

Pressemitteilung

Direktion Mittelfranken

AOK Bayern und Post SV Nürnberg machen Kinder sportlich fit mit Posti-Bär Kids – Schule macht Sport

Nürnberg, 6. Juli 2022

Nur zwei Stunden Schulsport die Woche und die restliche Zeit: sitzen, sitzen, sitzen. 9,7 Stunden sitzen Grundschul Kinder im Schnitt pro Tag. Viel zu viel finden der Post SV Nürnberg und die AOK Bayern. Deshalb bieten sie gemeinsam das Programm ‚Posti-Bär Kids – Schule macht Sport‘ an. Ziel des Projektes und der Kooperation ist es, den Kreislauf aus zu viel sitzen – sowohl im Unterricht, als auch in der Freizeit zu durchbrechen und wieder mehr Spaß an der Bewegung in den Alltag der Kinder zu bringen. Wie das funktioniert? „Nicht jedes Kind hat die Möglichkeit, nach der Schule einen Sportverein zu besuchen. Deshalb gehen wir als Verein in die Schulen, um auf diesem Weg so viele Kinder wie möglich zu erreichen und ihnen den Spaß an der Bewegung zu vermitteln“, so Andreas Neugebauer, Vorstandsvorsitzender des Post SV. Und Horst Leitner, Direktor der AOK in Mittelfranken ergänzt: „Mit dem Projekt ‚Posti-Bär Kids – Schule macht Sport‘ setzen wir einen elementaren Grundstein im Leben der Kinder. Denn Bewegungsmangel im Kindesalter führt langfristig zu Erkrankungen, wie Adipositas oder Diabetes Typ II. Wir wollen zur richtigen Zeit Impulse geben, damit aus unseren Kindern verantwortungsbewusste, gesunde Erwachsene werden.“

Für mehr Bewegung in der Schule

Aktuell läuft das Programm an der Gretel-Bergmann-Grundschule in Nürnberg. Die Kinder sind mit Feuereifer bei der Sache, denn, so Sandy Franke, Diplom sportwissenschaftlerin und Verantwortlich für das Projekt „Hier geht es nicht um Leistungsdruck, sondern um den Spaß an der Bewegung. Im Vordergrund steht ganz klar der spielerische Aspekt.“ Bevor das Programm an der Schule zum Einsatz kommt, wird gemeinsam mit der Schulleitung der individuelle Förderbedarf der Kinder ermittelt. Sandra Lichtenstein, Rektorin der Gretel-Bergmann-Schule ist begeistert von dem Projekt: „Man merkt förmlich, wieviel Bewegungsdrang in den Kindern steckt und wie glücklich und ausgepowert sie nach jeder Stunde mit ‚Posti-Bär Kids – Schule macht Sport‘ sind.“ Die Lehrer*innen werden im Rahmen eines Workshops dabei unterstützt, aktiv

Bewegungspausen in den Unterricht einzubauen. Und dann kommen die Kinder ins Spiel: Individuell in ihrer Klasse erleben die Schüler*innen Bewegungs-Themen, für die im normalen Sportunterricht die Zeit fehlt. Angeboten werden beispielsweise „Spiel und Spaß in der Natur“ oder „Rangeln und Raufen – Kooperation, Kommunikation, Grenzen setzen“. Aber auch die Eltern werden in das Projekt involviert. Sie lernen, mit welchen einfachen und günstigen Möglichkeiten, sie sich auch daheim mit ihren Kindern auspowern können und so ganz nebenbei auch noch ganz viel für ihre Gesundheit tun können.



Bildunterschrift

Präsentierten stolz die Urkunde (v.l.n.r.): Sandy Franke, Projektleiterin Posti-Bär Kids, Andreas Neugebauer, Vorstandsvorsitzender Post-SV Nürnberg, Sandra Lichtenstein, Rektorin der Gretel-Bergmann-Grundschule, Horst Leitner, Direktor der AOK in Mittelfranken und Rebecca Heidingsfelder, stv. Projektleiterin Posti-Bär Kids.

Urhebervermerk
AOK



Bildunterschrift

Nicht nur die Kinder der Gretel-Bergmann Grundschule hatten sichtlich Spaß mit dem Posti-Bären, sondern auch (hinten stehend, v.l.n.r.): Sandy Franke, Projektleiterin Posti-Bär Kids, Horst Leitner, Direktor der AOK in Mittelfranken und Sandra Lichtenstein, Rektorin der Gretel-Bergmann-Grundschule.

Urhebervermerk
AOK