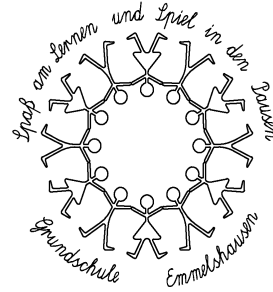


## Grundschule Emmelshausen: Seilspring-Projekt



Laufen, Springen, Ballspielen – was eigentlich dem natürlichen Bewegungsdrang von Kindern entspricht, gehört nicht mehr selbstverständlich zu deren Tagesablauf. So spielen viele Kinder am Computer oder schauen stundenlang Fernsehen. Eine Folge davon: Weltweit ist bereits mehr als jedes fünfte Kind übergewichtig.

Um Kinder wieder mehr zu Bewegung zu motivieren, hat die **Deutsche Herzstiftung** das Präventionsprojekt „**Skipping-Hearts**“ initiiert.

Die Klasse 4c der Grundschule Emmelshausen mit ihren Klassenlehrerinnen **Frau Nickenig und Frau Brüne** hatte sich zur Teilnahme an diesem Projekt beworben und konnte es am vergangenen Mittwochmorgen in der Sporthalle durchführen. Den Grundschulkindern wurde in einem zweistündigen Workshop das so genannte „Rope Skipping“ vermittelt. Diese sportliche Form des Seilspringens eignet sich hervorragend zur Schulung und Verbesserung motorischer Grundfertigkeiten. Alleine, mit einem Partner oder in der Gruppe probierten die Viertklässler mit großer Begeisterung zahlreiche Sprungvariationen aus und waren erstaunt über die vielfältigen Möglichkeiten mit dem Seil als Sportgerät. Am Ende des Workshops führten die Kinder mit großer Motivation ihre neu gelernten Kunststücke den anwesenden Zuschauerklassen sowie ihren Eltern vor. Im Anschluss durften alle Anwesenden selbst aktiv werden und die abwechslungsreichen Sprungformen mit dem Seil ausprobieren.

Mit hochroten Köpfen und lachenden Gesichtern verließen alle die Sporthalle und waren sich einig, einen spannenden, bewegungsreichen Vormittag erlebt zu haben, von dem sie einige Ideen nach Hause mitnehmen können.