



LERNEN > INHALTE > GESUNDHEIT

Bewegung

Stand: 01.02.2025



→ [www.km.bayern.de / lernen / inhalte / gesundheit / bewegung](http://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/gesundheit/bewegung)

Inhaltsverzeichnis

Bewegung	3
Voll in Form	3
Lerne durch Bewegung – LeBe!	3
Bewegte Schule	4
Lerne durch Bewegung – LeBe!	5
Voll in Form	5
Lerne durch Bewegung – LeBe!	5
Bewegte Schule	6

Bewegung



Bewegung außerhalb der Turnhalle: Auch im Klassenzimmer kann man körperlich aktiv sein ©.shock - stock.adobe.com

Mehr Sport und Bewegung in der Schule! Körperliche Aktivität ist nicht nur etwas für den Sportunterricht und außerunterrichtlichen Schulsport, sondern jedes Fach bietet Möglichkeiten für Bewegung. Diese Seite gibt einen Überblick über Konzepte und Initiativen zur Bewegungsförderung.

Voll in Form

Die Bewegungs- und Gesundheitsinitiative „Voll in Form: täglich bewegen - gesund essen - leichter lernen“ an den Grundschulen in Bayern zielt darauf ab, Bewegung und Ernährung fest in den Schulalltag zu integrieren und Kinder und Eltern für die Bedeutung gesunder Ernährung und regelmäßiger täglicher Bewegung zu sensibilisieren. An Tagen ohne Sportunterricht gibt es mind. 20 Minuten Bewegungszeit. Deshalb ist „Voll in Form“ in der Stundentafel der Grundschulordnung fest verankert. In Weiterentwicklung von „Voll in Form“ für die Grundschulen wurde zum Schuljahr 2020/2021 „Voll in Form II“ an den Mittelschulen gestartet, die besonders auf die Verknüpfung von Unterrichts- und Lerninhalten mit Bewegungsübungen im Klassenzimmer abzielt.

Lerne durch Bewegung – LeBe!

Bewegungsübungen LeBe! für die Grundschule



In den Übungen, jeweils mit einer Karteikarte sowie einem Videoclip als Anleitung, wird gezeigt, wie einfach und spielerisch Bewegung in den Unterricht integriert und gleichzeitig mit Lerninhalten verknüpft werden kann: Ob als Bewegungspause zwischen zwei Stunden oder zur Vertiefung von Lerninhalt danach.

[weiterlesen](#)

[/lernen/inhalte/gesundheit/bewegung/lernen-durch-bewegung-lebe](#)

Bewegte Schule

Die Initiativen „Bewegte Grundschule“ und „Bewegte Schule“ zielen darauf ab, die Bewegungsbedürfnisse unserer Kinder und Jugendlichen im Schulalltag zu berücksichtigen und zu fördern und zusätzliche Bewegungsmöglichkeiten zum einzigen Bewegungsfach Sport zu eröffnen – auch im Klassenzimmerunterricht und in der unterrichtsfreien Zeit.

Lerne durch Bewegung – LeBe!



Bewegung außerhalb der Turnhalle: Auch im Klassenzimmer kann man körperlich aktiv sein ©.shock - stock.adobe.com

Mehr Sport und Bewegung in der Schule! Körperliche Aktivität ist nicht nur etwas für den Sportunterricht und außerunterrichtlichen Schulsport, sondern jedes Fach bietet Möglichkeiten für Bewegung. Diese Seite gibt einen Überblick über Konzepte und Initiativen zur Bewegungsförderung.

Voll in Form

Die Bewegungs- und Gesundheitsinitiative „Voll in Form: täglich bewegen - gesund essen - leichter lernen“ an den Grundschulen in Bayern zielt darauf ab, Bewegung und Ernährung fest in den Schulalltag zu integrieren und Kinder und Eltern für die Bedeutung gesunder Ernährung und regelmäßiger täglicher Bewegung zu sensibilisieren. An Tagen ohne Sportunterricht gibt es mind. 20 Minuten Bewegungszeit. Deshalb ist „Voll in Form“ in der Stundentafel der Grundschulordnung fest verankert. In Weiterentwicklung von „Voll in Form“ für die Grundschulen wurde zum Schuljahr 2020/2021 „Voll in Form II“ an den Mittelschulen gestartet, die besonders auf die Verknüpfung von Unterrichts- und Lerninhalten mit Bewegungsübungen im Klassenzimmer abzielt.

Lerne durch Bewegung – LeBe!

Bewegungsübungen LeBe! für die Grundschule



In den Übungen, jeweils mit einer Karteikarte sowie einem Videoclip als Anleitung, wird gezeigt, wie einfach und spielerisch Bewegung in den Unterricht integriert und gleichzeitig mit Lerninhalten verknüpft werden kann: Ob als Bewegungspause zwischen zwei Stunden oder zur Vertiefung von Lerninhalt danach.

[weiterlesen](#)

[/lernen/inhalte/gesundheit/bewegung/lernen-durch-bewegung-lebe](#)

Bewegte Schule

Die Initiativen „Bewegte Grundschule“ und „Bewegte Schule“ zielen darauf ab, die Bewegungsbedürfnisse unserer Kinder und Jugendlichen im Schulalltag zu berücksichtigen und zu fördern und zusätzliche Bewegungsmöglichkeiten zum einzigen Bewegungsfach Sport zu eröffnen – auch im Klassenzimmerunterricht und in der unterrichtsfreien Zeit.