

# Bewegung im Unterricht

**Beitrag von „Antimon“ vom 17. Oktober 2021 23:05**

Ja, ne? Was auch helfen kann ist, sich erst mal selbst zum Ei zu machen. Ich bewege mich sehr gerne und viel. In meinem Zimmer habe ich vor dem Korpus (ich habe noch so einen uralten, massiven Klinker-Tisch ...) einen kleinen Tisch stehen, auf dem ich oft auch im Schneider- oder Lotus-Sitz sitze. Ich sage den Jugendlichen, sie können mit ihren Stühlen machen was immer sie wollen, Hauptsache sie bewegen sich mal irgendwie. Bei meinen Jüngsten habe ich gerade ein Mädchen dabei, das gerne vor dem Tisch kniet beim Experimentieren. Da ermutige ich einfach den Rest auch irgendwas dergleichen zu machen, das klappt ganz gut.