



# #BEACTIVE

23.09.2023-30.09.2023

„SCHULE BEWEGT DICH!“

#BeACTIVEAT SCHOOL



## Im Überblick

- Auflistung der Aktionen während der Europäischen Woche des Sports 2023
- Ziel: Bewegung und Sport sind nicht nur gesundheitsfördernd, sondern stärken auch die Lernfähigkeiten der Schüler.
- EWDS als Sensibilisierungskampagne um Schüler und Schülerinnen langfristig zum Sporttreiben zu animieren
- Alle Ansätze gelten nur als Ideen. Dessen Umsetzung wird begrüßt, beruht jedoch auf einer **Freiwilligenbasis**

**„Lernen ist wie Rudern gegen den Strom. Hört man damit auf, treibt man zurück.“**

**(Chinesisches Sprichwort)**

**„Bewegung ist das Tor zum Lernen“**

(Zitat: Dr Paul Dennison)

## SCHULE BEWEGT DICH! - #BEACTIVEATSCHOOL

### 3 Ansätze:

- Beweg dich auf dem Hin- und Rückweg
- Beweg dich im Unterricht
  - Unterrichtseinheiten sportlich gestalten; innen oder bestenfalls draußen
  - Vereine in den Schulen
- Gemeinsam in der Mittagspause bewegen.
  - Spiele + Aktion Flashmob

## 1. ANSATZ: Auf dem Weg zur Schule

Zur Verstärkung des Projekts „Zora Zisch, die Verkehrsschlange“ welches durch Fahr Mit durchgeführt wird, rufen wir alle Schüler erneut dazu auf, in dieser Zeit umweltfreundlich zur Schule zu kommen:

- Mit dem Fahrrad
- Mit dem Roller
- Mit dem Skateboard
- Zu Fuß



Der Schulweg sollte auf sicheren Wegen zurückgelegt werden. Um vor allem die Primarschüler auf dem Weg zur Schule zu unterstützen, schlagen wir Geh- oder Fahrgemeinschaften in Begleitung der Eltern oder der Sekundarschüler vor (Biking Bus oder Walking Bus).

Es wäre super, wenn die Schüler langfristig mit dem Rad, zu Fuß oder auf eine andere sportliche Art und Weise zur Schule kommen würden.



## 2. ANSATZ: Beweg Dich im Unterricht

Einige allgemeinbildenden Unterrichte wie zum Beispiel Naturwissenschaften lassen sich gut bei passendem Wetter nach draußen verlegen. Bei Unterrichten, wie Mathematik oder Fremdsprachen kann man zum Abschluss des Unterrichts einige Bewegungsspiele durchführen.

Wir schlagen folgende Aktivitäten vor:

- Natur entdecken (Waldtag, Pilzsammlung)
- Stadtrally, Schatzsuche auf Gemeindeebene (falls vorhanden), ...
- Bewegung im Klassenraum bei Mathematik, Deutsch, Fremdsprachen, Geschichte, ...

### Praxisspiele im Klassenraum:

Aus dem Buch „Beweg dich Schule“ der Autorin Dorothea Beigel schlagen wir Ihnen einige Praxisspiele vor, die Sie alle im Klassenraum ohne Aufwand durchführen können. Dazu ist kein Material notwendig. Dessen Umsetzung ist nicht verpflichtend.

Alle weiteren Infos zu diesen Spielen finden Sie in einem weiteren Dokument, welches im Anhang der Mail zu finden ist. Hier handelt es sich um wissenschaftlich fundierte, altersgerechte und fachspezifische Unterrichtsspiele.



- Vereine in den Schulen

Durch die Pandemie haben einerseits manche Sportvereine an Mitgliedern verloren und andererseits haben manche Schüler den Weg zum Sportverein verloren. Nach einer ersten Umsetzung des Projekts im letzten Jahr in Kooperation mit den Sekundarschulen Ostbelgiens, wollen wir dieses auf die Primarschulen ausweiten.

Ziel ist es Schüler und Vereine wieder näher zusammenzubringen, weshalb LOS die Vereine zu den Schulen für einen Schnupperkurs einladen wollte. Die Idee wäre, dass die Sportvereine Ostbelgiens in die Schulen in ihrer Gemeinde gehen und sich dort auf professionelle, aber auch spaßige Weise präsentieren würden. Wie Sie dies anstellen, wird der Schule und den Vereinen selbst überlassen. LOS erstellt hier den Kontakt zwischen den Schulen und den ausgewählten Vereinen.

Für die Vereine besteht die Möglichkeit auf professioneller und trotzdem spaßiger Art ihre Sportart näher zu bringen und Mitglieder anzuwerben. Sportlehrer dagegen können die Anregungen der Vereinstrainer für die eigene Unterrichtsgestaltung aufnehmen und im eigenen Unterricht umsetzen.

Ihre Schule ist noch nicht dabei? Sie haben Interesse an einer Sportart? Melden Sie sich bei [william.klubert@los-ostbelgien.be](mailto:william.klubert@los-ostbelgien.be)

Dieses Projekt kann über das ganze Jahr organisiert werden, nicht nur während der EWDS.



### 3. ANSATZ: Gemeinsam in der Mittagspause

In der Mittagspause würden wir uns freuen, wenn Jungen und Mädchen unter Aufsicht eines Übungsleiters gemeinsam an verschiedenen Bewegungsaktivitäten teilnehmen würden. An jedem Tag könnte man den Schwerpunkt entweder auf Ballsportarten legen oder eine Challenge unter den Schülern organisieren.

Wir schlagen folgende Bewegungsaktivitäten vor:

- Völkerball
- Hola-Hoop, Jonglieren
- Seilspring-Challenge, Lehrer gegen Schüler, welche Schule schafft die meisten Sprünge?
- Volleyball, Fußball, Basketball,...
- Aktion Flashmob



In diesem Jahr wenden wir uns wieder an eine professionelle Tanzgruppe (Showdancers Büllingen), die den Tanz planen und umsetzen wird. Der Flashmob wird altersgerecht und für alle machbar sein.

Das LOS-Team würde sich freuen, wenn einige Schüler während der Europäischen Woche des Sports bei Freiräumen den Tanz einstudieren. Wir stellen Ihnen ebenfalls ein Übungsvideo/Tutorial zur Verfügung, sodass der Tanz ohne Probleme einstudiert werden kann.

- Link zum Flashmob: <https://www.youtube.com/watch?v=xNVfsbfVqdY>
- Link zum Tutorial: <https://www.youtube.com/watch?v=Saul5eK9QJI>

Ziel wäre es dann gemeinsam am Freitag, dem 29.09.2023 den Tanz mit allen Schülern aufzunehmen.

Gerne können die Schüler im Vorfeld auch gemeinsam mit ihren Eltern den Tanz zu Hause proben. Selbstverständlich können Sie dazu Ihre eigenen Kommunikationskanäle nutzen und – in Verbindung mit dem Hashtag #LOSbeactive – im Voraus über Ihre Teilnahme am Flashmob berichten.

Über [william.klubert@los-ostbelgien.be](mailto:william.klubert@los-ostbelgien.be) oder +32 (0) 472 86 45 22 können Sie uns ebenfalls Ihre Videos zukommen lassen.

Wir hoffen, auf diese Weise eine möglichst große Sichtbarkeit für die Aktion zu erreichen und noch mehr Teilnehmer dafür gewinnen zu können.



## AUF EINEN BLICK: #BEACTIVEATSCHOOL

25/9	26/9	27/9	28/9	29/9
<b>1. Schulweg zu Fuß, mit dem Fahrrad oder Roller,...</b>				
<b>2. Unterricht mal anders: drinnen + draußen in Bewegung</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Naturwissenschaften: Pilzsammlung, Vogelzählung, Waldtag, Blattsammlung, ...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Geschichte: Dorf bzw. Stadtgeschichte</li> <li>• Allg. Unterricht: Schnitzeljagd, Stadtrally (falls vorhanden)</li> </ul> </li> <li>• Sportunterricht: Flashmob, Orientierungslauf (falls vorhanden), normales Sportprogramm               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereine in den Schulen</li> </ul> </li> </ul>				
<b>3. Pausen-Programm</b>				
Traditionssportarten	Kleinmaterial (Jonglieren, Hola Hoop, ...)	Seilspring-Challenge	Spaziergang/ Schnitzeljagd	Kinball, Völkerball, Tchoukball, Trangle- /Spikeball, Kan Jam

### Abschluss + Ausblick

Die Gestaltung der Woche steht Ihnen **frei**. Die oben dargestellte Tabelle dient lediglich zur Inspiration.

Wir freuen uns über jede Art von Rückmeldung. Bilder, Tabellen, Videos etc können Sie uns über [william.klubert@los-ostbelgien.be](mailto:william.klubert@los-ostbelgien.be) zukommen lassen.

Für alle teilnehmenden Schulen wird es ein Teilnahme-Kit, welches von Lydia Klinkenberg, Ministerin für Bildung, Forschung und Erziehung in der Deutschsprachigen Gemeinschaft Belgiens, gesponsort wird.

Wir wünschen Ihnen bei der Gestaltung der Europäischen Woche des Sports viel Spaß!

Das LOS-Team

#### **William Klubert**

*Koordinator für Breiten- und Gesundheitssport*

#### **LOS Leitverband des Ostbelgischen Sports**

Bellmerin 46-48, B-4700 EUPEN

**E-Mail** [william.klubert@los-ostbelgien.be](mailto:william.klubert@los-ostbelgien.be)

**Mobil: +32 (0) 472 86 45 22**

RJP Eupen | BE 0747.946.214

<https://www.los-ostbelgien.be/>