

# Projekt „Fitti & Clever“

## Sundermannschule / TuRa 07 Westrhauderfehn



Seit Februar 2006 wird in Kooperation mit der GS Sundermannschule Westrhauderfehn und dem Sportverein TuRa 07 Westrhauderfehn das Projekt „Fitti & Clever“ angeboten. Auf dem Bild sind die Projektleiterinnen Elke Ammermann, Marion Schaa und Edith Stellamans zu sehen.

Die **Sundermannschule** liegt im Zentrum von **Rhauderfehn** und ist die älteste von acht Grundschulen im Ort. Zurzeit besuchen 92 Kinder diese Schule. Es gibt fünf Klassen (1-4), 6 Lehrkräfte und 3 päd. Mitarbeiter. Die Schule gehört seit Jahren zu den sog. "Verlässlichen" Grundschulen. Es gibt keinen Schulbusverkehr, alle Schüler/innen kommen zu Fuß oder mit dem Rad. Die Schule verfügt über eine eigene Turnhalle, die sich in unmittelbarer Nähe der Schule befindet.

[Sundermannschule@t-online.de](mailto:Sundermannschule@t-online.de)

**TuRa 07 Westrhauderfehn** ist ein Mehrspartenverein mit 1200 Mitgliedern. Ein Schwerpunkt im Verein ist die Jugendarbeit in der Kinderturnabteilung. Kindern im Alter von 1-14 Jahren wird ein umfangreiches und vielfältiges Bewegungsangebot unterbreitet. Kinderturnen, Einradfahren aber auch spezielle Bewegungsangebote für entwicklungs- und bewegungsauffällige Kinder, werden von qualifizierten Übungsleiterinnen angeboten.

[www.tura07.de](http://www.tura07.de)

TuRa 07 Westrhauderfehn ist offizielles Mitglied im Kinderturnclub des Deutschen-Turner-Bundes. [www.kinderturnclub.de](http://www.kinderturnclub.de)

Start des Projektes war am 6. Februar 2006. Während der Sportstunden wurden die Schüler der einzelnen Klassen von Edith Stellamans (Fachkraft für Psychomotorik) gemeinsam mit den Sportlehrern Herrn Duitsmann und Herrn Janssen gezielt beobachtet. In ausgewählten Situationen (Balancieren auf der Langbank, Einbeinstand, Spiel mit Handgeräten und Spielsituationen zur Beobachtung der Ausdauerleistung etc.) konnten so die Schüler beurteilt werden.

Foto 2:

Herr Janssen mit der 2. Klasse  
beim Ausdauer spiel.



Am 13. Februar 2006 fand der erste Elternabend in der Sundermannschule statt. Die Eltern wurden über das Projekt von den Übungsleiterinnen Edith Stellamans und Elke Ammermann gemeinsam mit der Ernährungsberaterin Marion Schaa informiert. Die Resonanz der Eltern war sehr positiv. Die Bedeutung einer gesunden Entwicklung der Kinder über Bewegung und einer ausgewählten Ernährung konnte bewusst gemacht werden. Das Angebot wurde von allen Eltern dankbar angenommen und so erklärten sie sich mit der Teilnahme ihrer Kinder einverstanden.

Ende Februar konnte der praktische Teil des Projektes starten. Die 1. Gruppe trifft sich jeden Freitag in der 6. Stunde. Die Gruppe besteht aus 6 Jungen und 4 Mädchen im Alter von 6 – 8 Jahren (1. und 2. Klasse)

Die 2. Gruppe trifft sich jeden Mittwoch um 15.00 Uhr. Diese Gruppe besteht aus 12 Mädchen im Alter von 6-10 Jahren (1. bis 4. Klasse)

Vorrangiges Ziel in den Sportstunden ist es, Anregungen für eine dauerhafte spielerische und sportliche Aktivität zu bieten. Durch spielerische Bewegungsangebote soll die Ausdauerleistung und die Körperwahrnehmung geschult werden und das Selbstbewusstsein verbessert werden. Dies wird z.B. dadurch erreicht, dass Alltagsmaterialien und Kleingeräte, wie z.B. Zeitungspapier, Bälle, Reifen, Indiacas, Frisbee-Scheiben etc. eingesetzt werden.

Stundeninhalte wie z.B. „Olympiade in der Turnhalle“, in Anlehnung an die olympischen Winterspiele im Februar, begeisterten die Kinder sehr. Spielerisch wurden die Ausdauerleistung und die Wurftechnik der Schüler geschult. Es konnten Anregungen auch für zuhause vermittelt werden.



Foto 3: Die Kinder bei der  
Medaillenübergabe in der  
Turnhalle.

In der Mädchengruppe konnte eine hohe Motivation zur Bewegung durch Erlernen des Einradfahrens erreicht werden.



Foto 4:  
Die Einradgruppe mit Schutzausrüstung.

Ziel dieser Projektes ist es, bewegungsauffällige und übergewichtige Kinder zur Bewegung zu führen, ihnen Spaß an der Bewegung und am Spiel zu vermitteln und sie dadurch in Vereinsgruppen zu integrieren. Die Bewegung soll ihnen zu einer angemessenen Handlungsfähigkeit verhelfen und ihr Alltag soll bewegungsaktiver gestaltet werden.

Eine Möglichkeit zur Integration bot am 4. März 2006 das Kinderturnfest von TuRa07 Westrhaudefehn. Zu dieser Veranstaltung waren die Kinder des Projektes mit ihren Eltern eingeladen worden. Sie hatten die Möglichkeit, das vielfältige Angebot des Kinderturnens aktiv kennen zu lernen. Gemeinsam mit ihren Eltern konnten sie an diesem Nachmittag Sport treiben und den Spaß an der Bewegung erfahren.

Außerdem erhalten die Kinder regelmäßig das „Kinderturnheft des Kinderturnclubs“. Diese Zeitschrift informiert über interessante Bewegungsangebote und gibt Anregungen rund ums Kinderturnen.

Mit diesen zusätzlichen Angeboten soll das Interesse an den Sportverein und der Zugang zu den Gruppen erleichtert werden.



Foto 5:  
Hier: Freies Spiel mit der Frisbee-Scheibe.

## Ernährung

Regelmäßige Treffen: 2 x monatlich  
Dauer: 60 Minuten  
Teilnehmerzahl: durchschnittlich 8 bis 10 Kinder

### 1. Treffen am Dienstag, den 14.03.2006

Das Kennen lernen stand im Vordergrund. Das Wissen der Kinder über Ernährung, Lebensmittel und Essgewohnheiten wurde abgefragt. Außerdem wurde eine Ernährungspyramide aufgeklebt. Die Kinder haben dafür die Abbildungen unterschiedlicher Lebensmittel aus Werbeprospekten ausgeschnitten und zu einer Pyramide auf eine Tapetenrolle geklebt. Mit dieser Pyramide werden wir uns in den weiteren Stunden noch intensiver beschäftigen.

### 2. Treffen am Dienstag, den 28.03.2006

In der zweiten Stunde wurde das Thema Obst und Gemüse behandelt. Die Kinder hatten hierfür zu Hause die Aufgabe, Abbildungen von Obst und Gemüse aus Zeitungen und Werbeprospekten auszuschneiden und mitzubringen. Gemeinsam wurden diese einer Obst- und Gemüsetabelle zugeordnet.

In dieser Stunde wurde deutlich, dass einige Kinder Schwierigkeiten hatten, die Lebensmittel richtig zuzuordnen. Bananen wurden beispielsweise dem Gemüse oder Paprika dem Obst zugeordnet. Der Verdacht liegt nahe, dass einige Kinder viel zu wenig mit frischen Lebensmitteln in Kontakt kommen.

Am Ende der Stunde mussten die Kinder mit verbundenen Augen verschiedene Obst- und Gemüsesorten ertasten. Das hat ihnen viel Spaß gemacht.

In den weiteren Stunden wird immer wieder die Ernährungspyramide im Vordergrund stehen, aber auch Kochen und andere Themen, wie z.B. „gesundes Frühstück“ oder „kalorienarme Zwischenmahlzeit“ stehen noch auf dem Programm.

Das Projekt „Fitti & Clever“ ist sehr viel versprechend angelaufen. Von der guten Zusammenarbeit zwischen der Sundermannschule und TuRa 07 Westrhauderfehn profitieren die beteiligten Kinder sehr. Um die positive Entwicklung der Kinder weiterhin zu fördern, ist eine Fortsetzung des Projektes somit wünschenswert.