

deinsport.de – bringt Kinder in Bewegung Lehrkräfteinformation & Projektbeschreibung

Kinder in Bewegung*

Bewegung ist ein tiefes Grundbedürfnis von Heranwachsenden und genetisch verankert. Kinder bewegen sich, da körperliche Aktivität ein entscheidender Wachstums- und Entwicklungsfaktor ist: neben positiven Effekten auf die Gesundheit werden die Wahrnehmung, die Kognition, die Emotionen sowie das Sozialverhalten positiv beeinflusst. Diesen allumfassenden Effekten zum Trotz zeigen aktuelle Studien, dass nur knapp ein Drittel der 7-10-jährigen in Deutschland die WHO Empfehlungen von täglich 60-minütiger moderater bis intensiver körperlicher Aktivität erfüllt. Dabei kann in der Kindheit wie in der Jugend der Grundstein für einen gesunden und bewegten Lebensstil gelegt werden: Kinder, die Sport treiben und im Alltag körperlich aktiv sind, werden dieses Verhalten mit einer großen Wahrscheinlichkeit bis ins Erwachsenenalter beibehalten.

Nachdem bisher 2.700 Grund- und Förderschulen mit 800.000 Kindern in Deutschland von *fit4future* profitieren konnten, entwickelt die Cleven-Stiftung *fit4future*, gemeinsam mit der Beisheim Stiftung, nun in einem eigenen Programm – **deinsport.de** – konsequent weiter. Ziel des Gesundheits- und Präventionsprojekts ist es, die Lebensgewohnheiten und Lebensstile von Kindern im Alter von 6 - 12 Jahren nachhaltig positiv zu beeinflussen, ggf. zu ändern und zu verbessern.

deinsport.de gewinnt Kinder der 3. und 4. Klassen erfolgreich und langfristig für den organisierten Vereinssport und integriert sie in den örtlichen Sportverein.

Gemeinsam mit Ihnen wollen wir Verantwortung für die Kinder übernehmen. Mit einem Projekt das Spaß bringt, alle in Bewegung hält und auf lange Sicht das Immunsystem stärkt. Dabei setzen wir auf Chancengleichheit! Deshalb stellt die Cleven-Stiftung für bis zu 300 Kinder mit einem **deinsport.de** Förderpaket über zwei Jahre eine umfangreiche Kostenübernahme zur Verfügung – großzügig unterstützt vom Verein BILD hilft „Ein Herz für Kinder“.

deinsport.de wird von dem renommierten Sportwissenschaftler Prof. Dr. Ingo Froböse (Deutsche Sporthochschule Köln) und seinem Team der Denkfabrik fischimwasser wissenschaftlich begleitet und ausgewertet. Die Teilnahme an **deinsport.de** ist für Sie als Schule als auch für Eltern und Kinder kostenfrei und freiwillig und kann jederzeit beendet werden.

Projektbeschreibung **deinsport.de**

Das Projekt **deinsport.de** integriert Kinder langfristig in den Sportverein und leistet somit einen nachhaltigen Beitrag zur Bewegungsförderung. Während der regulären Unterrichtszeit durchlaufen die Kinder den *Finde Deinen Sport Tag*, bestehend aus neun auf Gütekriterien geprüfte motorische Tests.

Vier **deinsport.de** *Instructors* führen die Tests begleitet von den Lehrkräften durch. Die aus den Tests ermittelten Werte werden von den Lehrkräften mit einem Verschlüsselungscode in das Portal www.deinsport.de eingegeben.

Die Kinder bekommen als „Hausaufgabe“ aufgetragen, sich gemeinsam mit ihren Eltern mittels des gleichen Codes zu Hause (ohne Angabe von personenbezogenen Daten) in das **deinsport.de** **Portal** einzuloggen. Darin beantworten Eltern und Kind gemeinsam vier Fragen zu sportlichen Interessen und Abneigungen des Kindes. Nach vollständiger Durchführung dieser Befragung wird eine automatisierte Mail vom Portal an die Lehrkraft verschickt. Diese dient als Nachweis zum erfolgreichen Abschluss der Teilnahme an **deinsport.de**, sodass die Lehrkraft dem Kind die ausgedruckte Teilnahmeurkunde in der Schule überreichen kann.

Basierend auf den Testergebnissen werden bis zu vier Empfehlungen von Sportarten sowie die jeweils dazu passenden Vereine in der Umgebung zum Wohnort des Kindes angezeigt. Eltern können so direkt in Kontakt mit dem Verein treten und das Kind zum Probetraining und letztlich als Mitglied anmelden. Die Empfehlungen können von den Eltern heruntergeladen und ausgedruckt werden.

Bereits in den beiden vergangenen Schuljahren konnte das Programm erfolgreich in München, Nürnberg und Würzburg für über 1.600 teilgenommene Kinder Sportartenempfehlungen aufzeigen.

deinsport.de motiviert somit alle Kinder und zeigt jedem Kind seine individuelle sportliche Begabung auf. Der Fokus bei **deinsport.de** liegt nicht auf dem Aufzeigen von „Schwächen“, sondern legt die Ressourcen und Schätze der Kinder dar. Dadurch werden Misserfolge und folglich der frühzeitige Ausstieg aus dem Sportverein vermieden und eine langfristige Bindung an den Sport als auch ein nachhaltiger Beitrag zur Gesundheitserziehung ermöglicht.

Selbstverständlich beachten wir bei **deinsport.de** die schulrechtlichen Gesetze und die EU-Datenschutzgrundverordnung. Nähere Informationen dazu erhalten Sie in der Teilnahmeerklärung und den Datenschutzhinweisen zu **deinsport.de** sowie auf der Website <https://www.deinsport.de/datenschutz>. Sie können frei entscheiden, ob Ihre Schule an dem Projekt teilnimmt oder nicht. Es hat keinerlei negative Konsequenzen, wenn Sie keine Teilnahme wünschen.

Die Rolle der Lehrkräfte

Für die Lehrkräfte entsteht durch **deinsport.de** kein zeitlicher Mehraufwand. Ein bis zwei Lehrkräfte übernehmen die Position des **deinsport.de** *Coaches* und fungieren im Vorfeld als Ansprechpartner für uns. Die Organisation und operative Durchführung des *Finde Deinen Sport Tages* übernehmen speziell geschulte **deinsport.de** *Instructors* von planero an Ihrer Schule, weshalb Ihnen lediglich die Terminvereinbarung obliegt.

Am *Finde Deinen Sport Tag* begleiten die Lehrkräfte Ihre SchülerInnen in die Sporthalle und unterstützen die **deinsport.de Instructors** bei der Beaufsichtigung der Kinder. Für die Wartezeiten zwischen den Testdurchläufen in der Schulklasse stellen wir Ihnen ein Unterrichtsheft, passend zum Aktionstag, zur Verfügung, mit dem die Kinder sich selbst beschäftigen können. Zusätzlich erhalten Sie wissenschaftlich ausgearbeitetes Informationsmaterial zu kindlicher Motorik, das Sie bei Interesse selbst nutzen können.

Am Ende des *Finde Deinen Sport Tages* sammeln die Lehrkräfte die Laufzettel mit den Testwerten der Kinder ein und tragen im Laufe einer Woche die Daten in das **deinsport.de** Portal www.deinsport.de ein. Dies dauert pro Klasse ca. 15-20 Minuten.

Hier können Sie nach Abschluss der Dateneingabe die Mittelwerte der einzelnen Tests für Ihre Klasse/n einsehen und somit die Potentiale der Kinder gezielt im Unterricht stärken.

Die Vereinsdatenbank

Einen Sport zu treiben, der zu den individuellen Potentialen passt, macht Spaß und verhindert Frustration und Misserfolge. Bei der langfristigen Bindung von Kindern an den Sport spielen Sportvereine und die Wahl der richtigen Sportart eine tragende Rolle. Daher wird dem Kind nicht nur eine individuelle Empfehlung für passende Sportarten ausgesprochen, sondern auch die dazugehörigen Sportvereine in einem Umkreis von wenigen Kilometern um den Wohnort präsentiert.

Einen schematischen Ablauf von **deinsport.de** finden Sie in der untenstehenden Tabelle auf der nächsten Seite.

Sollten Sie weitere Fragen zu **deinsport.de** haben, können Sie gerne einen Telefontermin mit uns vereinbaren. Senden Sie hierzu eine E-Mail an info@deinsport.de. Wir werden uns umgehend mit Ihnen in Verbindung setzen und freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Ihnen.

Mit freundlichen Grüßen,

Ihr **deinsport.de** Organisations-Team

* Quellen

- Rusch, H., Bradfisch, J., & Irrgang, W. (1994). Auswahltest Sportförderunterricht. Haltung und Bewegung, 14 (1), 4-17
- Bös, K. (1996). Fitness testen und trainieren: mit praktischem Trainingsbegleiter. Copress Sport
- Bös, K. & Tittelbach, S. (2002). Motorische Tests. Sportpraxis. Sonderheft Motorische Tests, 43, 17-18
- Töpel, D., (1972). Der Kasten-Bumerang-Lauf – ein Test der motorischen Leistungsfähigkeit. Theorie und Praxis der Körperkultur, 21 (8), 736-742
- Hoeger, W.W., Hopkins, D.R., Button, S.& Palmer, T.A. (1990). Comparing the sit and reach with the modified sit and reach in measuring flexibility in adolescents. Pediatric Exercise Science, 2 (2), 156-162
- Bös, K. Schlenker, L., Lämmle, L., Müller, H., Oberger, J.& Tittlbach, S. (2009). Deutscher Motorik Test 6-18. (DMT 6-18) (Schriften der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft, 186). Hamburg: Czwalina

Schematischer Ablauf deinsport.de für Lehrkräfte

Sie melden sich mittels Schulvereinbarung zum Projekt an. Im Anschluss erhalten Sie die Login-Daten für das *deinsport.de* Portal und terminieren mit planero den *Finde Deinen Sport Tag* an Ihrer Schule.



Sie laden sich das Dokument „Einverständniserklärung der Eltern“ unter www.deinsport.de herunter. Anschließend teilen Sie den Kindern die Einverständniserklärungen für die Unterzeichnung durch die Eltern aus und sammeln diese nach spätestens 14 Tagen wieder ein. Die unterschriebenen Erklärungen verbleiben an der Schule.



Vor dem *Finde Deinen Sport Tag* laden Sie die Laufzettel mit den Codes im *deinsport.de* Login-Bereich herunter und drucken diese aus.



Der *Finde Deinen Sport Tag* findet in Ihrer Schule statt. Vier externe *deinsport.de Instructors* von planero führen diesen durch. Jedes Kind erhält einen Laufzettel mit individuellem Code. Sie begleiten die Schüler/innen in die Turnhalle und unterstützen die *Instructors*.



Nach der Durchführung der Übungen sammeln Sie die Laufzettel der Kinder ein. Jedes Kind nimmt den Abrissbereich, der ebenfalls den Code enthält, mit nach Hause. Danach loggen Sie sich in das *deinsport.de* Online-Portal ein. Dort tragen Sie die Testwerte der Kinder ein (Dauer ca. 15 Min.).



Als Nächstes loggen sich die Eltern gemeinsam mit dem Kind zuhause mithilfe des Codes in das *deinsport.de* Portal ein. Dort beantworten sie vier Fragen zu sportlichen Vorlieben und Abneigungen des Kindes.



Der wissenschaftlich entwickelte *deinsport.de* Algorithmus berechnet aus den Ergebnissen der sportmotorischen Übungen sowie den Online-Fragen zwei individuell zum jeweiligen Kind passende Sportartenkategorien.



Aus den zwei Sportartenkategorien wählen die Eltern gemeinsam mit dem Kind jeweils zwei Sportarten aus, die das Kind interessant findet. Dazu werden den Eltern dann passende Vereine in deren Nähe angezeigt. Mit den Vereinen kann dann ein Probetraining vereinbart werden.



Sobald sich eine Familie mit dem Code des Kindes einloggt und den Test mit der Beantwortung der Fragen beendet, bekommen Sie eine automatisierte E-Mail. Wenn alle Kinder Ihrer Klasse erfolgreich den Test beendet haben, können Sie die Teilnahmeurkunden herunterladen und anschließend in der Schule austeilen.

