

Rezension in der Zeitschrift „Sport in Hessen“ 2/2020

**Kurze Bewegungspausen in der
Grundschule. 68 Bewegungspausen für
den Fachunterricht, Hanssen-Doose/
Handtmann/Opper/Worth,
Hofmann-Verlag,
ISBN 978-3-7780-2880-3, 19,90 Euro**

Dieses Buch enthält 68 erprobte und originelle Bewegungspausen, die auf ein konzentrierteres Lernen in allen Fächern und ein besseres Miteinander im Klassenzimmer abzielen. Im Theorieteil wird in das Thema Bewegung und Lernen eingeführt und der Forschungsstand zusammengefasst. Zudem liefert das Buch konkrete Umsetzungshilfen, wie der Fachunterricht bewegungsaktivierender gestaltet werden kann. Neben musikalisch-rhythmischen, spielerischen und entspannungsorientierten Bewegungspausen für den Einstieg gibt es auch welche für Fortgeschrittene. Unruhiges Verhalten und Konzentrationsmangel sind auch Reaktionen auf zunehmenden Stress und Leistungsdruck. Durch die hier vorgestellten Bewegungspausen erhalten Schüler/innen konkrete Impulse, sich zu regulieren.