

Børn lærer forskelligt. Nogen lærer bedst ved at lytte, mens andre lærer bedre ved at bevæge sig. Nogen børn husker bedre, hvad de har lært i forskellige forløb, hvis de bruger deres krop, ligesom vi kender det fra learning-by-doing-princippet. Det kan være nemmere at lave små brain breaks i de mindre klasser frem for i de større klasser, hvor opgaverne også bliver sværere, men så kan bevægelse f.eks. tænkes ind ved, at man som lærer stiller nogle spørgsmål, og så skal eleverne enten rejse sig eller sætte sig eller gå til højre eller venstre for at vise deres svar. Mulighederne for bevægelse er mange.

- **Trine**, Lærer på Marievangskolen

Motorikcafeer: vi gør det for, at forbygge og sætte tidlige indsatser ind, og få forældrekompetencerne ud – og få vores viden ud, så det bliver udbredt.

- **Marlene**, sundhedsplejerske

Bevægelse er en stor del af hverdagen på vores skole, for forskning viser, at bevægelse gavner både elevernes læring og trivsel. Derfor er vi i gang med at skabe en bevægelseskultur på skolen, så eleverne kan opleve en varieret, sjov og meningsfuld skoledag fyldt med idræt, leg og bevægelse

- **Jeanett**, Afdelingsleder på Marievangskolen

“Man er mere koncentreret bagefter, hvis man lige får en kort pause med noget bevægelse, når man ellers er ved at blive træt og ufokuseret”

“Vi kan se at bevægelse gør en forskel for eleverne. Vi mærker tydeligt, at børnene er mere glade og mere oplagte. Hvis jeg fornemmer efter 25 min, at mine elever på 2. årgang er fyldt op, så kan de holde koncentrationen i længere tid, hvis de lige får en kort pause, hvor vi laver et brain break og aktiverer kroppen og giver hjernen ‘en pause’ i timerne”

- Elev i 8. klasse på Marievangskolen

- **Sebastian**, Lærer på Marievangskolen

“...man kan godt arbejde med bevægelse, indenfor trivsel. Få opbygget en fælles bevægelsesglæde i klasserummet, som senere hen kan være med til at skabe de bedste forudsætninger for læring”

- **Jonas**, Lærer og bevægelsesvejleder på Stillinge Skole

Jeg har fået en bedre forståelse for, hvordan man kan inddrage bevægelse i undervisningen, og ikke mindst hvorfor