

Skipping Hearts – Seilspringen macht Schule

Schüler der Grundschule Süd nehmen am Präventionsprojekt der Deutschen Herzstiftung teil

Das Projekt „Skipping Hearts“ hat es sich zur Aufgabe gemacht, ein herzgesundes Bewegungsangebot für dritte und vierte Klassen zu schaffen. Dabei soll den Kindern nicht nur Freude an der Bewegung vermittelt werden – vor allem die frühe Sensibilisierung für einen gesunden Lebensstil steht im Mittelpunkt. Das kostenfreie Angebot der „hüpfenden Herzen“ hat bereits weit über 500.000 Kinder erreicht und wird in zwölf Bundesländern angeboten.

Am 15.11.2018 erhielten nun auch 24 Viertklässler der Grundschule Süd die Gelegenheit, an einem sogenannten „Rope Skipping-Workshop“ teilzunehmen. Unter Leitung von Regine Lange-Claußen erarbeiteten die Schüler innerhalb von nur zwei Stunden zahlreiche Sprungvariationen, die im Anschluss den Eltern und Mitschülern stolz präsentiert wurden. Danach durften sogar die Zuschauer selbst aktiv werden und ihre konditionellen und koordinativen Fähigkeiten unter Beweis stellen. „Das war ein voller Erfolg. Die Kinder waren sehr motiviert und machten schnell Fortschritte“, resümierten die Lehrerinnen Frau Cheer und Frau Machleidt.

Damit die Schülerinnen und Schüler auch weiterhin in den Pausen und im Sportunterricht Sprünge wie den Kreuzsprung oder Basic Jump erlernen können, hat sich der Förderverein „Kunterbunt“ der Grundschule Süd direkt dazu bereit erklärt, die Schule bei der Anschaffung von Springseilen zu unterstützen.