



Dietrich
GRÖNEMEYER
STIFTUNG



Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer bringt 30.000 Schüler in Bewegung – Echo auf „Die bewegte Schulpause“ stärker als erwartet

In Zeiten von Smartphones und Computern kommt die Bewegung bei Kindern oft zu kurz. Vielleicht erklärt dies das starke Echo auf die bundesweite Bewegungsinitiative „Die bewegte Schulpause“. Mit 120 Grundschulen und 30.000 Schülern startet der Bochumer Arzt Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer das Pilotprojekt. Für die Initiative hat er knapp 40 sportliche Übungen entwickelt, die vor dem Unterricht oder in der Schulpause angewandt werden. Das Ziel: Täglich 20 Minuten zusätzlich Sport und Bewegung – mit viel Spaß und ohne Leistungsdruck. Nach den Sommerferien werden die Übungen in den Grundschulen erstmals zum Einsatz kommen. Unterstützt wird das Projekt von der Schuhhandelskette Deichmann. Sonja Schröder-Galla, die das Projekt bei Deichmann betreut: „Wir freuen uns, dass die Resonanz so groß ist. Offensichtlich passt das Angebot gut in die aktuelle Schullandschaft.“ Sämtliche Informationen zur Initiative und das komplette Bewegungsprogramm gibt es unter www.bewegte-schulpause.de.

Hamburg, 10. Juli 2015. Ein paar Durchgänge „Sprungtaucher“ im Klassenzimmer regen den Kreislauf an, ein „Ameisenlauf“ fördert Kraft und Koordination, ein gemeinsames „Klassen Haka“ baut Verspannungen ab – das neue Bewegungsprogramm der Dietrich Grönemeyer Stiftung ist vielseitig, einfach und effektiv. Dabei wird das Programm als Ergänzung zum wöchentlichen Sportunterricht gesehen: „Fünf Tage jeweils 20 Minuten macht zusammen 100 Minuten zusätzliche Bewegung pro Woche“, freut sich Prof. Grönemeyer. Damit erreiche jedes Kind – zusammen mit dem Sportunterricht – das von ihm empfohlene Mindestmaß an gesunder Bewegung. Die hohe Teilnahmebereitschaft an der Initiative zeigt, dass die Schulen in der Förderung von täglicher Bewegung und Sport und in der Vermittlung eines entsprechenden Bewusstseins eine Notwendigkeit sehen.

Grundschulen aus ganz Deutschland konnten sich für eine Teilnahme über die Homepage zur Initiative www.bewegte-schulpause.de bewerben. Mehr als 120 Schulen hatten sich innerhalb der Frist angemeldet. „Mit Unterstützung der Schulen machen wir uns gemeinsam stark für Gesundheit von Kindesbeinen an. Es freut mich von Herzen, dass so viele Grundschulen bei unserem Pilotprojekt an den Start gehen“, sagt Prof. Grönemeyer. Er sieht Schulen als wichtige Multiplikatoren für Aufklärung und Prävention.

Auch Sonja Schröder-Galla, die das Projekt bei Deichmann betreut, ist erfreut über die zahlreichen Rückmeldungen: „Als Unterstützer der Initiative stimmt uns eine so breite Zustimmung natürlich besonders froh. Das Engagement für gesellschaftliche Themen gehört zum Unternehmensleitbild von Deichmann – das Wohlergehen von Kindern ist uns dabei ein besonderes Anliegen. Wir freuen uns, dass wir mit den teilnehmenden Schulen wichtige Impulse für eine nachhaltige Förderung der Kindergesundheit setzen können.“

Bei Aktionstagen stellen die teilnehmenden Schulen ab September 2015 ihr Engagement der Öffentlichkeit vor. Die besten Umsetzungen des Programms werden von Deichmann mit 500 Euro prämiert.

Auch Schulen, die diesmal nicht dabei sein können, haben die Möglichkeit, das Material für „Die bewegte Schulpause“ frei zu nutzen. Auf der Homepage www.bewegte-schulpause.de stehen die Übungen zum Download bereit.

Zum Hintergrund der Initiative „Die bewegte Schulpause“:

Mit der Initiative reagieren die Partner Dietrich Grönemeyer Stiftung und Deichmann auf die besorgniserregenden Folgen des Bewegungsmangels, der zunehmend auch Kinder betrifft:

- Deutsche Schulkinder bewegen sich heutzutage nur noch eine Stunde pro Tag, davon entfällt nur ein Viertel bis die Hälfte auf sportliche Aktivitäten.
- Die Folgen: Mangelndes Training wirkt sich negativ auf die Entwicklung des Bewegungsapparates und Gehirn aus.
- Immer weniger Kinder sind in der Lage, beispielsweise über einen Balken zu balancieren, länger auf einem Bein zu stehen oder rückwärts im Kreis zu laufen.
- Jedes fünfte Kind leidet mittlerweile unter Adipositas (Fettleibigkeit).
- Und: Was noch vor ein paar Jahren fast ausschließlich den älteren Generationen vorbehalten war, hat sich längst in den Kinderzimmern der Nation breitgemacht: Der Diabetes, Typ II, die nicht genetisch bedingte Zuckerkrankheit.

(Quelle: Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer, „Mensch bleiben“)

Pressekontakt:

P.U.N.K.T. PR GmbH

Siegmund Kolthoff, Nathalie Keigel
Völckersstraße 44, 22765 Hamburg
Tel.: 040 / 853760-28
nkeigel@punkt-pr.de

Deichmann SE

Ulrich Effing, Sonja Schröder-Galla
Deichmannweg 9, 45359 Essen
Tel.: 0201 / 8676-960 – oder 962
ulrich_effing@deichmann.com

Dietrich Grönemeyer Stiftung

Peter Ring
Universitätsstraße 142, 44799 Bochum
Tel.: 0234 / 9780437
ring@groenemeyer.com