

# Fit durch den Unterricht

Düdelinger Service des sports will mit neuem Konzept Bewegung bei Kindern fördern

Von Anne Heintz

**Düdelingen.** Bewegungsmangel und ungesunde Ernährung bei Schulkindern – es sind Beobachtungen, die landesweit in Grundschulen und Lyzeen gemacht werden. Dabei führen diese schlechten Angewohnheiten im Schulunterricht oft zu Konzentrationsstörungen und Hibbeligkeit bei den Schülern. Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken, hat der Service des sports der Stadt Düdelingen das Konzept „Bewegte Schule“ für die Düdelinger Grundschulen ausgearbeitet.

Es ist eine Initiative, die an das nationale Rahmenprogramm „Gesond iessen, méi bewegen“ (GIMB) anlehnt. Sie beruht darauf, wieder mehr Bewegung in den Schulalltag der Kinder zu integrieren. Nicht in der Sporthalle, sondern im Klassenzimmer. Dies durch spontane, körperliche Betätigungen zwischendurch. Ab 2020 soll das Konzept in den sechs Düdelinger Grundschulen nach und nach umgesetzt werden. Vor zwei Wochen wurde das Projekt den unterschiedlichen Schulpräsidenten vorgestellt.

## Weg vom monotonen Rhythmus

„Die Teilnahme des Lehrpersonals am Projekt beruht auf freiwilliger Basis. Wir werden niemanden dazu zwingen, mitzumachen, aber wir werden die Lehrangestellten gezielt dazu ermutigen, die Kinder zu mehr Bewegung im Schulalltag aufzufordern. Es ist eine allgemeine Feststellung, dass Kinder sich immer weniger aktiv betätigen. Das hat Auswirkungen auf ihre körperliche

● *Kinder müssen sich in Sportvereinen engagieren können.*

Guy Hellers, Service des sports

und geistige Fitness. Hinzu kommt, dass ihre Konzentrationsfähigkeit abnimmt. Sie werden zappelig und das stört wiederum den Unterricht“, sagt Loris Spina, Sportschöffe der Stadt Düdelingen.

Das Projekt „Bewegte Schule“ ist eine Art Pilotprojekt, dessen Ergebnis am Ende des laufenden Schuljahres ausgewertet werden soll. Ähnliche Ansätze werden bereits in anderen Kommunen verfolgt.

Die sechs Grundschulen in Düdelingen zählen insgesamt 1902 Schulkinder, davon besuchen rund 900 die Maison relais. „Die Tatsache, dass viele Kinder heutzutage außerhalb der regulären Schulzeiten in Betreuungseinrichtungen untergebracht sind oder sich in ihrer Freizeit zunehmend mit Smartphones und Tablets beschäftigen, hemmen den natürlichen Bewegungsdrang der Kinder. Eine ungesunde Entwicklung, die es aufzuhalten gilt“, erklärt Guy Hellers, Mitarbeiter des Service des sports.

Cyril Grün, Schulpräsident der Düdelinger Brill-Schule, sagt dazu: „Studien zufolge sollten Kinder und Jugendliche mindestens



In der Maison relais „Diddelfamil“ der Vereinigung Inter-Actions im Viertel Italien werden die Schulkinder während der Hausaufgaben regelmäßig zu sportlichen Aktivitäten aufgefordert.



Regelmäßige Bewegungspausen steigern die Konzentrationsfähigkeit. Hier versammeln sich die Kinder zu Dehn- und Entspannungsübungen im Klassenzimmer.



Guy Hellers (l.) und Sven Loscheider (r.), Mitarbeiter des Service des sports, haben zusammen mit Sportschöffe Loris Spina (M.) das Projekt „Bewegte Schule“ ausgearbeitet. Fotos: Lex Klären, Chris Karaba

eine Stunde am Tag Sport treiben. Das ist in der Schule schwer umsetzbar, aber mit der Initiative des Service des sports kommen wir dem Ziel ein Stück näher. Bis dato stehen abwechselnd zwei Stunden Turnen oder Schwimmen pro Woche auf dem Programm. Das reicht

nicht aus.“ Anhand des Projekts „Bewegte Schule“ sollen fünf- bis zehnmündige sportliche Aktivitäten während des Unterrichts oder zwischen den Schulstunden im Klassenzimmer eingeführt werden. „Es kann sich dabei zum Beispiel um ein sogenanntes Lauf-

diktat handeln oder um einzelne Dehnübungen“, erklärt Loris Spina. Es sei dem Lehrpersonal überlassen, wie sie die Aktivitäten gestalten wollen. Neben der Förderung der sportlichen Aktivitäten soll zudem auf eine noch gesündere Ernährung bei den Kindern geachtet werden.

## Den Weg in Sportvereine finden

„Und, die Kinder sollen dazu motiviert werden, zu Fuß oder mit dem Fahrrad zur Schule zu kommen. Dazu bedarf es sicherer Radwege, die zum Teil schon vorhanden sind und zum Teil noch umfangreicher ausgelegt werden müssen“, betont Guy Hellers. Des Weiteren sollen auch die 40 Sportvereine in der Gemeinde noch mehr Visibilität erlangen.

„Der Service des sports führt zurzeit Gespräche mit den Verantwortlichen der Düdelinger Betreuungseinrichtungen. Dadurch, dass viele Kinder außerhalb der Schulzeiten die Maison relais besuchen, bleibt für sie keine Zeit, unter der Woche die Trainings-einheiten eines Sportvereins zu besuchen. Auch hier gilt es, gezielt an einer Lösung zu arbeiten. Kinder müssen sich in Sportvereinen engagieren können“, unterstreicht Guy Hellers.