Aktueller Bericht

Prof. Grönemeyer zieht Bilanz:

1000 Minuten Bewegung zusätzlich sind möglich

30.000 Kinder nehmen an bundesweiter Initiative „Die bewegte Schulpause“ teil/Beste Ideen werden prämiert

Seinen heutigen Besuch an der Berliner Carl-Kraemer-Grundschule nutzte der bekannte Bochumer Arzt Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer für eine erste Bilanz des bundesweiten Pilotprojekts „Die bewegte Schulpause“: 120 Grundschulen haben das Bewegungsprogramm seit den Sommerferien erstmals umgesetzt. „Ich bin beeindruckt, wie viele Schulen mitmachen und wie engagiert die Pädagogen das Thema angehen. Pro Kind kamen so rechnerisch mehr als 1.000 Minuten an zusätzlicher Bewegung zusammen“, freut sich Prof. Grönemeyer. „Wir brauchen wieder mehr Bewegung in den Schulen. Bewegung und Lernerfolg gehören zusammen!“ Bezogen auf alle Schulen und die teilnehmenden 30.000 Grundschüler hat die Initiative, die vom Schuheinzelhändler Deichmann unterstützt wird, bisher für rund 30 Millionen Minuten zusätzliche sportliche Aktivität gesorgt. In Berlin hat Prof. Grönemeyer heute mit den Grundschülern ein Pausentraining absolviert. Zur Seite standen ihm Paul Drux (20) und Fabian Wiede (21) von der Handball-Bundesliga-Mannschaft der Füchse Berlin.

Berlin, 7. Dezember 2015. Die Berliner Carl-Kraemer-Grundschule gehört zu den ersten, die an der Initiative von der Dietrich Grönemeyer Stiftung und Deichmann teilgenommen haben. Seit Beginn des Schuljahrs integriert sie die sportlichen Übungen täglich 20 Minuten in den Schulalltag: „Übergewicht und motorische Defizite sind bei Kindern heute leider ein großes Thema. Viele Kinder schaffen nicht einmal mehr eine Rolle vor-

wärts. Wir möchten dieser Tendenz aktiv entgegenwirken – das Bewegungsprogramm ist eine ideale Möglichkeit, weil die Übungen direkt im Schulalltag durchgeführt werden“, sagt Johannes Wildemann, Sportlehrer an der Berliner Grundschule. Die Übungen kommen ganz ohne Sportgeräte aus und lassen sich sowohl im Klassenzimmer als auch auf dem Pausenhof umsetzen. „Die Schüler haben die Übungen mit großer Begeisterung angenommen. Wir haben zudem beobachtet, dass sie sich danach besser auf den Unterricht konzentrieren können“, sagt Wildemann.

Ob eine Runde „Sprungtaucher“, „Kettenkarussell“ oder „Reisebus“ – das Bewegungsprogramm der Dietrich Grönemeyer Stiftung ist einfach und effektiv: „Die Schulen haben uns bestätigt, dass das Thema Bewegung aktuell eines der zentralen ist“, so Prof. Grönemeyer. Die Erfahrungsberichte der teilnehmenden Schulen seien durchweg positiv: Für viele sei die Initiative eine willkommene Initialzündung, tägliche Bewegungseinheiten fest im Stundenplan zu verankern. „Das Bewegungsprogramm ist die optimale Abwechslung zum klassischen Stillsitzen im Unterricht“, berichtet eine Lehrerin aus Witten. Viele Pädagogen betonen zudem das integrative Potenzial der Übungen – in einigen Grundschulen leiten etwa die älteren Kinder die jüngeren an. Auch vor dem Hintergrund einer zunehmenden Anzahl von Flüchtlingskindern zeigt sich: Gemeinsame Bewegung überwindet Sprachbarrieren und schafft Begegnung.

Sonja Schröder-Galla, die das Projekt bei Deichmann betreut, freut sich über die hohe Beteiligung und erklärt, warum der Schuheinzelhändler die Initiative fördert: „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.“

Im Rahmen der Initiative können die teilnehmenden Schulen auch einen Aktionstag austragen, an dem sie ihr Engagement in Sachen mehr Sport und Bewegung der Öffentlichkeit vorstellen: 67 Grundschulen haben dieses Jahr einen Aktionstag auf die Beine gestellt! Die zehn kreativsten Umsetzungen des Bewegungsprogramms werden von Deichmann mit 500 Euro für die Schulkasse belohnt. Heute ist Einsendeschluss. Die Journalistin und Moderatorin Monica Lierhaus wird die Initiatoren bei der Prämierung als Jurymitglied unterstützen.

Nun möchten die Initiatoren weitere Schulen dazu einladen, die Übungen umzusetzen: Sämtliche Informationen zur Initiative und das komplette Bewegungsprogramm gibt es unter www.bewegte-schulpause.de.

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 des Gehirns 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:

Projektbüro
Siegmund Kolthoff, Nathalie Keigel
Völckersstraße 44, 22765 Hamburg
Tel.: 040 / 853760-28
info@bewegte-schulpause.de

Deichmann SE
Sonja Schröder-Galla
Deichmannweg 9, 45359 Essen
Tel.: 0201 / 8676-962
sonja_schroeder-galla@deichmann.com

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