



JEDEN TAG 3.000 SCHRITTE EXTRA.

Navigation

Servicenavigation und Suche

seitenübergreifende Suche

[Impressum](#) [Kontakt](#)
[Inhaltsverzeichnis](#)

Hauptnavigation

- [Die Prävention](#)
- [Prominente](#)
- [Hintergrund](#)
- [Aktionen](#)
 - [Terminvorschau](#)
 - [Ulla Schmidt geht mit](#)
 - [Mitgehen am Mittwoch](#)
 - [Bürger gehen mit Prominente gehen](#)
 - [Unterstützer gehen mit](#)
 - [Europa geht mit Frauensport-wochen](#)
 - [Lesen bewegt](#)
 - [Aktionsmappe](#)
 - [Pressemitteilung](#)
 - [Leseprobe T. Mann](#)
 - [Leseprobe K. May](#)
 - [Aktionen](#)
 - [Interviews](#)

Sie sind hier: [Die Prävention](#) > [Aktionen](#) > [Lesen bewegt](#)

Haupt-Inhaltsbereich dieser Seite:

Segeltörn auf dem Leseboot und 3.000 Schritte extra an Land

Eliteschule des Fußballs, Partnerschule des Leistungssports - an der Bertolt-Brecht-Schule in Nürnberg wird Bewegung groß geschrieben. Das Schulzentrum mit Ganztagsangebot setzt dabei auf Bewegung in jeder Hinsicht. Sogar in der Bibliothek. Dafür sorgt Andrea Rauch von der Stadtbibliothek Nürnberg, die zu den Trägern der Schulbibliothek zählt. Die engagierte

Weiterführende Informationen



Sandra Völker:

"Bewegung ist sehr wichtig für unseren Körper, auch und gerade dann, wenn die Gesundheit bereits beeinträchtigt ist. Ich selbst weiß das aus eigener Erfahrung, denn ich habe seit fünf Jahren Asthma. Deshalb setze ich mich dafür ein, dass an Asthma erkrankte Kinder durch Bewegung optimal gefördert werden."

- [Spaziergänge](#)
- [Themen-Spezial](#)
- [Bewegung](#)
- [Ernährung](#)
- [Früherkennung](#)
- [Vorbildliche Projekte](#)
- [Service und Materialien](#)
- [Presse](#)
- [bewegungs.coach](#)

Weitere Internet-Angebote



Initiativen



Partner der Kampagne



Schulbibliothekarin lässt sich einiges einfallen, um Schülerinnen und Schüler zum Lesen und zu mehr Bewegung zu motivieren. Wir haben mit ihr gesprochen.



Die Aktion "Lesen bewegt" motiviert dazu, sich im Alltag mehr zu bewegen. Hat Ihre Schule das als Partner des Leistungssports überhaupt nötig?

Andrea Rauch (lacht): Natürlich haben wir den Vorteil, dass viele Schülerinnen und Schüler sich bereits begeistert sportlich betätigen. Unsere Schule fördert Sporttalente in hohem Maße. Aber auch die anderen Schüler sollen nicht zu kurz kommen. Dabei kommt es uns darauf an, schulische Ausbildung und sportliche Förderung optimal miteinander zu verknüpfen. Das ist auch Ziel unserer Arbeit in der Bibliothek. Mit Aktionen wie "Lesen bewegt" haben wir dabei sehr gute Erfahrungen gesammelt.

"Lesen bewegt" ist also nicht die erste Aktion ihrer Art?

Andrea Rauch: Wir laden die Schülerinnen und Schüler immer wieder zu solchen Aktionen ein, zu "Spaziergängen zwischen

Gedichten" beispielsweise. Das war ein voller Erfolg. Unser Motto dazu lautete übrigens genau umgekehrt: "Bewegt Lesen." Die Aktion "Lesen bewegt - gemeinsam 3.000 Schritte extra" haben wir gerne aufgegriffen. Sie passt perfekt in unser Konzept. Das Schöne ist, dass Aktionen wie diese ohne erhobenen Zeigefinger vermitteln, wie viel Spaß regelmäßige Bewegung macht und was für ein wertvoller Kompass das Lesen für das Leben sein kann.

Wie gelingt es Ihnen konkret, Kinder und Jugendliche zu motivieren?

Andrea Rauch: Wir holen die Kinder und Jugendlichen bei ihren Interessen ab und knüpfen an ihre Erlebniswelt an. Ein gelungenes Projekt war beispielsweise die Interpretation von Gedichten als Tanz. Die Gedichte sind in den Darbietungen lebendig geworden. Das mögen junge Menschen gerne. Hier setze ich an. Dabei hilft auch, sich zu überlegen, was einen als Kind selber fasziniert hat. So entstand die Idee mit dem Leseboot für unsere jüngeren Schülerinnen und Schüler.



Ein Leseboot?

Andrea Rauch: Ja, Segeln ist etwas Tolles, Abenteuerliches und Aufregendes, aber auch etwas, bei dem ich Ruhe und Entspannung finden kann! Das Boot steht bei uns in der Bibliothek als Ankerplatz und Ausgangspunkt für gedankliches Fortsegeln. Unser ehemaliger Kollege, Herr Föhring, ist gelernter Schreiner und hat uns extra für diese Idee ein echtes Sportboot umgebaut. Vor kurzem haben wir das Leseboot zwischen Styropor-Eisschollen schwimmen lassen. Die Schülerinnen und Schüler haben mit ihren eigenen Texten und Bildern diese Eisschollen gestaltet. Im Bauch des Bootes gab es Literatur und Sachbücher rund um das Thema "Eisbären und ihr Lebensraum". Anschließend ging es in den Zoo zur Eisbärdame "Flocke".

Nach dem Segeltörn in der Bibliothek gab es also doch noch einen gemeinsamen 3.000-Schritte - Landgang?

Andrea Rauch: Na klar, in diesem Fall einen 3.000-Schritte-Spaziergang zum Zoo. Das macht Spaß, tut der Gesundheit gut und zeigt außerdem: die Bibliothek ist kein geschlossener Ort, sondern der Ausgangspunkt für Entdeckungsreisen. Wenn all das bei den Kindern ankommt, ist schon viel erreicht.

Bewegung und Gesundheit.
www.die-praevention.de
© Bundesministerium für
Gesundheit | [Drucken](#) | [nach oben](#)
|