

SITZANORDNUNGEN

- Direkter Blick zur Tafel ohne sich verdrehen zu müssen

Bei folgenden Anordnungen ist darauf zu achten, dass die Schüler ihre Sitzpositionen nicht über einen längeren Zeitraum einnehmen, da es zu Verspannungen und Fehlbelastungen der Halswirbelsäule kommt:

- U – Form
- L-Form
- Gruppen zu viert/ sechst
- und ähnliche Varianten

Also: Sitzpositionen verändern!

KONTROLLE des MOBILIARS

- Hilfreich stehen uns hier die Haltungsturnlehrerinnen zur Seite.
- In regelmäßigen Abständen überprüfen, ob Tisch- und Sesselhöhe noch entsprechen
- Kann ein Kind die Füße nicht auf den Boden stellen (es gibt auch einen kleineren Sessel) lässt sich mit Hilfe eines Stockerls Abhilfe schaffen.

SCHULTASCHEN – GEWICHT

Wieder ins Bewusstsein rücken, was wirklich in die Schultasche gehört. Eine Möglichkeit wäre, am Aktionstag die Schultaschen zu wiegen, mit den Ergebnissen zu rechnen, im Sachunterricht zum Thema machen und mit den Kindern gemeinsam die Taschen packen;

Spiel: Ich packe meine Schultasche (in Anlehnung „Ich packe in meinen Koffer“)

**TISCHE und STÜHLE rückenschonend transportieren
und heben!**