

Kinder in Bewegung bringen - „Rope skipping“

*Laufen, Hüpfen, Toben - Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang. Doch leider sitzen viele Kinder heutzutage viel zu lange vor dem Computer, Tablet oder Handy, sodass die Bewegung zu kurz kommt. Die Deutsche Herzstiftung bietet daher das Projekt „Skipping Hearts“ an (was so viel heißt wie „(Seil)springende Herzen“). Bei diesem Projekt können Kinder in einem Workshop unter anderem das sportliche Seilspringen lernen. Die Schüler*innen der Dahlhof-Schule Sülze nehmen oft an diesem Projekt teil. Ziel der Deutschen Herzstiftung sei es, Kinder zu motivieren, sich viel zu bewegen. „Wer das schon als Kind lerne, werde sich auch später viel bewegen.“ So werde das Auftreten von Erkrankungen, zum Beispiel des Herzens, weniger wahrscheinlich, heißt es von Seiten der Stiftung. Manche Sprünge fielen den Kindern schwerer, darunter das sogenannte Kreuzen und Skifahren. Der Basis Jump und das „Grätschen“ war dagegen leichter zu bewältigen. „Die Beteiligung waren mit viel Freude und Eifer dabei. Dieses Projekt soll zukünftig zu einer fest integrierten Ergänzung des Sportunterrichts an der Schule werden“, sagt Ina Dittmann, Schulleiterin der Dahlhof-Schule Sülze.*