

Rücken macht Schule®

Ein Projekt, lanciert durch den Verein 

Der Bedarf nach **aktiver und direkter Bewegungs- und Gesundheitsförderung** in der **Schule** im Bereich Haltung und **Prävention von Rückenleiden** ist gross.

Nachweislich werden Haltungs- und **Bewegungsgewohnheiten schon im Kindesalter geprägt**. Diese beeinflussen erwiesenermassen die Gesunderhaltung des Rückens.

Spezifisches Wissen, **gezieltes Üben** und die ergonomische Gestaltung des Lernplatzes beeinflussen die Qualität der Körperhaltung und sind für die **Gesunderhaltung des Rückens** essentiell!

Durch die vierteljährlich von erfahrenen Physiotherapeuten und Gymnastiklehrern durchgeführten Interventionen in der Primarschule können korrekte Haltungs- und Bewegungsmuster eingeübt und Fehlbelastungen vermieden werden.

Auf **spielerische Art** vermitteltes Anatomie-Wissen wird in den **Turnlektionen lustvoll** vertieft.

Die **Lehrpersonen** werden aktiv ins Erlebnis **Rücken macht Schule®** einbezogen und sind **wichtige Stützen des Konzepts!**

Mit freundlicher Unterstützung von:
Departement Gesundheit und Soziales Aargau
Institut für Bewegungswissenschaften und Sport ETH Zürich



Rücken macht Schule® im Klassenzimmer

Kontakt:
Verein Kinder hoch 3
Hettlerstrasse 5
8104 Weiningen
Tel.043 / 819 00 24
Info@kinderhoch3.ch
www.kinderhoch3.ch



Rheumaliga Aargau
Bewusst bewegt

Schule

Familie

Kind

Rücken macht Schule®

Ein Projekt, lanciert durch den Verein 

Der Bedarf nach **aktiver und direkter Bewegungs- und Gesundheitsförderung** in der **Schule** im Bereich Haltung und **Prävention von Rückenleiden** ist gross.

Nachweislich werden Haltungs- und **Bewegungsgewohnheiten schon im Kindesalter geprägt**. Diese beeinflussen erwiesenermassen die Gesunderhaltung des Rückens.

Spezifisches Wissen, **gezieltes Üben** und die ergonomische Gestaltung des Lernplatzes beeinflussen die Qualität der Körperhaltung und sind für die **Gesunderhaltung des Rückens** essentiell!

Durch die vierteljährlich von erfahrenen Physiotherapeuten und Gymnastiklehrern durchgeführten Interventionen in der Primarschule können korrekte Haltungs- und Bewegungsmuster eingeübt und Fehlbelastungen vermieden werden.

Auf **spielerische Art** vermitteltes Anatomie-Wissen wird in den **Turnlektionen lustvoll** vertieft.

Die **Lehrpersonen** werden aktiv ins Erlebnis **Rücken macht Schule®** einbezogen und sind **wichtige Stützen des Konzepts!**

Mit freundlicher Unterstützung von:
Departement Gesundheit und Soziales Aargau
Institut für Bewegungswissenschaften und Sport ETH Zürich



Rücken macht Schule® im Klassenzimmer

Kontakt:
Verein Kinder hoch 3
Hettlerstrasse 5
8104 Weiningen
Tel.043 / 819 00 24
Info@kinderhoch3.ch
www.kinderhoch3.ch



Rheumaliga Aargau
Bewusst bewegt

Schule

Familie

Kind