



Ganzheitliche Gesundheits- und Nachhaltigkeitsbildung durch bewegtes Lernen im Englischunterricht

Im Rahmen der bayernweiten Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus wurde im Jahr 2025 unter dem Leitgedanken „BalanceAkt“ im Zeitraum vom 13. bis 17. Oktober ein wichtiger Impuls zur Stärkung von Gesundheitsbewusstsein und Nachhaltigkeitskompetenz gesetzt. Im Mittelpunkt der Initiative steht die Förderung eines reflektierten Umgangs mit alltäglichen Entscheidungsprozessen in den Bereichen Ernährung, Bewegung, Konsum, Umweltverhalten, Haushaltsführung sowie digitaler Lebenswelt. Schülerinnen und Schüler werden dabei unterstützt, ökologische, ökonomische und soziale Perspektiven bewusst in ihr Handeln zu integrieren. Die Klasse 9a setzte sich unter Leitung ihres Klassenlehrers im Rahmen eines fächerübergreifenden Unterrichtsansatzes mit diesen Handlungsfeldern auseinander. Im Fokus standen die Analyse eigener Alltagsentscheidungen sowie deren Einordnung im Kontext nachhaltiger Lebensgestaltung. Die Umsetzung erfolgte im Fach Englisch in einer kreativ-bewegungsorientierten Lernsequenz. Nachhaltige und nicht nachhaltige Verhaltensweisen wurden in choreografische Ausdrucksformen übertragen und körperlich erfahrbar gemacht. Dadurch konnten abstrakte Inhalte kognitiv erarbeitet, emotional verankert und handelnd reflektiert werden. Die Verbindung von Bewegung, Reflexion und sprachlicher Auseinandersetzung verdeutlicht exemplarisch, wie zeitgemäßer Unterricht zur nachhaltigen Entwicklung von Gesundheits- und Lebenskompetenz beitragen kann.

i.A. S.Özdemir, SemR

