

## Achtung fertig – Schritt für Schritt

### Beweggründe für eine gesunde Schule

Fachtagung für Lehrpersonen und Schulbehörden im Gebiet des regionalen Schulinspektorates Seeland

Bitte frankieren  
Affranchir s.v.p.

### Berner Gesundheit

Zentrum Jura bernois Seeland  
J. Verresiusstr. 18  
2501 Biel

#### Datum und Zeit

Freitag, 7. Mai 2010, 8.50 bis 16.30 Uhr, Saalöffnung: 8.00

#### Ort

Halle End der Welt, Bundesamt für Sport, Magglingen

#### Anreise

**Standseilbahn Biel-Magglingen.** Ab Bergstation etwa 15 Minuten zu Fuss  
Mit dem Auto: Zahlungspflichtige Parkplätze vor der Turnhalle  
siehe auch: <http://www.baspo.admin.ch>

#### Kosten

Fr. 85.– mit Mittagessen, Fr. 60.– ohne Mittagessen

#### Mittagessen

Menu mit Fleisch oder vegetarisch (bitte bei der Anmeldung angeben)

#### Anmeldung

Mittels Anmeldekarte, E-mail oder auf [www.bernergesundheit.ch](http://www.bernergesundheit.ch)  
bis 5. April 2010. Die Anzahl der Teilnehmenden ist beschränkt.

#### Zahlung

Bis 5. April 2010 auf PC-Konto 25-96-0, Stiftung Berner Gesundheit. Die Anmeldung ist gültig bei Zahlungseingang.

#### Annullierung

Bei Abmeldungen nach dem 6. April 2010 werden 50% der Tagungskosten verrechnet, ab 27. April 2010 100% der Kosten. Im Verhinderungsfall kann eine andere Person delegiert werden. Änderungen sind dem Tagungssekretariat vorgängig mitzuteilen.

#### Auskünfte

##### Tagungsorganisation:

Berner Gesundheit  
Zentrum Jura bernois-Seeland  
Ursula Eggman, Sekretariat  
[ursula.eggmann@beges.ch](mailto:ursula.eggmann@beges.ch)  
J. Verresiusstr. 18, 2501 Biel  
Tel: 032 329 33 70  
[www.bernergesundheit.ch](http://www.bernergesundheit.ch)

##### Schulorganisatorisch:

Regionales Schulinspektorat  
Seeland RIS  
Christine Calloni  
[christine.calloni@erz.be](mailto:christine.calloni@erz.be)  
Zentralstrasse 32 a, Postfach, 2501 Biel  
Tel: 032 328 70 20  
[www.erz.be.ch/schulinspektorate](http://www.erz.be.ch/schulinspektorate)

## Achtung, fertig – Schritt für Schritt

### Beweggründe für eine gesunde Schule

Fachtagung für Lehrpersonen und Schulbehörden im Gebiet des Regionalen Schulinspektorats Seeland

Freitag, 7. Mai 2010,  
Bundesamt für Sport, Magglingen



02.10 | Foto: [www.stock.xcimg\\_artvisions](http://www.stock.xcimg_artvisions) | © Berner Gesundheit, 2009



## Achtung, fertig – Schritt für Schritt

### Beweggründe für eine gesunde Schule

Sich bewegen ist ein Grundbedürfnis der Kinder und ein Ausdruck ihrer Lebensfreude. Bewegung wirkt sich positiv auf die Gesundheit und die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen aus und sie kann das Lernen fördern. Zu viel Bewegung gerade während des Unterrichts kann aber auch stören. Die Frage, wie Bewegung in den Schulalltag gewinnbringend integriert werden kann, beschäftigt viele Lehrpersonen.

Exekutive Funktionen wie Arbeitsgedächtnis, Selbstregulation von Verhalten und Aufmerksamkeit sowie kognitive Flexibilität haben einen grossen Einfluss auf die Schuleignung, die Leistungsfähigkeit und die sozial-emotionale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Exekutive Funktionen kann man kognitiv, aber auch körperlich durch Bewegungs- und Lernspiele trainieren und so schulische Lernprozesse und die emotionale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen fördern. Ebenso wie die Muskeln muss auch unser Hirn regelmässig trainiert werden, um fit zu bleiben. Mit gezielten und spielerischen Techniken können Gedächtnisleistungen und Motivation gestärkt werden, damit wir körperlich und geistig beweglich bleiben.

In verschiedenen Workshops wird gezeigt, wie wirkungsvolle Bewegungsförderung und bewusste Körperwahrnehmung konkret im Schulalltag eingesetzt werden können. Körperkult, der Zusammenhang zwischen Bewegung und sozialer Herkunft aber auch Chancen und Risiken im Spitzensport sind Themen, die an der Tagung aufgegriffen werden.

### Programm

- 8.00 **Saalöffnung und Kaffee**
- 8.50 **Begrüssung und Moderation:** Regionales Schulinspektorat Biel-Seeland
- 9.00 **BewegGründe**  
**Simone Eisner**, Leiterin Basisdienste Prävention der Berner Gesundheit
- 9.20 **Exekutive Funktionen spielerisch fördern**  
**Laura Walk**, Diplom Sportwissenschaftlerin, wissenschaftliche Mitarbeiterin am Transferzentrum für Neurowissenschaften und Lernen an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie III am Universitätsklinikum Ulm, Leitung Prof. Dr. Dr. Manfred Spitzer
- 10.20 **Bewegte Pause**
- 11.00 **... und was macht Magglingen für die Schulen**  
**Walter Mengisen, lic. phil I**, Rektor EHSM Magglingen
- 12.00 **Mittagspause**
- 13.30 **Workshops** (siehe beiliegende Liste)
- 15.00 **Pause**
- 15.15 **Hirnjogging und Motivation**  
Menschen zum Handeln bringen und langfristig motivieren  
**Gregor Staub**, mega memory® Gedächtnistraining
- 16.30 **Ende der Tagung**

## Anmeldetalon

### Achtung fertig – Schritt für Schritt

**Fachtagung für Lehrpersonen und Schulbehörden im Gebiet des Regionalen Schulinspektorats Seeland vom 7. Mai 2010**  
**Turnhalle End der Welt, CH 2532 Magglingen**

Anmeldeschluss:  
5. April 2010

Schule/Institution:

Strasse:

PLZ/Ort:

Telefon:

E-Mail:

**Teilnehmende:** Name/Vorname/Funktion (Lehrperson, Schulleitung, Schulbehörde)

1.

Mittagessen:  mit Fleisch  vegetarisch  ohne Essen

Workshop: 1. Priorität Nr. .... 2. Priorität Nr. .... 3. Priorität Nr. ....

2.

Mittagessen:  mit Fleisch  vegetarisch  ohne Essen

Workshop: 1. Priorität Nr. .... 2. Priorität Nr. .... 3. Priorität Nr. ....

3.

Mittagessen:  mit Fleisch  vegetarisch  ohne Essen

Workshop: 1. Priorität Nr. .... 2. Priorität Nr. .... 3. Priorität Nr. ....