

Socken werden zum Trainingsgerät

Realschule: Sportreferendare sorgen mit Videos dafür, dass Schüler fit bleiben

Rottenburg. (gt) „Bewegt euch“ – so lautet die Botschaft, die die Sportreferendare mit ihren Videos an die Schüler und Lehrer der Realschule Rottenburg senden wollen.

Einmal pro Woche gibt es während des Distanzunterrichts für die Schüler die „Bewegungspause“. In den jeweils rund fünfminütigen Videos sollen sie dazu motiviert werden, sich zu bewegen und den Schreibtisch für einen Moment zu verlassen.

Für die Lehrer sind sechs Videos mit einer Länge von jeweils etwa zehn Minuten entstanden. Auch sie sollen animiert werden, vom Computer aufzustehen. Dafür erhalten sie unter anderem Übungen für Rücken und Nacken, aber auch einen Einblick ins Yoga.

Seminarsprecher Johannes Gattermann erläutert, dass es die Schüler gewohnt seien, im Unterricht zu sitzen. Für die Lehrer sei es eine Umstellung, nicht mehr an der Tafel



Nicht nur mit Socken, sondern auch mit Kloppapierrollen wird in den Videos der Sportreferendare der Realschule Rottenburg trainiert.

Foto: Thomas Gärtner

zu stehen. Die Videos haben die sechs Sportreferendare im Homeoffice aufgenommen und zusammengeschnitten. Sie wollen damit nicht nur erreichen, dass Schüler

und Lehrer fit bleiben, sondern sie sollen auch für gute Laune und somit Motivation für die nächste Unterrichtsstunde sorgen. Auch die Schulleitung hat schon mitgemacht.