

## Konzept

# Regionale Gesundheitsspiele „Einfach bewegend!“

„Wer ist glücklich? Wer Gesundheit, Zufriedenheit und Bildung in sich vereint.“  
(Thales von Milet, um 624 v.Chr.)

Im Auftrag des Hessischen Kultusministeriums (HKM) möchte die Zentrale Fortbildungseinrichtung für Sportlehrkräfte des Landes (ZFS) Ihnen die Idee der „*Regionalen Gesundheitsspiele*“ vorstellen und das entsprechende Konzept erläutern.



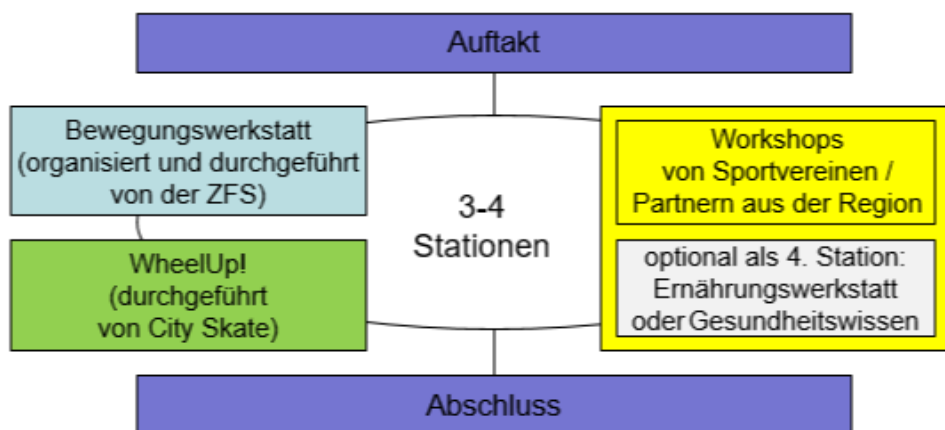
Die „Regionalen Gesundheitsspiele“ (RG) knüpfen an das Konzept der „Hessischen Gesundheitsspiele“ an. Die leitenden Gedanken und Ziele sind:

- Schülerinnen und Schüler **in Bewegung bringen**,
- sie für das Thema Gesundheit **sensibilisieren**,
- Lehrerinnen und Lehrer sowie sozialpädagogisch Mitarbeitende mit regionalen Unterstützungssystemen zum Thema „Gesundheit“ **vernetzen**,
- Schulen zur Durchführung eines „Gesundheitstages“ **motivieren**.



Zur Teilnahme an den „Regionalen Gesundheitsspielen“ sind zwischen 300 und 500 Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufen 4 und 5 mit ihren Lehrerinnen und Lehrern eingeladen.

## Ablauf und Struktur



### Auftakt und Abschluss

Eingerahmt wird die Veranstaltung durch einen gemeinsamen „Auftakt“ (Begrüßung, Einstimmung und Tagesablauf) und „Abschluss“ (Urkundenübergabe, Rückmeldung zur Veranstaltung, Verabschiedung).

### Stationen

Aufgrund der Rahmenbedingungen vor Ort (Raumsituation, Gesamtzahl der teilnehmenden Schülerinnen und Schüler) entscheiden Sie, ob drei oder vier Stationen angeboten werden.

Das 3-Stationen-Konzept sieht folgende Angebote vor:

- **Station: Bewegungswerkstatt**  
In der „Werkstatt“ werden gehirnaktivierende Übungen und Spiele für den Unterricht oder die Pause angeboten.
- **Station: Sportartspezifische oder themenspezifische Workshops**  
Die Workshops werden von ortsansässigen (Sport-)Vereinen, Partnerorganisationen oder auch von Schülerinnen und Schülern durchgeführt.
- **Station: WheelUp!**  
Über die AOK Hessen wird ein Mobil mit zahlreichen und vielfältigen Roll- und Spielgeräten zum freien selbstorganisierten Spiel zur Verfügung gestellt.

Optional kann eine weitere vierte Station bei einer großen Teilnehmendenzahl sinnvoll sein:

- **Station: Ernährungswerkstatt**  
Hier geht es um Grundfragen der Ernährung, die auf spielerische Weise aufbereitet sind.

### Förderung

Die AOK Hessen fördert die Veranstaltung und stützt die teilnehmenden Schülerinnen und Schüler, Helferinnen und Helfer sowie die Schülerschülerinnen mit unterschiedlich farbigen Leibchen aus. Darüber hinaus finanziert sie die Station „WheelUp!“.

## Möglicher Zeitplan

Uhrzeit	Farbe 1	Farbe 2	Farbe 3	Farbe 4
08.30-09.00	Gemeinsamer Auftakt			
09.10-09.50	Bewegungswerkstatt	WheelUp!	Sportartspezifisches Angebot	Ernährungswerkstatt
10.00.-10.40	Ernährungswerkstatt	Bewegungswerkstatt	WheelUp!	Sportartspezifisches Angebot
PAUSE				
11.00-11.40	Sportartspezifisches Angebot	Ernährungswerkstatt	Bewegungswerkstatt	WheelUp!
11.50-12.30	WheelUp!	Sportartspezifisches Angebot	Ernährungswerkstatt	Bewegungswerkstatt
12.40-13.00	Gemeinsamer Abschluss			

## Voraussetzungen für die Durchführung der Regionalen Gesundheitsspiele

- Eine große, gut ausgestattete Sporthalle
- Eine Aula oder Mensa (Mehrzweckraum)
- Optional: ein Sportplatz
- Ein Organisationsteam, das die Veranstaltung vorbereitet und koordiniert
- Eine Schulleitung, die das Thema „Gesundheitsförderung“ als einen notwendigen und wertvollen Aspekt für die Schulentwicklung stützt und integriert
- Ein (Sport-)Verein, der sich präsentieren und mit Schulen vernetzen möchte und für die Durchführung der Workshops Übungsleiterinnen und Übungsleiter zur Veranstaltung gewinnen und bereitstellen kann



## Chancen für Ihre Schule

- Eine Möglichkeit, sich im Schulverbund als gesundheitsfördernde Schule darzustellen.
- Den Jahrgang 4 der Kooperationsschulen einladen, um einen ersten Kontakt herzustellen und Einblick in die eigene Schule zu geben.

- Das Thema „Gesundheit“ im Kollegium und in der Elternschaft in den Blick nehmen.
- Den eigenen Jahrgang 5 an der Veranstaltung komplett teilnehmen zu lassen.
- Ältere Schülerinnen und Schüler in die Durchführung der Veranstaltung als Bewegungsexperten, Schüलगuides oder Helfer verantwortungsvoll mit einzubeziehen.
- Netzwerkarbeit zum Beispiel zum (Sport-)Verein oder zu anderen Partnern auszubauen.



### Leistungen der ZFS

- Die Planungsgrundlagen verdeutlichen und bei Fragen Ansprechpartner sein.
- Den Kontakt zur AOK Hessen und zu Cityskate („WheelUp!“) herstellen.
- Die Bewegungswerkstatt an einem Projekttag mit interessierten Schülerinnen und Schülern vorbereiten.
- Die Fortbildung „AKTIV & CLEVER“ für das Kollegium als Präsent für die Schule.
- Die Evaluation vorbereiten.

### Aufgaben des Schulamtes

- Die Veranstaltung durch das Schulamt mit Flyer ausschreiben und bewerben.
- Die Anmeldungen annehmen.
- Die Gruppen für die Veranstaltung einteilen.
- Urkunden für die teilnehmenden Klassen herstellen und den Rahmen mit Auftakt und Abschluss koordinieren.

### Aufgaben Ihrer Schule

- Mit den Generalisten/innen und Koordinierenden Fachberater/innen „Schule & Gesundheit“ beziehungsweise den Fachberater/innen „Bewegung & Wahrnehmung“ des Schulamtes zusammenarbeiten.
- Einen Gesamtkonferenzbeschluss zur Durchführung der „Regionalen Gesundheitsspiele“ fassen.
- Ein Organisationsteam bilden.
- Raum-, Zeitpläne und weitere Informationsaushänge erstellen.
- Verantwortlichkeiten klären.
- Den Projekttag zur Vorbereitung der Bewegungswerkstatt durch das landesweite ZFS-Team „Bewegung & Wahrnehmung“ festlegen und im Ablauf organisieren.

- Die „Regionalen Gesundheitsspiele“ durchführen und im Anschluss evaluieren.

### Interesse geweckt?

Dann melden Sie sich bitte über unsere Homepage an. Die Ausschreibung endet am **30. September 2020**. Wenn Sie Fragen haben, können Sie uns diese per Mail gerne stellen. Dort finden Sie auf einen Bewerbungsbogen:

### Anmeldung.

Zentrale Fortbildungseinrichtung für Sportlehrkräfte des Landes (ZFS)  
Bewegungs- und Wahrnehmungsförderung (landesweit)  
34119 Kassel,

Website: <https://zfs.bildung.hessen.de>

E-Mail: [zfs@kultus.hessen.de](mailto:zfs@kultus.hessen.de)



Hessische  
Gesundheitsspiele

