof, auf dem Sportplatz, im Wald oder im Park. Langfristige Nutznießer der Maßnahme sind die Schülerinnen und Schüler.

Jeweils im April haben NÖ Pflichtschulen die Möglichkeit, sich an zwei Anmeldetagen für das Angebot im darauffolgenden Schuljahr zu bewerben. Die Schulen werden persönlich von „Bewegte Klasse“-Betreuern serviert - pro Schulstandort können zwei Lehrpersonen mit ihren Klassen am Programm teilnehmen. Aktuell werden im Programm „Bewegte Klasse“ insgesamt 240 Klassen in 122 Schulen (84 Volksschulen und 38 Schulen der Sekundarstufe 1) betreut.

Die digitale Form der „Bewegten Klasse“ ist ein niederschwelliges Bewegungsprogramm zum Mitmachen in Form einer 15-minütigen, angeleiteten Live-Bewegungspause, die via Zoom an einem definierten Tag pro Woche jeweils um 9, 10 und 11 Uhr direkt in die Klassen gestreamt wird.

Das Angebot wird derzeit von rund 120 NÖ-Klassen pro Monat in Anspruch genommen und das soll künftig deutlich ausgebaut werden. Denn im Zuge einer Kooperation mit „Fit Sport Austria“ ist die „Bewegte Klasse online“ als Beitrag zur „Täglichen Bewegungseinheit“ ab sofort in Pilotschulen in allen anderen Bundesländern verfügbar. Das Spektrum reicht dabei von einfach umsetzbaren Bewegungsübungen in spielerischer

NLK Presseinformation

Form über Tanzen, Rückengymnastik, Yoga und Jonglieren bis hin zu mentalen Tipps, wie zum Beispiel „Stille“-Übungen.

Nähere Informationen bei „Tut gut!“ unter 0676/8587034200, Mag. Thomas Klemm, und E-Mail thomas.klemm@noetutgut.at sowie noetutgut.at/bewegte-klasse



Überzeugten sich vom Programm „Bewegte Klasse“ der „Tut gut!“ Gesundheitsvorsorge in der Volksschule St. Pölten-Radlberg: Bildungsminister Martin Polaschek (3.v.l.), die niederösterreichischen Landesräte Christiane Teschl-Hofmeister (r.) und Ludwig Schleritzko (l.) sowie Alexandra Pernsteiner-Kappl (Geschäftsführerin der „Tut gut!“ Gesundheitsvorsorge) und Karl Fritthum (Bildungsdirektor für Niederösterreich)

© NLK Burchhart