



Der Bewegungsscheck an der Grundschule in Schlotheim

Das Programm „Bewegte Kinder = Gesundere Kinder“ will durch die Absolvierung eines sensomotorischen Bewegungs-Checks mit sechs Testaufgaben während des Sportunterrichts den aktuellen Stand der motorischen Fähigkeiten erfassen und Kinder und deren Eltern zu mehr Bewegung und einer gesunden Lebensweise motivieren.

Seit fünf Jahren gibt es in Thüringen dieses Programm, um gezielt nach einem Bewegungsscheck Maßnahmen zur Förderung der motorischen Fähigkeiten von Drittklässlern zu entwickeln.

In diesem Jahr am 02.12.2022 haben die Drittklässler mit ihren Sportlehrern Frau Krause, Frau Helmbold und Herr Heuer sowie der Klassenlehrerin Frau Feige durchgeführt. Unterstützt wurden sie hierbei von Schüler*innen der Regelschule, die sich in ihren Projektarbeiten mit dem Thema Sport ebenfalls beschäftigen. Martha, Rike und Victoria, deren Thema "Sport macht Spaß" sowie Anna-Lena, Leonie und Sean, deren Thema "Olympische Winterspiele" behandeln waren in der Planung und Durchführung eine Hilfe.



Nach der Begrüßung der Schüler*innen erfolgte eine gründliche Erwärmung durch einen ABC-Lauf. Anschließend erfolgte ein Stretching bzw. Dehnprogramm. Nun waren die Kinder bereit sich den geforderten Aufgaben zu stellen.

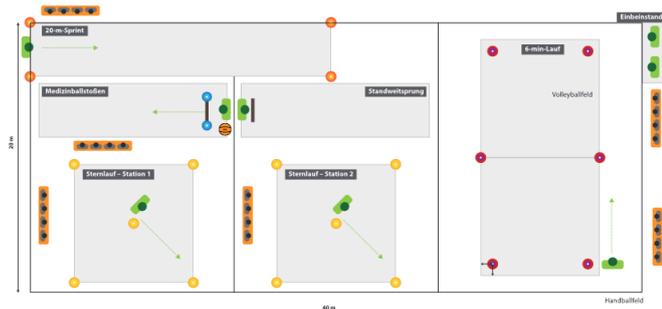
Mit viel Spaß und Ehrgeiz waren die Schüler*innen fleißig am Sporteln und bekamen hierfür in den nächsten Stunden eine Teilnahmeurkunde. Alle Beteiligten sind sehr gespannt auf die Auswertung in einem individuellen Leistungsprofil durch die Verantwortlichen an der Universität Jena.



Das wird getestet:

- Einbeinstand
- 20-m-Sprint
- Medizinballstoßen
- Standweitsprung
- Sternlauf
- 6-Minuten-Lauf

Unser Hallenaufbau:





Der Bewegungsscheck in der Übersicht:



Kooperationspartner:



Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen.



Datenauswertung Universität Jena, Erstellung individuelles Leistungsprofil



Individuelles Auswertungspaket

Auswertung mit Hinweisen zur Verbesserung der sensomotorischen Leistungsfähigkeit

- Einladung zum regionalen „Tag des Sports und der Gesundheitsförderung“
- Übersicht Sportvereinsangebote für Kinder in der jeweiligen Stadt/Kommune
- Empfehlungen zur Schulverpflegung
- Online-Blog der FSU Jena #bekigeiki mit Erklärvideos
Link: <https://mehrblogs.uni-jena.de/bekigeiki/>
- Videos mit prominenten Thüringer Athleten für Online-Workouts
Link: <https://www.youtube.com/watch?v=4PpfbCtFIkE>

Kooperationspartner:



Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen.

