



## Tag der Bewegung und Entspannung

### Was?

- Unsere Alternative zu einem Sportfest
- Lehrer/innen und externe Anbieter bieten vielseitige Bewegungs- und Entspannungsangebote an (z.B. Fechten, Yoga, Reiten, Tennis, Inlineskating, Schach ...)
- Ein durch Schüler/innen und Eltern vorbereitetes Obst- und Gemüsebuffet unterstützt diesen Tag.

### Warum?

- Ganzheitliche Entwicklungs- und Gesundheitsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport

#### Positive Aspekte „Bewegen macht Spaß“

Neue Bewegungs- und Entspannungsmöglichkeiten kennenlernen

Sponsorenlauf zur Verbesserung der Schulgestaltung

Klassenübergreifende Angebote fördern das Schulklima

### Wie?

- Durchführung 1 x im Schuljahr für die Jahrgänge 5-8. Der 9. Jahrgang unterstützt die Lehrer/innen (Termin siehe Homepage der Schule)
- Jede/r Lehrer/in bietet ein Angebot für ca. 20 Schüler an.
- Die Schüler/innen wählen 4 sportliche Angebote aus. Alle 2 Jahre findet ein Sponsorenlauf statt.

