

MünchenSPD Stadtratsfraktion ■ Rathaus ■ 80313 München

Herrn  
Oberbürgermeister  
Dieter Reiter  
Rathaus

München, 29.11.2018

## **Angebot von Bewegungspausen in den Turnhallen**

### **Antrag**

Die städtischen Schulen öffnen ihre Turnhallen in den Pausen für die Schülerinnen und Schüler und ermöglichen ihnen ein kurzes betreutes Sport-Training.

Für ein paar Minuten während der Pausen können zum Beispiel angeboten werden:  
Ein kleiner Hindernisparcours mit Softbällen, Auspowerübungen, Übungen aus den Bereichen der Entspannung oder Geschicklichkeit und ähnliches.

### **Begründung**

Vielfältiges und häufiges Bewegen haben einen eindeutigen positiven Einfluss auf die kognitive Leistungsfähigkeit. In der Schule müssen die Schülerinnen und Schüler aber vor allem viel und lange sitzen.

Die Bewegungspause soll den Schülern helfen, sich besser konzentrieren zu können. Dies trägt auch zur Stressbewältigung bei. Eine bewegte Pause bietet viele Möglichkeiten und neue Spielideen für einen kurzen Zeitraum.

Es gibt bereits etliche Schulen, die Pausensport, u.a. durch SporthelferInnen, anbieten. Die Schüler/innen nutzen vor allem in der kalten Jahreszeit Bewegungsangebote in der Turnhalle. Dazu kommen die Schüler/innen zusammen, die Lust zum Austoben haben und vom Schulalltag abschalten wollen. Ein Sportangebot zum Beispiel mit Softbällen oder Seilen ist schnell auf- und abgebaut. Es wird auch getanzt und Musik gehört. Nach der Bewegung hat man dann wieder den Kopf frei für den weiteren Unterricht.

gez.

Verena Dietl  
Kathrin Abele  
Christian Müller

*Stadtratsmitglieder*

Cumali Naz  
Julia Schönfeld-Knor  
Birgit Volk

### **MünchenSPD Stadtratsfraktion**

Postanschrift: Rathaus, 80313 München  
Besuchsanschrift: Rathaus, 80331 München  
Tel.: 0 89- 23 39 26 27, Fax: 0 89- 23 32 45 99  
E-Mail: [spd-rathaus@muenchen.de](mailto:spd-rathaus@muenchen.de)  
[www.spd-rathaus-muenchen.de](http://www.spd-rathaus-muenchen.de)