

„Wer sich bewegt, kann besser lernen“

Diplomsportlehrerin Christin Senf über Konzentration in der Schule und die Wichtigkeit von Sport

Das Sportprojekt

Vegetarisch. Es gibt seit dem Sommer 2010 ein neues Projekt an der Grundschule Föhren Flur. Es heißt „Kids For Success“. In diesem Sportprogramm geht es darum, Bewegung und Konzentration sowie die visuelle Wahrnehmung miteinander zu verknüpfen. Mit den verschiedenen Übungen sollen die Konzentration und Lernmotivation der Kinder gesteigert werden. Da aus der Klasse 3a mehrere Kinder an dem Projekt teilnehmen, sind ihre Mitschüler neugierig geworden und wollten es auch einmal ausprobieren.

Christin Senf

ist Diplomsportlehrerin und in diversen Vereinen in Bremen-Nord tätig. Sie begleitet seit drei Jahren das Kids-For-Success-Programm.



Marta, Christina und Sara zeigen stolz ihre Materialien.

FOTOS: KINDER DER KLASSE 3A

Programm für Kinder?

Es gibt Löffel, Frisbees, Seile, Kugeln, Hürchen, Strohhalm oder Perlen. Diese Dinge bekommt jeder, der bei diesem Projekt mitmacht. Alle Materialien passen in einen Turnbeutel. Diesen dürfen die Kinder am Ende des Programms behalten. Zudem gibt es eine Bewegungsanleitung, die in der Turnhalle ausgelegt wird.

Welche Kleidung braucht man, um mitzumachen?

Die Kinder, die mitmachen, benötigen auf jeden Fall Sportsachen. Eine Sporthose, ein T-Shirt und Hallenschuhe reichen aber vollkommen aus.

Ab welchem Alter können Grundschüler bei Kids For Success mitmachen?

Das Projekt wird in den Klassenstufen 2 und 3, also im Alter von sieben bis neun Jahren angeboten. Man kann es allerdings auch schon mit den Jüngeren im Kindergarten durchführen. Die Kinder sollten aber mindestens vier bis fünf Jahre alt sein.

Wo findet Kids For Success statt?

Kids For Success wird meistens in einer Turnhalle angeboten, weil ein großer Raum benötigt wird. Denn wir machen, wie schon erwähnt, in dem Programm viele Übungen. Es würde aber auch ein normaler Raum gehen, wenn dieser groß genug ist.

Die Fragen stellen die Schüler der Klasse 3a der Grundschule Föhren Flur.

Alle Texte stammen von den Kindern der Klasse 3a der Grundschule Föhren Flur in Bremen-Vegesack von Sara Abdalrh, Mohammad Abbas, Abdul Aduu Djima, Burdebu Alieva, Lucy Bar'esch, Bosko Bilu, Hannah Bösch, Christina Kalbing, Yvruz Kie, Korostardina Larja, Luix Marlerwald, Finn Meyer, Mia Neuvo, Medina Osmanaj, Hasan Rahim, Felix Röber, Dalia Sresu, Gratiela Strahilova, Mari Sealwatkowska, David Wilken, Mikol Wronowski und Zainab Yousef. Mitgearbeitet haben auch der Bundesfreiwilligendienstleistende Jonas Biecke sowie die Lehrerin Doris Baarich.

Wo ist Kids For Success entstanden, und wie lange machen Sie es schon?

Christin Senf: Die Idee ist 2016 in Köln entstanden. Erste Schule ist die erste Schule, die mit diesem Projekt gestartet ist – sozusagen eine Premiere. Mittlerweile gibt es weitere Bremer Schulen, die sich beworben haben.

Was macht man bei Kids For Success?

Lernen durch Bewegungen: Die Kinder sollen Lernprozesse in Bewegungen abspeichern. Bei der Übung „4 mal 4“ wird eine Bewegung, etwa den Arm nach oben strecken, einer Zahl zugeordnet. Nach und nach kommen weitere Bewegungsaufgaben dazu. Die Bewegungen bleiben immer gleich, nur die Reihenfolge ändert sich. Als Schlagwörter werden beispielsweise Tiernamen, Länder oder Städte genommen. Später kommen immer andere Bewegungen dazu.

Wie viele Übungen gibt es?

Es gibt ganz viele Übungen. Aber in einer Stunde schafft man meistens nur fünf. Es ist genau die

richtige Anzahl an Übungen, damit die Kinder sich diese gut merken können. Für die Prüfungen, die gleich mehrmals im Jahr stattfinden, gibt es sieben feste Übungen.

Warum machen Sie Kids For Success?

Weil ich Kindern helfen möchte, damit sie sich besser konzentrieren können und in der Schule aufmerksamer werden, etwa beim Rechnen und Lesen. Und man kann besser lernen, wenn man sich viel bewegt. Außerdem

bewege ich mich gern und möchte die Arbeit in der Schule damit verbinden.

Was lernen die Kinder bei Kids For Success?

Die Kinder lernen Ausdauer, Körperspannung und Schnelligkeit. Wir trainieren nicht nur den Körper, sondern auch den Kopf und die Augen.

Wie viele Kinder können bei dem Sportprogramm von Kids For Success mitmachen?

In jedem Projekt sind immer zehn

Kinder, damit jedes Kind richtig gefördert werden kann.

Was verändert sich am und im Körper der Kinder?

Durch die Bewegungsaufgaben werden die Muskeln gestärkt und die Aufmerksamkeit geschult. Ebenso wird die Konzentrationsfähigkeit gefördert. Die Übungen helfen einem Kind außerdem, sich länger auf Sachen konzentrieren zu können und diese auch abzuspeichern.

Welche Geräte gibt es bei dem Pro-

Der Turnbeutel mit allen Materialien zeigt das Logo von Kids for Success (links). Mit den Materialien, die darin enthalten sind, probieren die Schüler die verschiedenen Übungen aus (rechts).

