



## Intendierte Lernergebnisse

Die Teilnehmenden können

- über ein vielfältiges Repertoire an bewegungsaktivierenden Lehrmethoden verfügen.
- Bewegung als Unterrichtsprinzip reflektiert und didaktisch sinnvoll in ihre Lehrpraxis einbinden.
- Faktenwissen über das Heidelberger Modell der bewegten Lehre benennen.

## Inhalte

Aktive Studierende sind der Schlüssel zu erfolgreicher Lehre. Der Workshop zeigt, wie bewegungsbasierte Methoden kognitive und körperliche Aktivierung verbinden und so den Lernerfolg steigern. Mit dem Heidelberger Modell der bewegten Lehre lernen Sie einfache Maßnahmen kennen, die Sitzunterbrechungen und kleine Bewegungen in Ihre Seminare integrieren – für lebendigere und gesündere Lehrveranstaltungen.

Konkrete Inhalte:

- Heidelberger Modell der bewegten Lehre
- Methodisch-didaktische Prinzipien einer (bewegungs-)aktivierenden Seminarpraxis
- Sitzendes Verhalten als Gesundheitsrisiko
- Praxisnahe Tipps

## Referent\*innen

Dr. Robert Rupp

## Zielgruppe

Lehrende sowie Promotionsstudierende der DSHS Köln. Lehrende anderer Hochschulen sind herzlich willkommen.

## Termin

24.03.26

## Anmeldeschluss

24.02.26

## Ort

SR 14 (Leichtathletikanlage)

## Umfang

8 Arbeitseinheiten, anrechenbar im Basis- oder Erweiterungsmodul des Zertifikatsprogramms „Professionelle Lehrkompetenz für die Hochschule“ des Netzwerks Hochschuldidaktik NRW. Der Workshop wird im Themenfeld Lehren und Lernen anerkannt.

## Gebühren

Die Teilnahmegebühr für Lehrende der DSHS übernommen. Externe Lehrende (Mitgliedshochschulen im Netzwerk Hochschuldidaktik NRW): 50,-€