

# Störungen in den 5-Minuten-Pausen

**Beitrag von „keckks“ vom 9. November 2019 13:23**

ich glaube nicht, dass man den bewegungsdrang und das andere ärgern so strikt trennen kann. zudem: unerwünschtes verhalten verhindert man am einfachsten, indem man damit inkompatibles verhalten bestärkt/durchsetzt. wer draußen rennt oder im flur hüpfübungen abarbeitet, kann schlecht parallel im klassenraum andere ärgern.

(oder auch: was man im hundetraining alles für die schule mitnehmen kann...)

edit: falls der schutz zerbrechlicher inklusionskinder das argument contra bewegung ist, ist die einrichtung von ruhe- und bewegungszonen im pausenbereich eine gängige und gute lösung. hier soll man rennen, dort wird höchstens gegangen. zudem gibt es wie gesagt sehr viele körperliche belastungsformen, die stationär zu machen sind, stichwort körperspannung, planks, handstand, rumpfarbeit aller art, hüpfen, gleichgewichtsschulung...