# Besonderes Sport- und Bewegungsprogramm an der Ludwig- Thoma-Grundschule in Traunstein

Nach den Herbstferien war es in der Ludwig- Thoma- Grundschule endlich so weit. Das Projekt im gebundenen Ganztag, zusammen mit dem Team von Motion Matters aus Traunstein, konnte starten.

Hierfür wurde extra ein spezielles 20- wöchiges Sport- und Bewegungsprogramm, von Alena Seehuber, einer Sportwissenschaftlerin, im Zuge ihrer Masterarbeit, konzipiert. Ziel dieses Konzepts ist es, die motorische, soziale und emotionale Entwicklung der Kinder zu unterstützen und zu fördern. Betreut werden die Schüler/innen hierbei durch das geschulte Personal von Motion Matters, welches langjährige Erfahrung im Bereich motorischer Entwicklung von Kindern, mitbringt.

Im Zuge dieses Projekts bekommen die Kinder der vier Ganztagsklassen die Möglichkeit, in verschiedene „Fantasie- Welten“ einzutauchen und dort Teil von Bewegungsspielen zu sein. Jede dieser Welten wird durch eine kurze Geschichte, in welcher die Kinder Hauptprotagonisten/ Hauptprotagonistinnen sind, eingeleitet. So haben die Schüler/innen die Chance koordinativen und konditionellen Fähigkeiten in den jeweiligen Welten spielerisch auszutesten und zu verbessern.

Dem Projekt vorangestellt wurden Testungen im Bereich der Motorik und Befragungen zu den Alltagsaktivitäten im Leben der Kinder. Im Anschluss an das Konzept werden, am Ende des Schuljahres, dieselben Testungen wiederholt durchgeführt. Analysen wie diese sind, im Zuge wissenschaftlichen Arbeitens, besonders wichtig, um das Niveau der Schüler/innen vor der Intervention mit jenem nach den 20 Wochen vergleichbar zu machen. Nur so können gültige Aussagen in Bezug auf Veränderungen getroffen werden.

Durchlaufen wurden Teile des „Deutschen Motorik-Test“ (DMT), welcher um die „Body Mass Index“ (BMI) Messung erweitert wurde. Über sieben Stationen verteilt wurden die Schüler/innen auf ihre Aktionsschnelligkeit, Gleichgewichtsfähigkeit und Präzision, Koordination unter Zeitdruck, Kraftausdauer der Rumpfmuskulatur, Kraftausdauer der oberen Extremitäten, Sprungkraft, sowie Beweglichkeit überprüft.

Im Vordergrund stand hier nicht der Wettbewerb gegeneinander, sondern das Austesten individueller Fähigkeiten.

In den letzten beiden Wochen waren die Kinder dann im Rahmen eines „Fantasie-Klassenausfluges“ in einer von ihnen selbst entworfenen Stadt. Auf die Frage, in welche Stadt der Klassenausflug gehen sollte, kamen Vorschläge von Ruhpolding, über Paris, bis hin zu Thailand, wobei nicht abschließend geklärt werden konnte, wo diese „Thailand- Stadt“ zu finden sei.

Wo auch immer sich jedes einzelne Kind vorstellte zu sein, gab es die Aufgabe, an der Gestaltung dieser Stadt mitzuwirken. So hatten die Kinder 20 Minuten Zeit, in Gruppen und mit Hilfe der Geräte in der Turnhalle, ein Gebäude, einen Park oder o.ä aufzubauen und mit Bewegungsaufgabe zu versehen. Die Ergebnisse konnten sich sehen lassen. Von „Brücken“ aus Langbänken, über die man balancieren konnte, über „Mauern“ aus Sprungkästen, die es zu überwinden galt, bis hin zu „Schwimmbadsprungtürmen“ in Form von Trampolinen, von wo aus man in Weichbodenmatten (=Schwimmbecken) landen konnte, war alles mit dabei und jedes Kind bekam die Möglichkeit jede „Station“ zu testen.

Die Resonanz der Kinder nach den Turnstunden war einheitlich. „Es war mega! Wir freuen uns schon auf die nächste Woche“- hieß es da. Wir uns auch und sind gespannt in welche Bewegungswelt uns Motion Matters das nächste Mal entführt.