



Eine Bewegungslandschaft in der Turnhallenaula der Winfriedschule

### **Entwicklungsschäden durch Bewegungsmangel**

Unsere Kinder bewegen sich nur noch halb so viel wie vor 20 Jahren.

Sie verbringen durchschnittlich 4 Stunden täglich vor dem Fernseher, hinzu kommen noch die Stunden vor dem Computer.

### **Unsere Antwort: Die bewegte Fünf**

Das Projekt wird in allen Klassen der gesamten Jahrgangsstufe 5 angeboten.

Der reguläre dreistündige Sportunterricht gemäß der hessischen Stundentafel für die Jahrgangsstufe 5 wird durch eine zusätzliche Sportstunde ergänzt (jeweils eine Sportstunde an vier Tagen). Am sportfreien Tag erhalten die Schülerinnen und Schüler ein Bewegungsangebot während der großen Pause.

Allen Klassen der Jahrgangsstufe 5 wird im Laufe des Schuljahres ein kompakter Kletterkurs angeboten. Sportlehrerinnen und Sportlehrer unterstützen die Klassen bei Wandertagen und Klassenfahrten.

### **Die bewegte Sechs**

Auch in der Jahrgangsstufe sechs wird der reguläre dreistündige Sportunterricht durch eine weitere Sportstunde ergänzt. Das Konzept der bewegten Fünf wird in der Jahrgangsstufe sechs weitergeführt, allerdings dahingehend verändert, dass den Schülerinnen und Schülern nun zwei Einzelstunden Sport und eine Doppelstunde Schwimmunterricht gemäß dem Lehrplan Sport angeboten werden. Der Schwimmunterricht erhält deshalb eine große Bedeutung, da nachweislich die Zahl der Nichtschwimmer an den Schulen kontinuierlich zunimmt und die Anzahl tödlicher Badeunfälle in den letzten Jahren in Hessen dramatisch gestiegen ist. Auch diesen Aspekt der gesundheitsfördernden Maßnahmen haben wir, die Sportlehrerinnen und Sportlehrer, in unserem besondern Fachprofil berücksichtigt.

### **Unsere Planung und Unterrichtsgestaltung**

Der Sportunterricht berücksichtigt die Bewegungsbedürfnisse der Schülerinnen und Schüler. Freude an der Bewegung steht im Mittelpunkt der Sportstunde.

Durch ein gezieltes Bewegungsangebot werden das Sozialverhalten gefördert, die Rücksichtnahme geschult, Stress abgebaut und die Konzentrationsfähigkeit für den weiteren Unterricht in allen Fächern erhöht.

Der Sportunterricht ist geprägt von einem Prozess der Verständigung und Kooperation zwischen Schülerinnen bzw. Schülern und ihren Lehrkräften.