

Herausgeber: GSB-WSB-Team | Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung – Außenstelle Ludwigsburg | www.lis-in-bw.de



INHALT

	Seite 2
Was sagt die Wissenschaft?	Seite 3
Wir blicken zurück	Seite 4
Sport und Bewegung mit Abstand – Sport und Bewegung im Freien	Seite 5
Über den Tellerrand geblickt – Materialien von anderen zum Thema	Seite 6
Online-Angebote des ZSL-LB Schwimmen in der Primarstufe	Seite 7
Das WSB-Mentorenprogramm Aktionen und Wettkämpfe	

LIEBE KOLLEGINNEN UND KOLLEGEN, LIEBE LESERINNEN UND LESER,



unser Alltag und somit auch das Schulleben wird nach wie vor von der Pandemie bestimmt. In diesem Zusammenhang wollen wir in unserer GSB-/WSB-Post zunächst auf die Forschungslage im Zusammenhang mit Corona und körperlicher Aktivität von Kindern und Jugendlichen blicken und Ihnen anschließend unterschiedliche Bewegungsangebote, Aktionen und auch Broschüren vorstellen, die sowohl für Grundschulen als auch für weiterführende Schulen interessant sind.

Außerdem finden Sie interessante und persönliche Statements der Profisportlerinnen und -sportler, welche im letzten Jahr gemeinsam mit Rudi unser digitales Sportangebot „Mach mit – bleib fit!“ gestaltet hatten. Sie berichten uns über ihre Vorbereitungen für die Olympischen Spiele in Tokio und wie sie die Zeit danach erlebt haben. In diesem Zusammenhang haben wir für Sie und Ihre Schülerinnen und Schüler ein Arbeitsblatt entwickelt. Gerne weisen wir Sie auf die Online-Angebote der Außenstelle hin, welche wir auf Seite 6 vorstellen.

Wollen Sie uns Rückmeldung zu unserer fünften Ausgabe der GSB/WSB-Post geben oder uns etwas in der nächsten Ausgabe mitteilen? Zögern Sie bitte nicht und schreiben Sie an:

Baerbel.Mueller@zsl.kv.bwl.de

Viel Spaß beim Schmökern und Ausprobieren wünscht Ihnen das GSB- und WSB-Team *Yasmin Baur-Fettah, Verena Gebre, Judith Herden, Melanie Macias Alvarez und Bärbel Müller*

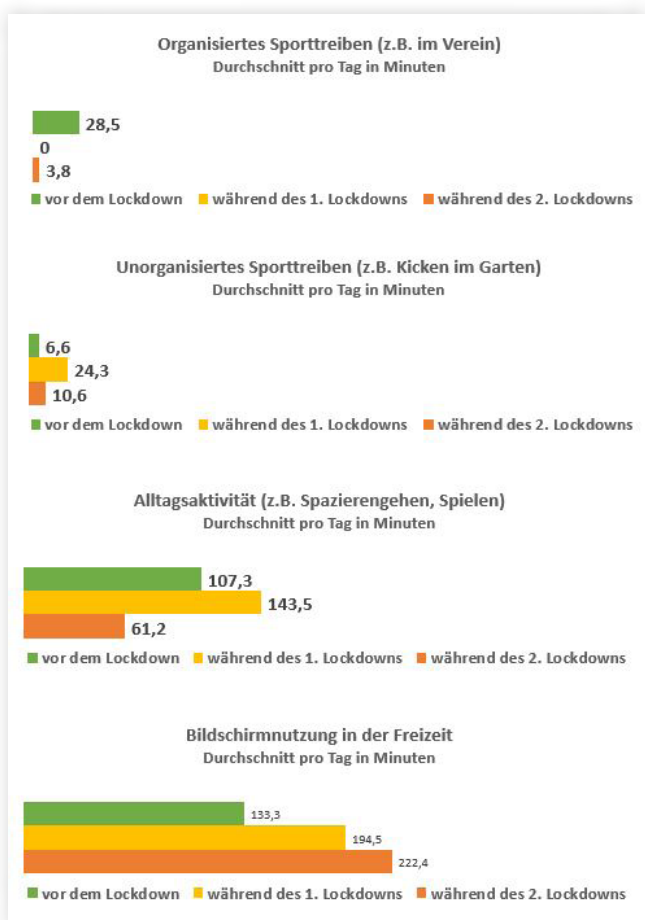
WAS SAGT DIE WISSENSCHAFT?



Auswirkungen von Corona auf die körperliche Aktivität und Fitness von Kindern und Jugendlichen

Die Corona-Pandemie beeinflusst uns in nahezu allen Bereichen. Gerade durch den ersten Lockdown Ende März 2020 und den Zweiten ab November 2020 haben sich typische Tagesabläufe für Kinder und Jugendliche verändert. Vor Corona besuchten sie täglich die Schule und hatten dort regelmäßigen Sportunterricht. Sie spielten und tobten in den Pausen mit Gleichaltrigen und konnten nach Schulschluss an Sport-AGs teilnehmen oder Angebote der Turn- und Sportvereine besuchen. Durch die Schließung der Schulen und die starken Einschränkungen der Turn- und Sportvereine wurde dieser Bewegungsbereich jedoch stark eingeschränkt und zwangsweise verändert.

Welche Auswirkungen Corona auf die körperliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen hat, zeigt eine Befragung von Teilnehmenden an der **Motorik-Modul-Studie (MoMo)**, unter der Leitung von Prof. Dr. Alexander Woll, Dr. Claudia Niessner und Dr. Doris Oriwol am Karlsruher Institut für Technologie.



Quelle: Motorik-Modul-Corona-Studie. Unveröffentlichte Daten. Karlsruher Institut für Technologie.

Während im ersten Lockdown die Alltagsaktivitäten und das unorganisierte Sporttreiben erfreulicherweise anstiegen, brachen diese während des zweiten Lockdowns komplett ein.

Welche langfristigen Folgen die Bewegungseinbrüche bei Kindern und Jugendlichen im späteren Alter haben werden, lässt sich nur erahnen. Andreas Silbersack, Vizepräsident des Deutschen Olympischen Sportbundes, spricht bereits von einer „verlorenen Generation“.

Ausblick: Auswirkungen der COVID-19-Pandemie auf die Fitness

Inwiefern sich die Pandemie bereits auf die Fitness der Kinder in Baden-Württemberg auswirkt, möchte die Kinderturnstiftung Baden-Württemberg mit dem diesjährigen Fitnessbarometer aufzeigen, der am 9. Juni 2021 veröffentlicht wird.

Ausführliche Informationen finden Sie in der [Pressemitteilung](#).

Leider konnten zahlreiche geplante Testungen im Jahr 2020 nicht durchgeführt werden und die Datenlage ist dadurch sehr eingeschränkt. Es lassen sich jedoch Tendenzen hinsichtlich der Schnelligkeit und Ausdauerfähigkeit der Kinder erkennen.

Einmal jährlich veröffentlicht die Kinderturnstiftung Baden-Württemberg gemeinsam mit dem Forscherteam um Prof. Dr. Klaus Bös und Dr. Claudia Niessner vom Institut für Sport und Sportwissenschaft des Karlsruher Instituts für Technologie den Fitnessbarometer. Hierfür werden die anonymisierten Daten der Initiative „Turnbeutelbande – Motorik-Test für Kinder“ ausgewertet, welcher die motorischen Fähigkeiten Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination, Kraft und Beweglichkeit erfasst.

Die Stiftung und ihre Partner nutzen die Ergebnisse des Fitnessbarometers, um die Öffentlichkeit und Entscheidungsträgerinnen und -träger für die Bedeutung von Bewegung und Fitness für die kindliche Entwicklung zu sensibilisieren und Ansatzpunkte für bewegungsfördernde Initiativen und Programme zu liefern.

Um langfristig wieder eine repräsentative Datenbasis für Baden-Württemberg zu haben und auch mögliche Auswirkungen der Corona-Pandemie statistisch untersuchen zu können, sind Sie als Lehrkraft ganz herzlich eingeladen, mit ihrer Gruppe Teil der Turnbeutelbande zu werden, indem Sie den Motorik-Test durchführen. Damit leisten Sie einen wertvollen Beitrag zum Gelingen der zukünftigen Fitnessbarometer. Darüber hinaus ist es für die Kinder ein Highlight Teil der Turnbeutelbande zu werden und Sie als Lehrkraft können auf Basis der Ergebnisse Bewegungsangebote mit entsprechenden Schwerpunkten gestalten.



Informationen zum Test und **Tipps zur Durchführung unter coronabedingten Einschränkungen** finden Sie unter www.turnbeutelbande.de/.

Bei Fragen zur Turnbeutelbande oder dem Fitnessbarometer wenden Sie sich gerne per E-Mail an info@turnbeutelbande.de oder telefonisch an die

Service-Nummer 0163-7760280.

Tipps für Bewegungspausen



Im Anschluss an die Durchführung der „Turnbeutelbande“, gibt es zahlreiche Angebote und Materialien, die Motorik und das Bewegungsverhalten der Kinder im Schulalltag gezielt zu fördern. Wir stellen Ihnen zwei Tipps für den (Wieder-)Einstieg unter Pandemiebedingungen vor:



Hier geht es zu den Pausenbildern mit Abstands- und Hygieneregeln.

Kitu-App: Gemeinsam spielen und bewegen
Jeder Reiz und jedes Angebot hilft dabei, dem Bewegungsmangel der Kinder und Jugendlichen entgegenzuwirken und dadurch ihre Gesundheit zu fördern!



Hanna Kron und Tanja Eberhardt (KIT)
 Gina Henz (Kinderturnstiftung Baden-Württemberg)

In diesem Zusammenhang weisen wir gerne auf eine Fortbildung der Außenstelle Ludwigsburg am 24.06.2021 hin. Unter dem Titel „Bewegungs-, Spiel- und Sporterziehung in den Klassen 1 und 2“ wird neben „Sport und Bewegung unter Pandemiebedingungen“ sowie „Kinderleichtathletik“ die Initiative der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg: „Turnbeutelbande – Motorik-Test für Kinder“ online vorgestellt. Anmeldung: Verena.Gebre@zsl.kv.bwl.de

WIR BLICKEN ZURÜCK

In unserer letzten Ausgabe berichteten wir über unsere Aktion „Mach mit – Bleib fit!“ in welcher Rudi Ren(-)tier sich gemeinsam mit Profisportlerinnen und -sportlern auf die Olympischen Spiele vorbereitet. Wie geht es ihnen jetzt ca. 6 Wochen vor Beginn der Spiele?

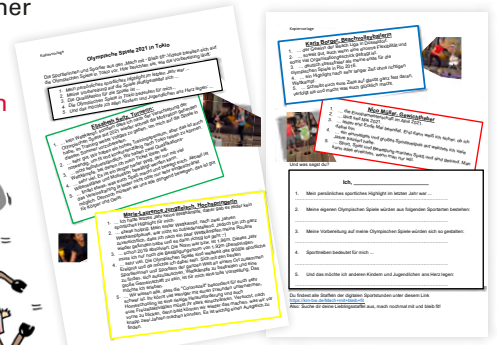
„Mach mit – bleib fit!“



Unsere Profisportlerinnen und -sportler und die Olympischen Spiele in Tokio

Wir haben unseren Sportlerinnen und Sportlern aus unseren digitalen Sportstunden „Mach mit – Bleib fit“ mit Blick auf die geplanten Olympischen Spiele in Tokio um einige persönliche Aussagen gebeten. Gerne haben sie uns diese gegeben – ein Anlass, diese Themen auch mit Schülerinnen und Schülern aufzugreifen und ihre eigene sportliche Tätigkeit zu reflektieren!

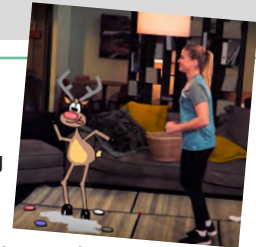
Hier geht es zu einer Druckversion für Ihren Unterricht: **Arbeitsblätter zum Ausdrucken.**



1. Mein persönliches sportliches Highlight im letzten Jahr war ...
2. Meine Vorbereitung auf die Spiele läuft/gestaltet sich ...
3. Die Qualifikation für die Spiele ist ...
4. Die Olympischen Spiele in Tokio bedeuten für mich ...
5. Und das möchte ich allen Kindern und Jugendlichen ans Herz legen: ...

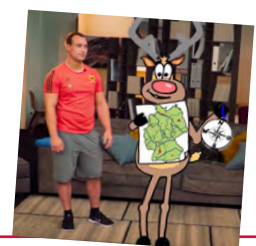
Elisabeth Seitz, Turnerin

1. ... kein Wettkampf, sondern dass ich nach der Verschiebung der Olympischen Spiele auf 2021 wieder schnell die Motivation gefunden habe, im Training weiter Vollgas zu geben, um mich auf die Spiele in diesem Sommer vorzubereiten.
2. ... sehr gut. Wir haben ein hohes Trainingspensum, aber das ist auch notwendig, um fit und konkurrenzfähig nach Tokio reisen zu können.
3. ... nicht selbstverständlich. Wir haben zwei Qualifikations-Wettkämpfe, bei denen ich mein Ticket lösen will.
4. ... sehr viel. Es ist ein langer harter Weg, der nur mit viel Willensstärke und Motivation bewältigt werden kann.
5. ... Findet etwas, was euch Spaß macht und bewegt euch. Aktuell ist das Vereinstraining ja leider nicht oder nur sehr eingeschränkt möglich. Dennoch müssen wir uns alle dringend bewegen, das ist gut für Körper und Geist.



Nico Müller, Gewichtheber

1. ... die Europameisterschaft im April 2021.
2. ... läuft seit Mai 2021.
3. ... leider erst Ende Mai beendet. Erst dann weiß ich sicher, ob ich dabei bin.
4. ... ein einmaliges und großes Sportereignis auf welches ich viele Jahre trainiert habe.
5. ... Sport, Spiel und Bewegung machen Spaß und sind gesund. Man kann alles erreichen, wenn man nur will.



Karla Borger, Beachvolleyballerin

1. ... der Gewinn der Beach Liga in Düsseldorf.
2. ... soweit gut, auch wenn eine enorme Flexibilität und somit viel Organisationgeschick gefragt ist.
3. ... deutlich stressfreier als meine erste für die olympischen Spiele in Rio 2016.
4. ... ein Highlight nach sehr langer Zeit ohne richtigen Wettkampf.
5. ... Schreibt euch eure Ziele auf glaubt ganz fest daran, verfolgt sie und macht was euch glücklich macht.



Marie-Laurence Jungfleisch, Hochspringerin

1. ... Ich hatte letztes Jahr keine Wettkämpfe, daher gab es leider kein sportliches Highlight für mich.
2. ... etwas holprig. Mein erster Wettkampf, nach zwei Jahren Wettkampfpause, war nicht so zufriedenstellend. Jedoch bin ich ganz zuversichtlich, dass ich nach ein paar Wettkämpfen meine Routine wieder gefunden habe und es dann richtig los geht :-)
3. ... schon 2019 absolviert. Die Norm war bzw. ist 1,96m. Dieses Jahr muss ich nur noch die Bestätigungsnorm von 1,92m überspringen.
4. ... sehr viel. Die Olympischen Spiele sind weltweit das größte sportliche Ereignis und da möchte ich dabei sein. Sich mit den besten SportlerInnen der ganzen Welt an einem Ort zusammen zu finden, sich auszutauschen, Wettkämpfe zu bestreiten und eine große Gemeinschaft zu sein, ist für mich eine tolle Vorstellung. Das möchte ich erleben.
5. ... Wir wissen alle, dass die „Coronazeit“ besonders für euch sehr schwer ist. Ihr könnt viel weniger mit euren Freunden unternehmen, Homeschooling ist eine riesige Herausforderung und auch eure Freizeitaktivitäten müsst ihr stark einschränken. Versucht, nach vorne zu blicken, denn bald önnen wir wieder das machen, was wir vor knapp zwei Jahren machen konnten. Es ist wichtig einen Ausgleich zu finden.



Die digitalen Sportstunden finden Sie weiterhin auf der Homepage des Kultusministeriums unter **Mach mit – Bleib fit!**

Fächerübergreifende Materialien der Deutschen Olympischen Akademie für die Primar- als auch für die Sekundarstufe finden Sie unter www.olympia-ruft.de.

SPORT UND BEWEGUNG MIT ABSTAND – SPORT UND BEWEGUNG IM FREIEN

Sport und Bewegung mit anderen Menschen sind wichtig und machen Spaß! Viele Spiele und Übungen können ohne Probleme unter Berücksichtigung der allgemeinen Abstands- und Hygieneregeln durchgeführt werden. Wir stellen hier einige Beispiele vor.



Das Stuttgarter Programm Gemeinschaftserlebnis Sport (GES) kooperiert seit vielen Jahren mit der Außenstelle Ludwigsburg und stellt hier Auszüge aus seinem Programm vor. Die aufgeführten Spiele zeigen auf, dass soziales Miteinander auch mit Abstand möglich ist.

Gemeinsames Sporttreiben mit Abstand als Ausgleich zum Social Distancing



Aktuelle Studien zeigen, dass es um das Bewegungsverhalten der Kinder und Jugendlichen – speziell im zweiten Lockdown – nicht gut bestellt ist. Die tägliche Bewegungszeit sinkt, die Zeit der Nutzung von digitalen Geräten steigt und das Ernährungsverhalten wird schlechter. Die Kinder und Jugendlichen berichten über psychosomatische Symptome wie Niedergeschlagenheit, erhöhte Reizbarkeit, Kopf- und Bauchschmerzen¹. Vier von zehn treiben überhaupt keinen Sport².

Wie es dennoch gelingt, Kinder und Jugendliche zu mehr Bewegung zu animieren? Lesen Sie hier den interessanten Artikel inklusive Spielideen.

Auf dem YouTube Kanal des GES finden Sie weitere Anregungen in unterschiedlichen

<https://www.youtube.com/channel/UCnMBk5KRAsilMJwr0ZGo24g>



¹ Ravens-Sieberer, U., Kaman, A., Otto, C. et al. Seelische Gesundheit und psychische Belastungen von Kindern und Jugendlichen in der ersten Welle der COVID-19-Pandemie – Ergebnisse der COPSYS-Studie. Bundesgesundheitsblatt (2021). <https://doi.org/10.1007/s00103-021-03291-3>. Zugriff am 05.05.2021

² https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3798710 Zugriff am 05.05.2021

Die folgenden Vorschläge hat das GSB/WSB-Team für Sie zusammengetragen.

„Spaziergang 2.0“ – Outdoor-Ideen und Bewegungsmöglichkeiten außerhalb des Schulgeländes



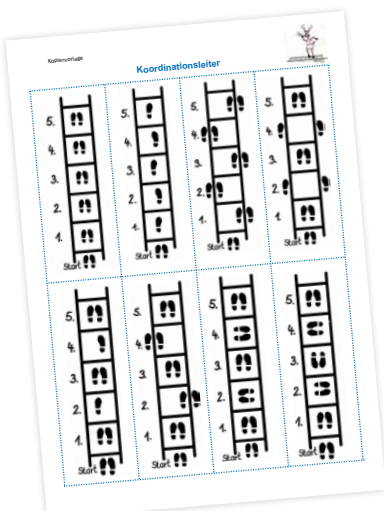
Wenn ein Sportunterricht in herkömmlichem Sinne nicht erlaubt, Bewegung im Freien allerdings sinnvoll und wünschenswert ist, bieten sich verschiedene Möglichkeiten an, um einen Spazier- oder Lerngang etwas attraktiver zu gestalten. Hierzu eignen sich besonders Orientierungsläufe jeglicher Art, die je nach Alter und der damit einhergehenden Aufsichtspflicht einsetzbar sind. Vor Beginn des jeweiligen Laufs werden die Schülerinnen und Schüler auf die notwendigen Regeln hingewiesen. Wir stellen **hier** im Überblick einige geeignete Ideen vor.



Bewegungsaufgaben an der Koordinationsleiter für alle Klassenstufen



Für die „Bewegungspausen zwischendurch“ bieten sich unter den aktuellen Bedingungen Bewegungsaufgaben an der Koordinationsleiter hervorragend an. Die Koordinationsleiter kann schnell, einfach, variationsreich und mit wenig organisatorischer Vorbereitung eingesetzt werden.



Hier geht es zur Koordinationsleiter



Spielen mit dem Hacky Sack



Warum nicht wieder einmal mit dem Hacky Sack (oft auch „Footbag“ genannt) spielen? Er eignet sich hervorragend als variantenreiches Spielgerät für Bewegungspausen auf dem Schulhof, beim Fernunterricht oder für Spiel- und Übungsformen beim Sporttreiben mit Abstand und kann einfach selbst hergestellt werden. Weitere Informationen



finden Sie hier:
Hier geht es zu den Spielen mit dem Hacky Sack



ÜBER DEN TELLERRAND GEBLICHT – MATERIALIEN VON ANDEREN ZUM THEMA



Bundesweit werden Broschüren und Materialien zum Thema „Sport unter Pandemiebedingungen“ ausgearbeitet. Gerne verweisen wir hier auf Materialien, welche von der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung vorgestellt werden.

Broschüre: „Bewegung, Spiel und Sport in der Schule unter COVID-19 Bedingungen – ein Leitfaden für Schulleitungen und Lehrkräfte“

Die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung stellt auf ihrem Schulportal zahlreiche Materialien zum **Sporttreiben während der Pandemie** vor. Besonders empfehlen möchten wir Ihnen **Handreichung** der kommunalen Unfallversicherung Bayern/Bayerische Landesunfallkasse, welche im ersten Teil einen Überblick über die notwendigen Maßnahmen und Rahmenbedingung speziell für Bayern gibt. Einen echten Mehrwert haben jedoch auch Lehrkräfte in Baden-Württemberg dadurch, dass im gut strukturierten und übersichtlich bebilderten Praxisteil zahlreiche Übungen und Spiele vorgestellt werden, die auch als „Aktivitätskarten“ genutzt werden können.



ONLINE-ANGEBOTE DES ZSL-LB

Diese neuen Angebote können Sie bequem von überall in Anspruch nehmen.

Die Online-Sprechstunde Sport



Mit der Online-Sprechstunde Sport wollen wir sie zu aktuellen Themen rund um den Sportunterricht auf dem Laufenden halten. Veranstaltungen zum Sportunterricht unter Pandemiebedingungen und Kooperationsveranstaltungen mit der „Leichtathletik Baden-Württemberg“ haben dazu bereits stattgefunden.

In den kommenden Wochen begrüßen Sie Alexander Beer und Jan Wachsmuth und ihre Referenten zu folgenden Terminen und Themen:

- 09.06.2021 – 15:00 bis 16:00 Uhr
Online Sprechstunde Sport
Pandemiebedingungen und Sport
- 10.06.2021 – 15:00 bis 16:00 Uhr
Spielen, Spiele, Spiel: Fußball lernen durch Fußball spielen: Spielkompetenzmodell und Spielintelligenz
- 24.06.2021 – 15:00 bis 16:00 Uhr
Spielen, Spiele, Spiel: Fußballspezifisches Schnelligkeitstraining mit dem Schwerpunkt Handlungsschnelligkeit

Für diese Veranstaltungen sind keine Anmeldungen notwendig. Betreten Sie einfach den Raum über den folgenden Link zur angegebenen Zeit:

<https://kvgl.lehrerfortbildung-bw.de/b/ale-q2u-jOz-vmt>

Alexander Beer, ZSL-Außenstelle Ludwigsburg

Feed bei Threema zu sportlichen Themen



Sie wollen nichts verpassen? Dann abonnieren Sie unseren Feed bei Threema mit „Start Sport-ZSL“ ganz einfach in Threema durch Scannen des QR Codes:

https://threema.id/*BC1WX37?text=start%20zsl



ZSL
Zentrum für Schulqualität
und Lehrerbildung
Baden-Württemberg
Außenstelle Ludwigsburg



SCHWIMMEN IN DER PRIMARSTUFE



Wenn Sie vom Angebot der Stiftung Sport in der Schule profitieren wollen, dann melden Sie Ihre Schwimm-AG gleich an.

Stiftung Sport in der Schule fördert 200 außerunterrichtliche Anfängerschwimm-AGs im Primarbereich – Vorabmeldungen: 9.–16. Juni 2021



Die Stiftung Sport in der Schule möchte außerunterrichtliche Schwimmangebote im Primarbereich verstärkt fördern, da aufgrund der Corona-Pandemie seit März 2020 die Schwimm- und Hallenbäder für den Publikumsverkehr geschlossen und für den Schulsport nur kurze Zeit geöffnet hatten. Deshalb beabsichtigt die Stiftung, in den kommenden beiden Schuljahren insgesamt bis zu 200.000 Euro für Anfängerschwimmkurse in Form von außerunterrichtlichen Veranstaltungen (AGs) bereitzustellen. Pro Kurs stehen 500 Euro zur Verfügung. Insgesamt sollen bis zu 400 Kurse ermöglicht werden.

In mindestens 15 Einheiten soll für Schülerinnen und Schüler der Klassen 1 bis 4 in einer Anfängerschwimm-AG der Grundstein auf dem Weg zur Schwimmfähigkeit gelegt werden. Inhaltlich müssen die Wassergewöhnung (Aufenthalt, Stehen, Gehen, Drehen, Rollen, Schweben, Auftreiben) und das Erlernen der Grundfertigkeiten des Schwimmens (Atmen, Tauchen, Springen, Gleiten und Fortbewegen) abgebildet werden (Niveaustufen 1 und 2 der „Empfehlungen für den Schwimmunterricht“).

Das Angebot richtet sich an alle Grundschulen, Gemeinschaftsschulen mit Primarstufe und Grundstufen der Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentren in Baden-Württemberg.

Schulen können sich im Zeitraum **vom 9. bis 16. Juni 2021** online unter <https://www.ssids.de/formulare/bewerbung-ag-anfaengerschwimmen> vorab für die Förderung anmelden und bewerben. Ausführliche Informationen zu dieser Maßnahme finden Sie auf <https://www.ssids.de/schulsport-in-bw/themen/aktuellste/ag-anfaengerschwimmen>. Materialien zum Thema Anfängerschwimmen können über die Stiftung Sport in der Schule bezogen werden: <https://www.ssids.de/schulsport-in-bw/publikationen/katalog/reihe-4/4-sn-12>.

Gabriella Notaro, Stiftung Sport in der Schule

„Schwimmen Lehren und Lernen in der Grundschule – Bewegungserlebnisse und Sicherheit am und im Wasser“ – Rückblick auf den Landeskongress und Material zur Unterstützung

Einen Rückblick auf den Schwimmkongress sowie wie auf online erhältliche Materialien erhalten Sie [hier](#).

In diesem Zusammenhang erhalten alle Grundschulen und alle Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungs-



zentren in Baden-Württemberg ein Starterpaket bestehend aus Broschüre Handkartenset, Plakat und Anschreiben der Ministerin und der Unfallkasse Baden-Württemberg kostenlos zugesandt, sowie den Schulschwimmpass Baden-Württemberg, der die vier Niveaustufen des Schwimmen Könnens abbildet.

Annette Brellocks, ZSL-Außenstelle Ludwigsburg

DAS WSB-MENTORENPROGRAMM



Ausbildungsunterlagen für weiterführende Schulen mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt (WSB)

Im Zentrum des WSB-Mentorenprogramms steht die Ausbildung von Schülerinnen und Schülern zu kompetenten Mentoren, welche ihre Mitschülerinnen und Mitschüler mit



Bewegungsangeboten innerhalb der Schule unterstützen. Die **Broschüre** stellt 12 aufeinander abgestimmte Module vor, welche jeweils einen tabellarischen Überblick über die Ziele und Inhalte sowie alle notwendigen Materialien wie Lesetexte, Arbeitsblätter und Spielbeschreibungen bieten.

WSB-Team

AKTIONEN UND WETTKÄMPFE

Ihre Schule plant eine „bewegte Aktion“? Hier finden Sie Anregungen.

„Schulsport-Stafette“ vom 26. Juli bis 24. September 2021 und „Bundesfinale 2021 vor Ort“ vom 27. September bis 1. Oktober 2021



Aufgrund der unverändert schwierigen Situation für den Schulsport durch die Corona-Pandemie kann auch das Herbstfinale 2021 nicht in seiner gewohnten Form durchgeführt werden kann. Um dennoch an der Weiterführung des Wettbewerbs Jugend trainiert für Olympia & Paralym-

pics festzuhalten und allen Schülerinnen und Schülern in Deutschland ein Bewegungs- bzw. Wettbewerbsangebot zu ermöglichen – und damit ein Zeichen für den Schulsport zu setzen –, hat die Deutsche Schulsportstiftung in Zusammenarbeit mit den Kultusministerien und den beteiligten Spitzensportverbänden ein alternatives Konzept erarbeitet. Im Namen von „Jugend trainiert“ fällt am 9. August 2021 der offizielle Startschuss zur „Schulsport-Stafette“. An dieser Schulsportwoche, mit oder ohne Wettbewerbscharakter, können sich alle Schulen bundesweit beteiligen. Anmeldeschluss für den Wettbewerb wird der 2. Juli 2021 sein.

Alle weiteren Informationen finden Sie [hier](#).



Steh auf und lauf! 1. Deutsche Meisterschaft im Sponsorenlauf gestartet



In den letzten beiden Wochen vor den Sommerferien veranstalten Schulen bundesweit Sponsorenläufe und wetteifern

um den Meistertitel. Die neu entwickelte App „Held für die Welt“ motiviert zu gesunder Bewegung und erfasst gleichzeitig die gelaufene Strecke, sammelt Sponsorengelder bargeldlos ein und errechnet ein tagesaktuelles Ranking aller teilnehmenden Schulen. Es handelt sich hierbei um eine sichere Schulveranstaltung, die ohne viel Aufwand und ohne Infektionsrisiko auch in Pandemiezeiten garantiert durchgeführt werden kann. Mitinitiatorin Sibylle Jendrowiak freut sich nicht nur über die ausdrückliche Fürsprache von Bundesbildungsministerin Anja Karliczek, sondern auch über einen bisher gelungenen Startverlauf. „Wenn wirklich alle Schülerinnen und Schüler der angemeldeten Schulen mitlaufen, gehen derzeit bundesweit über 90.000 Personen an den Start. Im kommenden Jahr werden es sicher noch mehr sein.“

Auch wenn eine Anmeldung für diesen Durchgang nicht mehr möglich ist, so heißt es: Nach der Siegerehrung im September geht der Spaß wieder von vorne los. Eine Anmeldung für die Meisterschaft 2022 ist jetzt schon möglich. Im nächsten Jahr können die Schulen dann sogar bis zu 50 % der Spenden für sich selbst nutzen und zusätzlich Entwicklungshilfeprojekte für Kinder auf der ganzen Welt vorschlagen.

Informationen zur Meisterschaft und der App finden Sie im Internet unter heldfuerdiewelt.de



Per Lauf-App zum Held für die Welt

Skipping Hearts – Seilspringen macht Schule



Schätzungen zufolge sind Bewegungsmangel, Rauchen und ungesunde Ernährung weltweit für rund 80% der Todesfälle in den Industriestaaten, die in Folge von Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall auftreten, verantwortlich. Ein ungesunder Lebensstil wirkt sich schädigend auf die Herzkranzgefäße aus und führt zu den Risikokrankheiten Bluthochdruck, Diabetes und Fettstoffwechselstörungen (hohes Cholesterin). Umso wichtiger ist ein frühzeitiges Gegensteuern. Nach dem Referenzsystem der World Health Organization (WHO) sind 17,5% der 5-17-Jährigen von Übergewicht betroffen, weitere 8,8% sind sogar adipös. Ähnlich ungünstig sind die Zahlen, wenn man sich das Aktivitätsverhalten anschaut. So erreichen nur 22,4% der Mädchen und 29,4% der Jungen (Altersbereich: 3–17 Jahre) die Bewegungsempfehlung der WHO von mindestens einer Stunde mäßiger bis anstrengender körperlicher Aktivität pro Tag. Zusätzlich zeigt sich, dass die Prävalenz für das Erreichen der Bewegungsempfehlung mit steigendem Alter kontinuierlich abnimmt.

Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken, hat die Deutsche Herzstiftung das Präventionsprojekt Skipping Hearts – Seilspringen macht Schule initiiert und konnte seit dem Start im Jahr 2006 etwa 1,25 Millionen Kinder mit dem Programm erreichen.

Angebot

Das Projekt ist ein kostenloses Angebot für Schulen und wird aus Spenden und Mitgliedsbeiträgen der Deutschen Herzstiftung finanziert.

Skipping Hearts Basic

Anmeldung: <https://www.skippinghearts.de/fuer-lehrer/anmeldung-basic>

(für die Klassenstufen 3 und 4)

Skipping Hearts Champion

Anmeldung: <https://www.skippinghearts.de/fuer-lehrer/anmeldung-champion> (für die Klassenstufen 3 bis 6)

Skipping Hearts zu Hause

www.skippinghearts.de/fuer-zuhause

Um Kinder sowie Erwachsene auch im Zuge der Coronapandemie fit zu halten, wurde 2020 das Modul Skipping Hearts zu Hause ins Leben gerufen.

Deutsche Herzstiftung e. V.

www.skippinghearts.de

www.herzstiftung.de

Mail: skippinghearts@herzstiftung.de

Tel.: 069-955128 450

Wettkämpfe sind derzeit noch untersagt. Sobald es jedoch wieder losgeht, könnte dies eine Anregung für Ihre Grundschule sein.

Jugend trainiert für Olympia (JTFO) – Die Kinderleichtathletik (KILA) im JTFO Wettkampf V (Grundschule)



Das durch den Deutschen Leichtathletikverband (DLV) im Jahr 2012 überarbeitete Wettkampfsystem im Kinderleichtathletikbereich zeigt durch die Einführung neuer Disziplinen spielerischer, kindgerechter und praxisbezogener. So gibt es nun beispielsweise eine Weitsprungstaffel anstatt langer Schlangen beim Anstehen und einen Mannschaftswettbewerb anstatt von Einzelkämpfern. Schulen profitieren vom neuen Wettkampfsystem. Denn schülerorientierte Sportstunden bereiten auf den JTFO-Wettkampf vor. So können die Disziplinen der Kinderleichtathletik Stundeninhalt und Wettkampfvorbereitung zugleich sein. Die Sportlehrkräfte können dabei auf eine breite Vielfalt zurückgreifen: z. B. Zonen-Weitsprung, Weitsprungstaffel, Heulerweitwurf-Staffel, Zonen-Weitwurf oder Biathlon-Staffel.



Es empfiehlt sich, dass sich Schulen sukzessive einen Materialpool anschaffen, diese machen die Sporthallen bunter. Aus dem Wurfbereich empfehlen sich hier beispielsweise: Schlagbälle, Heulerbälle, Koshbälle oder Kometenbälle.

Es gibt demnach ausreichend Gründe für JTFO das Wettkampfsystem im Bereich Grundschule WK V anzupassen. Viele Kreise führen bereits ihre JTFO-Wettkämpfe als KILA Veranstaltung durch. Dabei besteht für den Veranstalter die Möglichkeit, aus den verschiedenen Disziplinen auszuwählen und den Wettkampf somit den örtlichen Gegebenheiten anzupassen. Welche Disziplinen bei einem Kreisfinale durchgeführt werden, kann man rechtzeitig der jeweiligen Ausschreibung entnehmen. Die zuständigen Kreisbeauftragten JTFO Leichtathletik geben hierzu ebenfalls gerne Auskunft oder stehen mit Anschaffungsvorschlägen zu Verfügung: <https://www.machmit-bw.de/jugend-trainiert/info-service/beauftragte-jtfo/alle>

Isabel Meier-Lang, Landesbeauftragte Jugend trainiert für Olympia – Leichtathletik