



Tag der Bewegung & Entspannung

Was?

- Unsere Alternative zu einem Sportfest
- Lehrer/innen und Externe bieten vielseitige Bewegungs- und Entspannungsangebote an (z.B. Fechten, Yoga, Parcour, Tennis, Inlineskating, Schach)
- Jede/r Schüler/in wählt 4 sportliche Angebote aus. Alle 3 Jahre findet ein Sponsorenlauf statt.
- Ein von Schülern/innen selbstgemachtes gesundes Essen 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?

- Der Tag der Bewegung und Entspannung findet 1 x im Schuljahr für die Jahrgänge 5-8 statt (Termin siehe Homepage der Schule).
- Die 9. Klässler/innen unterstützen die Kolleg/innen.
- Jede/r Lehrer/in führt ein sportliches Angebot für ca. 20 Personen durch. Alle Angebote hängen 4 Wochen vorher in der Eingangshalle aus, damit sich die Schüler/innen informieren können.
- Die Schüler/innen tragen sich in die Angebote ein und bekommen einen individuellen Verlaufsplan.

