

# „Bewegte Kinder – Schlaue Köpfe“

## Aktionstag zum Thema Bewegungsmangel an der Ludgerischule in Groß-Hesepe

GROSS-HESEPE (san). „Lernen braucht Bewegung“, erklärt Ariane Hölscher-Grieger, die im Auftrage des niedersächsischen Kultusministeriums den Aktionstag begleitete. Ein Tag, der Kinder, Lehrer und Eltern an der Grundschule mobilisierte. Das niedersächsische Projekt „Bewegte Schule“ setzt auf Gesundheitsprävention an Grundschulen und organisiert dafür Aktionstage wie diese. Denn, es braucht keine Studien um zu erkennen: Schulkinder bewegen sich viel zu wenig. Zu vielen Kindern fehlen die Entwicklungsreize, sie bewegen sich immer weniger und verbringen den Großteil ihrer Zeit sitzend. Doch gerade im Grundschulalter wirkt sich Bewegungsmangel besonders ungünstig aus, weil körperliche, seelische und kognitive Entwicklung noch nicht abgeschlossen sind. Laut Kultusministerium sind die Schulranzen zu schwer und Schulmöbel oftmals veraltet. Viele Schulkinder klagen über Rücken- und „Schulkopfschmerzen“, Haltungstörungen nehmen deutlich zu. „Mit dem Aktionstag ‚Bewegte Kinder – Schlaue Köpfe‘ hat sich die Ludgerischule ganz dem Schwerpunkt Bewegungsfreude und Bewegungsfreundlichkeit verschrieben“, freut sich

Ariane Hölscher-Grieger. Die Psychomotorikerin führte am Morgen zunächst drei Stunden Bewegungsunterricht in den Schulklassen durch. In Form eines handlungsorientierten Unterrichts wurden wichtige Gesundheitsthemen erarbeitet. Bereits im Vorfeld des Aktionstages wurde mit den Kindern ein Schulranzen TÜV durchgeführt. Am Nachmittag saßen dann die Lehrer auf der Schulbank und ließen sich über die positiven Effekte des handlungsorientierten Unterrichts aufklären.

Damit die gesundheitsfördernden Impulse nicht am Schultor enden, wurden abends schließlich auch die Eltern geschult. Sie sollen mit dem neuen Wissen alltägliche Trägheitsfallen entdecken können und auf ausreichende Bewegung der Kinder im häuslichen Umfeld achten. Dass der Aktionstag kein einmaliges Projekt an der Ludgerischule ist, beweist schon die Plakette am Lehrergebäude. Bereits im Januar wurde die Schule als „Sportfreundliche Schule“ ausgezeichnet. „Das Kollegium hat das Bewusstsein für diese Thematik und auch die Notwendigkeit erkannt. Alle Lehrerinnen und Lehrer haben bereits ihre Methodenkompetenzen in Schulungen erweitert und können so viele Bewegungs-



Den Kindern wurde anschaulich nahe gebracht, dass ausreichend Bewegung sehr wichtig ist. Foto: privat

impulse in den Unterricht einbauen“, so Hölscher-Grieger und bemerkt weiter: „Bewegung im Klassenraum ist hier schon ein Stück selbstverständlich geworden – die Schülerinnen und Schüler gehen sehr kultiviert mit dem Bewegungsangebot um.“ „Die Ludgerischule ist auf einem sehr guten Weg, denn sie bietet der Bewegung die notwendige Aufmerksamkeit

“, bestätigt Ariane Hölscher-Grieger und begrüßt dabei das Engagement der Sportlehrerin, Simone Wenzel. Sie hatte den Aktionstag an der offenen Ganztagschule organisiert und sich weitere Ziele zur Nachhaltigkeit der Aktion gesetzt. So wären einige Änderungen im Außengelände der Schule notwendig, denn „lernen findet nicht nur im Klassenraum statt“.