



Bewegte Aktion in Mahlsdorf: Mit 450 Schrittzählern gegen Corona!

„Wir halten uns fit mit jedem Schritt“ lautet das Motto einer Aktion an der BEST-Sabel-Grundschule in Mahlsdorf. Sie wurde von der Sport-Lehrerin Sandra Cummerow initiiert. Nach viel digitalem Unterricht in der aktuellen Corona-Pandemie und Home-Schooling mit stundenlangem Sitzen wollte sie ihre Schülerinnen und Schüler wieder mehr in Bewegung bringen.

Charlotte, Henning und Mathilda freuen sich über die Schrittzähler für ihre Schule.

Um sie dazu zu motivieren und einen eher ungewöhnlichen Anreiz zu bieten, startete ein außergewöhnlicher Wettbewerb – mit Schrittzählern! Das sind kleine elektronische Geräte zum Zählen von Schritten. Also galt es, so viele Schritte wie möglich zurückzulegen und ganz viel zu laufen!

Los ging es an der Schule Anfang Oktober: „In jeder Klasse wurden Schrittzähler an die Kinder verteilt und zwei Wochen lang die gemachten Schritte dokumentiert“, erklärt Frau Cummerow. „Die Schrittzähler waren sehr leicht zu bedienen und alle kamen schnell damit zurecht.“

Gegenseitige Motivation

Allerdings mussten für den Unterricht im Klassenraum Regeln aufgestellt werden, um den Unterricht nicht zu stören. Die Kinder wollten ständig ihre Schritte untereinander vergleichen. Im Sportunterricht durften die Zähler natürlich benutzt werden und hingen an den Schuhen oder am Hosensbund. Die Lehrerin schätzt ein: „Mit den Schrittzählern konnten sich die Schülerinnen und Schüler gut gegenseitig motivieren. Und es gab noch einen schönen Nebeneffekt: Die Fähigkeit, sich selbst besser einzuschätzen,

wurde durch das eigenständige Eintragen der Schritte in die vorgegebenen Listen gefördert.“

Unterstützt von der Sportjugend

Die Sportjugend Berlin unterstützte die Anschaffung von 450 Schrittzählern im Rahmen des Programms „Kooperation Schule und Sportverein“ des Landessportbunds. Schon bei der offiziellen Übergabe der kleinen Fitnessgeräte Ende September war die Neugier an der Schule in Mahlsdorf groß.

Vielleicht interessieren sich auch andere Berliner Schulen für so eine wunderbare Aktion? Sportlehrerin Frau Cummerow steht gern für Fragen zur Verfügung.

Wer schaffte die meisten Schritte?

Im November wird nun ausgewertet, wer am meisten gelaufen ist und welche Klasse die meisten Schritte schaffte. Die erfolgreichsten Läufer erhalten Medaillen und Urkunden. Die Kinder dürfen ihre Schrittzähler weiter benutzen und vielleicht wird der Wettbewerb im nächsten Jahr wiederholt. Denn er hat Spaß gemacht, jeder Schritt war wichtig und hält ja bekanntlich fit.



Sportlehrerin Frau Cummerow erklärt die Funktion der Schrittzähler.



BEST-SABEL-GRUNDSCHULE
Erich-Baron-Weg 118
12623 Berlin
Tel. 992 835 20
[www.best-sabel.de/schule/
grundschule-mahlsdorf](http://www.best-sabel.de/schule/grundschule-mahlsdorf)
Sportjugend Berlin
Programm „Kooperation Schule
und Sportverein/-verband“
www.sportjugend-berlin.de