

## «FlickFlack weckt an Schulen da

**Gesunde Schule? Ja klar, aber wie? Das Projekt FlickFlack leistet Unterstützung für einen gesunden und bewegten Schulalltag. Im Interview erläutert Projektleiter Flurin Dermon, welche konkreten Ziele verfolgt werden und wie die Umsetzung an den Schulen funktioniert.**

	Schulamt
	Freepik/ ZVG

**W**ieso braucht es das Projekt FlickFlack und wo liegt der Schwerpunkt?

*Flurin Dermon:* Ich bin überzeugt, dass eine gesunde Entwicklung unserer Kinder von enormer Bedeutung für das Leben jedes einzelnen Individuums, aber auch für uns alle als Gesellschaft ist. In einer leistungsorientierten Gesellschaft wird dem Thema ganzheitliche Gesundheit auf Kosten von anderen Schwerpunkten leider oft zu wenig Bedeutung, Platz und Zeit eingeräumt, obwohl genau dies letztendlich die Basis für eine leistungsfähige Gesellschaft wäre. Da sich in unserem Alltag die Begriffe «normal» und «natürlich» immer weiter voneinander entfernen, haben viele von uns verlernt, im Einklang mit dem eigenen Körper und Geist zu leben. Mit Wissen und Werkzeugen möchte ich Lehrkräfte, Eltern und Kinder dazu befähigen, ihre natürlichen Grundbedürfnisse wieder zu erkennen und zu fördern. Und auch aufzeigen, dass dies immer und überall mit wenig Zeitaufwand möglich ist, sobald man selbst erkannt hat, was gesund und glücklich macht und warum.

**Inwiefern wird dies im Liechtensteiner Lehrplan berücksichtigt?**

Der Liechtensteiner Lehrplan (LiLe) macht deutliche Aussagen zu den Leitideen des Fachbereichs «Bewegung und Sport» einerseits und zum Beitrag des Fachs zur ganzheitlichen Bildung und zur Schule als Gestaltungs-, Lern- und Lebensraum andererseits. Eines der Ziele der LiLe-Einführungsphase war auch, dass die Lehrpersonen um die Bedeutung der Bewegung für das Lernen wissen und dass Bewegung systematisch und regelmässig in den Schulalltag eingebaut ist.

**Welchen Beitrag kann das Projekt FlickFlack hier zusätzlich leisten?**



**Immer in Bewegung.** Die Schulen werden dank FlickFlack stärker f

Die Herausforderung ist wie so oft das Umsetzen der theoretischen Erkenntnisse in die Praxis. Daher erarbeiten wir gemeinsam mit den Multiplikatoren Tools und Werkzeuge, welche den Transfer in den normalen Schulalltag effizient und einfach machen sollen. Weiters geht es darum, das Gesundheitswissen aller Multiplikatoren zu stärken und ihre Kompetenzen zu erweitern, damit das Thema Gesundheit breit verankert wird. Letztendlich ist unabhängig von der Bezeichnung jeder, der mit Kindern Kontakt hat, zwangsläufig ein Multiplikator. Daher ist es genau so wichtig, dass wir unsere Tools und Erkenntnisse allen Lehrkräften und auch möglichst vielen Eltern und weiteren Beteiligten erklären und vorstellen. Es ist unser klares Ziel, das Gesundheitsbewusstsein aller Beteiligten, der Lehrkräfte, der Schüler und der Eltern zu stärken.

## «Interesse am Thema Gesundheit»



ür die Bedeutung der Bewegung, die sie für das Lernen der Schülerinnen und Schüler hat, sensibilisiert.

### Ziel des Projekts ist die Bewegungsförderung und die Gesundheit in Schule und Unterricht. Wer trägt Verantwortung für die Erreichung dieser Ziele?

Letztendlich trägt jeder alleine die Verantwortung für seine Gesundheit, daher ist es mir sehr wichtig, dass es uns innerhalb dieses Projektes gelingt, das Interesse an diesem Thema zu wecken und zu intensivieren. Mein Anliegen ist es, vorhandenes Wissen in diesem Bereich breit zu teilen, damit es wachsen kann. Wenn die Multiplikatoren und Lehrkräfte erkennen, welche Methoden sinnvoll und effizient sind, den Kindern Freude schenken, das Klassenklima verbessern, diese ohne grossen Aufwand umgesetzt werden können und dann auch noch die Lern-

erfolge verbessern, bin ich mir sicher, dass sich das Projekt langfristig positiv auf die Lebensqualität aller Beteiligten auswirken kann. Meine Verantwortung sehe ich darin, dass möglichst viele, möglichst viel Neues zum Thema gesunde Entwicklung lernen dürfen. Jeder von uns hat etwas andere Interessen und Stärken, aber wenn wir diese erkennen, können wir dafür brennen und gemeinsam viel erreichen.

### Weshalb gibt es die ehemalige Back Academy nicht mehr?

Im Frühjahr 2021 wurde durch das Schulamt eine Fokusevaluation der Back Academy durchgeführt und das Angebot analysiert. Als Erkenntnis resultierte daraus, dass die Nutzergruppe der Back Academy zu klein ist und

ein Angebot geschaffen werden soll, von dem künftig noch mehr Kinder profitieren können: Es war aber von Beginn an klar, dass das Haltungsturnen auch künftig seine Bedeutung beibehalten muss. Bei neuen Angeboten sollen künftig die Kindergarten- und Primarstufe sowie die Sekundarstufe I angesprochen werden. ■

**Flick  
Flack**  
Schulamt Fürstentum Liechtenstein

### Freude an Bewegung dank FlickFlack

Das Projekt «FlickFlack» fokussiert auf die Gesundheitsförderung in Schule sowie Unterricht. FlickFlack wurde im Schuljahr 2022/23 eingeführt und wird bis 2025 in den Schulalltag eingebunden. Die Schulen werden dabei unterstützt, den Kindern und Jugendlichen ausreichend Bewegung, ein gutes Körperbewusstsein und ergonomische Grundsätze zu vermitteln. Das Projekt ersetzt und erweitert die «Back Academy» (Haltungsturnen) und soll allen Schülerinnen und Schülern vom Kindergarten bis zur Sekundarstufe zugutekommen. ■



**Flurin Dermon**

Koordinationsperson FlickFlack  
Schulamt