

## Checkliste - Pausenplatz optimieren

Das Programm "Bisch fit?" Gesundes Körpergewicht möchte Schulen und Kindergärten in Graubünden unterstützen ihre Pausenplätze zu optimieren oder zu erneuern. Das Merkblatt (Rückseite) "In 5 Schritten zu einer bewegungsfreundlichen und naturnahen Schulumgebung" zeigt einen möglichen Weg um diesen Prozess erfolgreich zu führen. Fachpersonen besuchen die Schule und nehmen vor Ort einen Augenschein. Vorgängig ist es wichtig die folgenden Überlegungen im Team zu diskutieren. Dies erleichtert das effiziente Vorgehen um den „richtigen“ Pausenplatz für die Bedürfnisse der Kinder und der Schule/dem Kindergarten zu planen.

### Fragen und Überlegungen:

- Was sind für Kinder/Jugendliche auf dem Pausenplatz? (Schule, Kindergarten, Alter, Familien, etc.)
- Wie lange bleiben sie auf dem Pausenplatz? (Pause, am Morgen, am Abend, Wochenende, während dem Unterricht, etc.)
- Was sollen die Kinder/Jugendlichen auf dem Pausenplatz? (bewegen, austoben, erholen, lernen, entspannen, die Natur erleben etc.)
- Sind Eltern mit dabei?
- Wie viel Freiraum ist vorhanden?
- Welche Elemente gliedern die Landschaft? (Spielgeräte, Hügel, Hecken, Pflanzen, Steine, Sportplätze, etc.)
- Welche Qualitäten finden sich in der nahen Umgebung? (Wald, Wasser, etc.)
- Trägt das Areal einen Namen? Was war hier früher?
- Topografische Eingriffe, Zugang, Grenzen, Licht und Schatten?
- Schlagwörter: liegende Baumstämme, grosse Steine, Schleichwege, Höhlen, Drehsinn, Hüttli, rollende Spiele, Qualitäten für Mädchen, Gruppen, Jungs, Platz zum Alleine-Sein, ...
- Was sind die Wünsche der Kinder und der Lehr- und Kindergartenpersonen (Befragungen, Beobachtungen, etc.)
- Zeit/Termine (Wann soll der Pausenplatz fertig sein, Etappierung)
- Partizipation sollen Eltern und Kinder mithelfen bei der Gestaltung/Umsetzung?
- Budget (Welche Mittel können verwendet werden?)
- ...

Wenn Sie diese Punkte im Team diskutiert haben, besprechen wir gerne mit Ihnen das weitere Vorgehen. Die "5 Schritte zu einer bewegungsfreundlichen und naturnahen Schulumgebung" auf der Rückseite zeigen den Begleitungsprozess des Gesundheitsamtes im Detail auf.

### Kontakt:

**Hanspeter Brigger/Antonia Bundi**  
Gesundheitsförderung und Prävention  
Hofgraben 5, CH-7001 Chur  
Telefon 081 257 64 00  
[info@graubuenden-bewegt.ch](mailto:info@graubuenden-bewegt.ch)  
[graubuenden-bewegt.ch](http://graubuenden-bewegt.ch)

## In 5 Schritten zu einer bewegungsfreundlichen und naturnahen Schulumgebung

### 1. Initialberatung Telefon / E-Mail

- Telefon- / E-Mailauskunft
- Anmeldeformular & "Checkliste – Pausenplatz optimieren" erläutern
- Katasterpläne (Massstab 1:100 oder 1:200) in Papierformat der Schule einfordern
- Unterzeichnung des Commitments

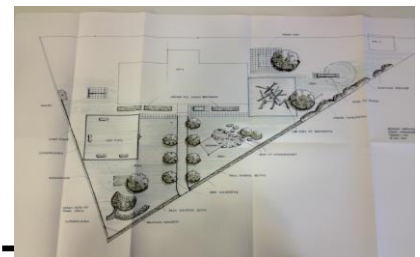
### 2. Begehung / Konzeptphase

- Begehung vor Ort mit Lehrpersonen, Schulleitung, Hauswart, Verwaltung, Gemeinderat, Eltern, Vereine, ...
- Grobkonzept, Konzeptskizze, Umsetzungsideen
- Budgetvorschlag
- Etappierung



### 3. Konkretisierungsphase

- Sichtung der Skizze vor Ort mit der Arbeitsgruppe
- Diskussion
- Sicherheit
- Öffentlichkeitsarbeit



---

### 4. Ausführungsphase

- Anpassung der Projektskizze
- Finanzierung, Budgeteingabe 1. Offerte
- Auftragsvergabe
- Bewilligung
- Unternehmer
- Mitarbeit Werkhof / Freiwilligenarbeit
- Beteiligung/Begleitung Schule



### 5. Inbetriebnahme

- Sicherheit
- Korrekturen, Anpassungen
- Benutzungsregeln, Schulordnung, Pausenaufsicht
- Pflege- und Unterhaltsplan, Rollenklärung
- Einweihungsfest / Öffentlichkeitsarbeit

Das Programm "Bisch fit?" Gesundes Körpergewicht kann die Schritte 1 bis 3 aktiv begleiten. In einem Commitment werden die Eckdaten erfasst und die Leistungen aufgelistet. Die Schule muss mit einem Arbeitsteam den Prozess aktiv begleiten und die gewünschten Unterlagen einreichen. Das Gesundheitsamt entscheidet anhand der Eingaben, ob das Projekt begleitet wird. Ab dem Schritt 4 geht es um die Ausführung, d.h. das Budget wird gesprochen und der Auftrag vergeben. Eventuell ist ein Coaching von unserem Gartengestalter in der Ausführungsphase sinnvoll, so wird gewährleistet, dass die gewünschten Ziele auch umgesetzt werden.

Angepasst aus den Unterlagen der Bildungsstelle Naturama Aargau, [www.naturama.ch](http://www.naturama.ch), Thomas Flory, 5000 Aarau August 2014