

## „Tägliche Sportstunde“

Die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen wird maßgeblich durch deren Bewegungsaktivität beeinflusst. Diese bildet die Grundlage einer ganzheitlichen Entwicklung, die nicht nur für die intellektuelle, sondern auch für die motorische und gesundheitliche Entwicklung der Kinder verantwortlich ist.

Die Bewegungsarmut heutiger Grundschulkinder führt, wie vielfach nachgewiesen, nicht nur zu gravierenden gesundheitlichen Schäden, sondern auch zu Auffälligkeiten im Lern-, Arbeits- und Sozialverhalten. Dem Schulsport obliegt damit eine wichtige Aufgabe, die nicht nur die Ausbildung in verschiedenen sportlichen Disziplinen beinhaltet, sondern auch den Spaß an Bewegung vermitteln soll, um gesundheitlichen Defiziten entgegenzuwirken und Beeinträchtigungen auszugleichen. Dabei wird die Wirkung körperlicher Aktivität auf die kognitive Leistungsfähigkeit vielfach unterschätzt (Schneider & Guardiera, 2011)<sup>1</sup>. Akute Bewegungsreize tragen zur Ausbildung kognitiven Strukturen bei. Daneben sind die im Grundschulalter erworbene Bewegungssicherheit, die koordinativen Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie die notwendigen Kooperationsfähigkeiten sowohl die Grundlage für ein lebenslanges Sporttreiben, als auch für die Entwicklung einer sozialen und selbstbewussten Persönlichkeit.

Bewegung, Spiel und Sport nehmen daher im Rahmen einer gesunden Gesamtentwicklung junger Menschen einen wichtigen Stellenwert in Bildung und Erziehung ein.

Vor diesem Hintergrund hat der Landessportbund Hessen e. V. im Rahmen seiner Kampagne „Sport bildet und bewegt – in Schule und Verein“ das Projekt „Tägliche Sportstunde“, mit dem Ziel eine tägliche Sportstunde in den Schulalltag zu integrieren, gestartet.

Am Projekt „Tägliche Sportstunde“ können grundsätzlich alle Grundschulen von Klasse 1 bis 4 teilnehmen. Dabei besteht die Möglichkeit, entweder die „tägliche Sportstunde“ in Kooperation mit einem Sportverein durchzuführen, d.h. der Sportverein stellt einen qualifizierten Übungsleiter, der die Gestaltung und Durchführung der „täglichen Sportstunde“ übernimmt oder ein/e Sportlehrer/-in der Schule übernimmt direkt die Ausführung der „täglichen Sportstunde“.

---

<sup>1</sup> Schneider, S. & Guardiera Petra. (2011). Bildung braucht Bewegung - neurophysiologische Zusammenhänge zwischen körperlicher Aktivität und Lernleistung im Schulalltag. Sportunterricht, 60 (10), 317-321.

In beiden Fällen übernimmt der Landessportbund Hessen, die Honorierung der Übungsleiter/Fachkräfte mit einer Vergütung in Höhe von 18€ pro Unterrichtsstunde (45min).

Auch bei der Integration der „täglichen Sportstunde“ in den Schulalltag kann zwischen zwei Varianten gewählt werden. Grundsätzlich sollte diese am Vormittag stattfinden.

In Variante 1 findet die „tägliche Sportstunde“ als zusätzliches Angebot statt. Aus Erfahrung empfehlen wir die „tägliche Sportstunde“ als sogenannte „Randstunde“ anzubieten, um trotz der freiwilligen Teilnahme möglichst viele Schülerinnen und Schüler zu erreichen.

In Variante 2 wird die „tägliche Sportstunde“ aus einer Fächerkombination, z.B. von Sport und Musik über die Verknüpfung von Inhalten, z.B. über Rhythmisierungsfähigkeit, Tanz etc., bezogen.

Die Umsetzung der „täglichen Sportstunde“ kann zum Schuljahres- oder Halbjahresbeginn erfolgen und sollte ein Jahr in den Schulalltag integriert werden.

Zwischen der teilnehmenden Schule und dem entsprechenden Sportverein oder auch Sportlehrer/-in (je nach Art der Ausführung) und dem Landessportbund Hessen e. V. wird ein Kooperationsvertrag erstellt, der die Rahmenbedingungen inkl. Versicherungsfragen festlegt. Der Übungsleiter/die Fachkraft führt eine Anwesenheitsliste und legt der Schulleitung bzw. dem Vereinsbeauftragten/der Vereinsbeauftragten monatlich einen Stundennachweis vor. Diese Stundennachweise sind zudem der Rechnung, die an den Landessportbund Hessen e. V. gestellt wird, beizulegen.

Selbstverständlich steht der Geschäftsbereich Schule, Bildung und Personalentwicklung des Landessportbundes Hessen e. V. jederzeit beratend zur Seite.