

Die HRS Loxstedt als sportfreundliche Schule

Stand: Schuljahr 2020/21

Sportfreundliches Klima fördern

Bewegung fördert die **Konzentrations- und Leistungsfähigkeit** und stärkt die **sozialen Kompetenzen** wie **Teamgeist, Toleranz** und **Regel-Akzeptanz**. Sie ist also eine wichtige Grundlage für den Erhalt der Gesundheit und für eine aktive Lebens-Bewältigung. Die Haupt- und Realschule (HRS) Loxstedt setzt deshalb nicht nur in ihrem Sport-Unterricht auf **körperliche Aktivität**, sondern bietet den Schülerinnen und Schülern viele Möglichkeiten innerhalb und außerhalb des Schulgebäudes, ausreichend Bewegungs-Erfahrungen zu sammeln. Die zahlreichen bewegungsfördernden Strukturen sollen ein **sportfreundliches Klima** fördern und sich **positiv auf die Schulkultur** auswirken. So können sich die Kinder und Jugendlichen in den Hofpausen Sport- und Spielgeräte ausleihen. Genutzt werden außerdem Fußballtore, Basketballkörbe, ein Beachvolleyballfeld, diverse Klettergerüste, Tischtennisplatten sowie Schaukeln. Auch am Nachmittag ermöglicht die HRS Loxstedt im Rahmen der Ganztagschule Sport-Angebote, ebenso wie sich die Schülerschaft bei schulischen Turnieren engagieren kann. Durch den regelmäßigen Austausch mit anderen Schulen und Vereinen können zudem Sport-Veranstaltungen wie „Jugend trainiert für Olympia“, die Kreisschul-Meisterschaften sowie andere Sport- und Spiele-Veranstaltungen realisiert werden.

Fehlende Bewegung kompensieren



Dem Schul-Sport selbst kommt immer mehr die Aufgabe zu, die Kinder und Jugendlichen verstärkt **für ein lebenslanges Sporttreiben zu begeistern**, um die oft fehlende Alltags-Motorik zu kompensieren. Mit unterschiedlichen Bewegungs- und Lernfeldern wie

- Spielen
- Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen
- Turnen und Bewegungskünste
- Gymnastisches und tänzerisches Bewegen
- Laufen, Springen, Werfen
- Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten
- Kämpfen

verfolgt die HRS Loxstedt auf Basis des Kerncurriculums und ihrem schuleignen Arbeitsplan der Fachschaft Sport folgende Ziele:

- Erweiterung der individuellen Bewegungsfähigkeit
- Entwicklung von körper- und bewegungsbezogenen Kenntnissen und Einsichten
- Entwicklung von bewegungsspezifischen Lernstrategien
- Ausbildung und Erweiterung sozialer Handlungsfähigkeit
- Förderung der Bereitschaft zu leistungsbezogenem Handeln
- Qualifizierung für eine Teilnahme an der außerschulischen Bewegungs- und Sportkultur
- Hinführung zu lebensbegleitender sportlicher Betätigung

- Befähigung zum verantwortungsbewussten Umgang mit dem eigenen Körper und der eigenen Gesundheit Förderung emotionaler Entwicklung

Sportliches Engagement wertschätzen

Der Sport-Unterricht an der HRS Loxstedt wird regelmäßig evaluiert. Leistungsmessung und Bewertung wird den Schülerinnen und Schülern stets transparent gemacht, ebenso wie diese **aktiv in die Unterrichts-Gestaltung eingebunden** werden. Auch hat sich die Schule zur Aufgabe gemacht, sportliche Leistung und sportliches Engagement im Schulalltag stärker hervorzuheben und zu würdigen: So ist es an der Schule Pflicht, dass die Schülerschaft der höheren Jahrgangsstufen kleinere **Stundenteile des Sport-Unterrichts** in Absprache mit der Lehrkraft **selbst planen** und mit der Klasse umsetzen. Dazu gehört ebenfalls eine schriftliche Ausarbeitung. Zudem bekommt jede Klasse bei Wettkämpfen immer eine **Urkunde**. Bei zahlreichen sportlichen Ereignissen werden **Artikel für die Zeitung** geschrieben und **auf der Internetseite veröffentlicht** und **Pokale** in der Schule ausgestellt. Weiterhin übernimmt die Schulleitung die Sieger-Ehrung. Ebenfalls richten an der HRS Loxstedt ältere Schülerinnen und Schüler Wettkämpfe für jüngere Jahrgänge aus oder begleiten diese als Betreuer oder Schiedsrichter. Dieses Engagement wird **positiv im Zeugnis** vermerkt und in Ergänzung zur Sportnote aufgeführt.



Sich gesund ernähren



Neben sportlicher Betätigung ist insbesondere der Bereich **Ernährung** für eine **langfristige Gesunderhaltung** ein zentraler Baustein. Dazu bietet die HRS Loxstedt bestimmte Fächer-Inhalte und spezifische Wahlpflichtkurse. Hervorzuheben ist dabei das theoretisch-praktische **Profil „Gesundheit und Soziales“**: Hier werden Fragestellungen wie „Wie bereite ich überhaupt gesunde Nahrung zu?“ und „Was benötige ich dafür und wie wirkt sich diese auf meinen Körper aus?“ nachgegangen. Aber auch die Jugendlichen relevanten Fragen nach dem Abnehmen werden behandelt.

Nachmittags sportlich aktiv



Im Rahmen des Ganztags-Angebotes legt die HRS Loxstedt ebenfalls viel Wert auf sportliche Aktivitäten. Schülerinnen und Schüler können sich freiwillig für unterschiedliche sportbezogene Arbeitsgemeinschaften (AG) anmelden, die am frühen Nachmittag stattfinden. Im Angebot stehen derzeit die **Basket- und Fußball-AG**, für die sich Mädchen und Jungen bis zur achten Jahrgangsstufe anmelden können. Für Mädchen der fünften bis achten Klasse steht zudem eine **AG „Bewegung und Tanz“** zur Auswahl. Hier üben die Schülerinnen gemeinsam eine Choreografie zu aktuellen Songs ein. Aufwärm- und

Kraftübungen gehören ebenso dazu wie Tabata-Übungen zur Steigerung der Fitness und zur besseren Orientierung. Aufgeführt werden die erarbeiteten Tänze häufig im Rahmen der Abschlussfeier, eines Sportfestes oder der Weihnachtsfeier.

Austausch anstreben und nutzen

Seit 2016 besteht an der HRS Loxstedt eine Kooperation mit dem Basketball-Verein **Eisbären Bremerhaven**. In jedem Jahr haben die Schülerinnen und Schüler aller Jahrgangsstufen eine Woche lang die Möglichkeit, einen Einblick in die Sportart Basketball zu erhalten. Jugendtrainer und Basketball-Profis der ersten Basketball-Liga haben dabei nicht nur das Ziel, die Kinder und Jugendlichen für Bewegung und Teamsport zu begeistern, sondern auch nach möglichen Talenten für ihren Verein zu suchen.



Eine Zusammenarbeit mit dem **Deutschen Tennisbund** wurde außerdem erstmals 2019 realisiert. Sie erfolgte in Kooperation mit dem Gymnasium Loxstedt und ausgewählten Klassen der Grundschule Loxstedt mit dem Ziel, eine **Rückschlagsportart** in den Sportunterricht zu holen.

Seit Jahren besteht weiterhin eine Kooperation der HRS Loxstedt mit der außerschulischen Sport- und Spielveranstaltung **Go Sport**: Hier beaufsichtigen Sportlehrkräfte bestimmte Stationen, ebenso wie ältere Schüler als Helfende teilnehmen.

Ansprechpartner für den Bereich „Sportfreundliche Schule“:

Felix Behnert

Felix Behnert

Fachkonferenzleiter Sport der HRS Loxstedt

E-Mail: felix.behnert@hrslox.de

Jan Henning Maxin

Jan-Henning Maxin,

Sportlehrer an der HRS Loxstedt

Fachkonferenzleiter Deutsch der HRS Loxstedt

E-Mail: jan.maxin@hrslox.de