**Bewegte Schule geht weiter**

Ein neuer Baustein unserer „Bewegten Schule“ ist die Teilnahme an dem Projekt **fit4future**

**fit4future,** die gemeinsame Initiative für gesunde Schulen der DAK-Gesundheit und der Cleven-Stiftung, setzt mit ihrem Präventionsprogramm bewusst bei den Sechs- bis Zwölfjährigen an. Ziel ist es, die Lebensgewohnheiten und Lebensstile von Grundschülern spielerisch und nachhaltig positiv zu beeinflussen. Insgesamt vier Module (Bewegung, Ernährung, Brainfitness und Verhältnisprävention/System Schule) werden im Verlauf von drei Jahren umgesetzt. An der groß angelegten Initiative können von 2016 bis 2021 insgesamt 2.000 Grund- und Förderschulen bundesweit kostenlos teilnehmen. Das bereits seit 2005 bestehende Programm der Cleven-Stiftung wurde 2016 gemeinsam mit der DAK-Gesundheit und der Technischen Universität München erweitert und evaluiert. Die teilnehmenden Schulen werden über den gesamten Zeitraum professionell bei der Umsetzung der einzelnen Module begleitet sowie persönlich gecoacht. Dazu gehören Workshops für Lehrkräfte, ein Aktionstag für Schüler und Eltern sowie eine Vielzahl von Materialien, die Lust auf eine gesunde Lebensweise machen

Unsere Schule wird drei Jahre lang professionell bei der Umsetzung von Maßnahmen aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Brainfitness begleitet und persönlich gecoacht. Dazu gehören Workshops für unsere Lehrkräfte, ein Aktionstag für die Schüler und Eltern und eine Vielzahl von Materialien, die Lust auf eine gesunde Lebensweise machen. Darüber hinaus erhalten wir eine Unterstützung bei der Weiterentwicklung zu einer gesundheitsfördernden Schule. Auch die Gesundheit der Lehrkräfte und der pädagogischen Mitarbeiter ist Teil des Programms. Diese Kombination finden wir toll und sind damit sicherlich ganz bald „fit4future“.

Die Wingertsbergschule wird daher in den nächsten drei Jahren an diesen Schwerpunkten arbeiten:

*Modul:* **Netzwerk Bewegung**

Regelmäßige Bewegung hält fit und beugt vor. Und auch auf die geistige Leistungsfähigkeit hat körperliche Aktivität einen positiven Einfluss. Das ***Modul „Netzwerk Bewegung“*** bietet Hilfestellung bei der Entwicklung zusätzlicher Sportangebote an der Schule, wie Kooperationen mit Sportvereinen oder Angebote im Ganztag. Unsere „Bewegte Schule“ hat einen tollen Effekt. Die Kinder können sich auch im Klassensaal bewegen und sind danach viel konzentrierter in den Schulstunden. Daneben bringt die für alle Klassen eingeführte „Bewegungstunde“ jetzt mit Hilfe der fit4future-Bewegungstonne aufgepeppt, die Möglichkeit sich auszutoben und weitere Bewegungserfahrungen mit Spielgeräten und Spielangeboten zu machen.

*Modul:* **Gesundheit der Lehrkräfte**

Ein guter Unterricht erfordert gesunde und motivierte Lehrkräfte als Vorbild für ebenso fitte Schüler. Doch rund 40% der Lehrkräfte in Deutschland leiden unter Stress. Lärm, fehlende Erholung und schwierige Schüler belasten die Pädagogen, wie eine aktuelle fit4future-Umfrage im Auftrag der DAK-Gesundheit belegt. Damit hier gezielt bessere Bedingungen geschaffen werden, unterstützt das ***Modul „Gesundheit der Lehrkräfte“*** die Schule bei Maßnahmen zur Gesunderhaltung ihrer Fachkräfte.

Wer sich weiter informieren möchte kann diesem link folgen.

<https://www.dak.de/dak/leistungen/fit4future--das-projekt-1783096.html>