

Graz fordert: Mehr Bewegung für gesunde Viertklässler in der Schule!

In Schönau zeigt ein innovatives Schulprojekt, wie regelmäßige Bewegung im Unterricht Lernerfolge und Gesundheit fördert.



Schönau, Österreich - Ein besorgniserregendes Bild zeigt sich in Bezug auf die körperliche Aktivität von Kindern in Deutschland. Laut einer aktuellen Betrachtung sind etwa 20 Prozent der Viertklässler in Graz übergewichtig. Um dem entgegenzuwirken, wird eine verstärkte Förderung des täglichen Turnens in Schulen und Kindergärten gefordert. **Kleine Zeitung** berichtet, dass der Einfluss regelmäßiger Bewegung sowohl auf die Lernerfolge als auch auf das Gesundheitssystem von großer Bedeutung ist.

Um Kinder zu mehr Bewegung zu motivieren, wird in der Volksschule Schönau ein interessantes Programm umgesetzt. Vor dem Eingang zur Schule werden die Kinder aktiv zur

Teilnahme an sportlichen Aktivitäten eingeladen. Verschiedene Spiele sind dort.

auf dem Vorplatz skizziert, und der Unterricht findet in der Aula statt, wo die Kinder unter anderem Memory in Liegestützposition spielen. Diese Form des Sportunterrichts trägt dazu bei, dass die Kinder den Unterricht als „cool“ empfinden, was die Akzeptanz und Freude an der Bewegung erhöht.

Herausforderungen und Lösungsansätze

Die Problematik des Bewegungsmangels bei Kindern wird nicht erst seit der Pandemie thematisiert. Eine WHO-Studie aus April 2020 zeigt, dass die Mehrheit der Kinder und Jugendlichen in 146 Ländern die empfohlenen Richtlinien zur körperlichen Aktivität nicht erfüllt. **Zeitschrift für Sportmedizin** hebt hervor, dass etwa 75 Prozent der Kinder in Deutschland nicht die empfohlenen 60 Minuten moderate Aktivität pro Tag erreichen. Diese unzureichende Bewegung kann gravierende Folgen für die psychische und physische Gesundheit haben.

Die Notwendigkeit eines Konzepts zur Förderung der körperlichen Aktivität in Schulen ist evident. Insbesondere sollten gezielte Schulsportangebote sowie die Integration von Bewegung in anderen Fächern und während der Pausen gefördert werden. Positive Effekte regelmäßiger Bewegungseinheiten im Unterricht sind bereits dokumentiert, und mehr Sportstunden im Curriculum könnten zu signifikanten Verbesserungen führen.

Sportlehrkräfte und Unterstützung

Eine weitere Forderung in der Diskussion ist die Bereitstellung von eigenen Sportlehrern für Volksschulen. Aktuelle Forschungsergebnisse illustrieren die Herausforderungen, vor denen Sportlehrkräfte stehen. Im Projekt „Schulsport 2020“ wurden zentrale Themen wie die heterogene Schülerschaft, Bewegungsmangel und das Stresspotential bei Sportlehrkräften untersucht. **Fachportal Pädagogik** dokumentiert die

Notwendigkeit, Lehrer intensiver auszubilden und zu unterstützen, um diesen Herausforderungen adäquat begegnen zu können.

Insgesamt wird deutlich, dass ein Umdenken in der Gesellschaft notwendig ist: Bewegung muss als essenzieller Bestandteil des Schulalltags anerkannt und gefördert werden. Mit entsprechenden Maßnahmen kann nicht nur das Wohlbefinden der Kinder gestärkt, sondern auch präventiv gegen gesundheitliche Risiken gewirkt werden.

Details	
Ort	Schönau, Österreich
Quellen	• www.kleinezeitung.at • www.fachportal-paedagogik.de • www.zeitschrift-sportmedizin.de

Besuchen Sie uns auf: mein-leipzig.net