

Liebe Eltern,

Sitzen in der Schule, bei den Hausaufgaben, bei der Mediennutzung am Nachmittag und beim Fernsehen am Abend...

Hat Ihr Kind genügend Bewegung?

Mediziner appellieren immer wieder, jede Gelegenheit für körperliche Aktivität zu nutzen, um Kindern eine gesunde Entwicklung zu ermöglichen. Statt ausgefallener, teurer Sportarten genügt es oft schon, die Bewegungsangebote im Alltag zu nutzen.

Eine ganz einfache Möglichkeit die Bewegung der Kinder zu fördern, bietet die Aktion



## **„Zu Fuß zur Schule“ - Wir machen MIT!**

**Aktionszeitraum: 06.05. – 17.05.2024**

Viele Gründe haben uns dazu bewogen, diese Aktion zu starten.

### **1. Bewegung fördert die Gesundheit**

Zu Fuß gehen ist gesund, entspricht dem Bewegungsdrang von Kindern und fördert die kindliche Entwicklung. Auf dem Schulweg bewegt sich Ihr Kind an der frischen Luft. Die Konzentrationsfähigkeit wird gefördert, Licht- und Temperaturreize wirken sich positiv auf das Lernen aus.

### **2. Gemeinsames Laufen entspannt**

Die Bewegung am Morgen führt zu einer besseren Ausgeglichenheit. Die Kinder sind schon morgens ausgelasteter und wacher im Unterricht. Sie kommen entspannter daheim an. Das Erlebte eines langen Schultages wird diskutiert, Hausaufgaben besprochen und Stress abgebaut.

### **3. Laufen schafft Freundschaften**

Allein das Gespräch auf dem Schulweg ist eine tägliche Übung in Puncto „Kommunikation“: Witze erzählen, lachen, streiten, sich versöhnen, Pläne schmieden, sich verabreden - hier entstehen und festigen sich Freundschaften ganz nebenbei.

### **4. Laufen schärft die Sinne**

Das tägliche Beobachten von Verkehrssituationen auf einer vertrauten Strecke schafft Sicherheit. An welcher Stelle muss man besonders aufpassen? Wo kann die die Straße am sichersten überqueren? Solche Alltagserfahrungen auf dem Schulweg machen das Kind zu einem guten Beobachter und sicheren Teilnehmer im Straßenverkehr.

### **5. Laufen macht selbstständig**

Die Bewältigung des Schulwegs zu Fuß ist ein Schritt in Richtung Unabhängigkeit und Loslösung von den Eltern. Das Kind ist selbstständig unterwegs.

Dazu gehört auch, sich jeden Tag richtig anzuziehen: Dem Wetter entsprechend und mit reflektierenden Elementen an Kleidung und Schultasche, um rechtzeitig gesehen zu werden.

### **6. Weniger Elterntaxis – mehr Sicherheit für alle**

Wenn Kinder ihren Schulweg zu Fuß zurücklegen, verringert sich das Verkehrsaufkommen mit all seinen Unfallgefahren im Umkreis der Schule. Nicht nur Ihr Kind hat auf diese Art eine höhere Sicherheit, insgesamt ist es ein Gewinn im Umkreis der Schule und für den Busverkehr.

## 7. Weniger Zeitdruck für Eltern

Nicht zuletzt ist es eine Entlastung für Sie als Eltern, wenn Sie wissen, dass Ihr Kind den Schulweg sicher als Fußgänger meistert. Der Zeitdruck, Ihr Kind rechtzeitig zur Schule zu bringen oder pünktlich wieder abzuholen entfällt. Besonders wenn sie die Termine mehrerer Kinder in unterschiedlichen Altersstufen koordinieren müssen, ist dies ein wichtiger Faktor.

## 8. Energie sparen

Egal ob Sie das E-Auto oder den Verbrenner nutzen: Jeder Weg zu Fuß spart die Fahrt mit dem Auto und entlastet die Umwelt.

Auch wenn Ihr Kind einen weiteren Schulweg als 20 Minuten hat, kann es sich an der Aktion beteiligen. Z.B. indem es den offiziellen Bus nutzt und zu Fuß zum Bus geht. Sie können Ihr Kind auch auf halben Weg an einer „Haltestelle“ absetzen, damit es die letzte Strecke zusammen mit seinen Freundinnen und Freunden zu Fuß gehen kann.

Wir Lehrer werden die Kinder natürlich in der Schule auf diese Aktion einstimmen und des richtigen Fußgängerverhaltens allgemein besprechen.

**Damit die Aktion aber erfolgreich ist, benötigen wir im Vorfeld Ihre elterliche Unterstützung:**

**Damit alle Schüler/innen den Weg zur Schule bzw. zum Schulbus sicher bewältigen können, gilt es, „Laufbusse“ zu organisieren:**

- Verabreden Sie sich mit Schülereltern in Ihrem Wohngebiet und bilden Sie Laufgruppen mit 3-5 Kindern, gerne altersgemischt.
- Legen Sie „Haltestellen“ fest, an denen der „Laufbus“ wartet und Ihr Kind „zusteigen“ kann.
- Legen Sie gemeinsam den Fußweg fest. Wählen Sie dabei den für alle sichersten, nicht den kürzesten Weg zur Schule.
- Gehen Sie den Weg mit den Kindern einzeln und in der Gruppe ab. Besprechen Sie dabei das richtige Verhalten an den „Haltestellen“ und an schwierigen Stellen.
- Verabreden Sie die Laufgruppen auch für den Heimweg (unterschiedliche Schlusszeiten).
- Informieren Sie mindestens ein anderes Kind, wenn Ihr Kind krank ist und nicht mitläuft.
- Achten Sie auf wettergerechte und sichere Kleidung (hell, Reflektoren).
- Entrümpeln Sie den Schulranzen: Welche Materialien werden benötigt? Was gehört nicht in die Schule?
- Packen Sie den Schulranzen mit Ihrem Kind zusammen grundsätzlich am Abend. Dies erspart den Zeitdruck am Morgen.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!

Mit freundlichen Grüßen

*Ihr Lehrerteam der Grundschule Prien und Wildenwart*