

Mehr Bewegung für eine gesunde Zukunft: Die Wilhelm-von-der-Heyde-Oberschule setzt auf Sport und erhält die Auszeichnung „Sportfreundliche Schule“

Die Wilhelm-von-der-Heyde-Oberschule verfolgt ein ambitioniertes Ziel: Mehr Bewegung für alle Schülerinnen und Schüler! Neben dem regulären Sportunterricht setzt die Schule auf ein vielfältiges Angebot, um die Freude an der Bewegung zu fördern und gleichzeitig motorische Defizite auszugleichen. Mit einem durchdachten Konzept soll nicht nur die Fitness verbessert, sondern auch das soziale Miteinander gestärkt und das Selbstwertgefühl der Kinder gesteigert werden. Deshalb wurde der Schule am Freitag, 07.03.2025, die Auszeichnung zur „Sportfreundlichen Schule“ überliehen (siehe Bild von links: Herr Blaschke (Stadt Delmenhorst), Herr Alefsen (Fachberater Schulsport), Herr Kolbe (Stadt Delmenhorst, Herr Brehmer (Didaktischer Leiter), Sahara Babai und Marc Slobodeniuk (Schülervertretung) und Herr Behrens (Schulleiter).

Ein Sportunterricht, der begeistert

Der Sportunterricht an der Wilhelm-von-der-Heyde-Oberschule folgt einem klar strukturierten Arbeitsplan. Die Schülerinnen und Schüler durchlaufen verschiedene Erfahrungs- und Lernfelder, darunter Ballspiele, Turnen, Schwimmen, Leichtathletik sowie Kämpfen. Auch das Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten ist Teil des Programms, zum Beispiel beim Schlittschuhlaufen oder dem Ski- und Snowboardprojekt (siehe Bild).

Besonderes Augenmerk liegt dabei nicht nur auf der Verbesserung der Technik, sondern auch auf der Reflexion des eigenen Könnens sowie dem Umgang mit Regeln, Sieg und Niederlage. Der Schwimmunterricht spielt eine zentrale Rolle: Ziel ist es, dass jedes Kind mindestens das Jugendschwimmabzeichen in Bronze erhält und sichere Schwimmfähigkeiten erwirbt.

Zusatzangebote durch Wahlpflichtkurse und AGs

Zusätzlich zum regulären Unterricht bietet die Schule vier Wahlpflichtkurse (WPK) in den Jahrgangsstufen 6 und 8 bis 10 an. Diese vertiefen entweder sportliche Disziplinen oder setzen sich mit Themen wie „Sport und Gesundheit“ auseinander. Darüber hinaus übernehmen die WPK-Schüler Verantwortung, indem sie sportliche Aktivitäten für jüngere Jahrgänge organisieren, wie den Vielseitigkeitswettkampf und die Pausen-Mini-WM/EM.

Ergänzt wird das Sportangebot durch Arbeitsgemeinschaften (AGs), die zum Beispiel Selbstverteidigung, Judo oder Freizeitsport umfassen. Dabei arbeitet die Schule eng mit lokalen Sportvereinen zusammen.

Wettkämpfe als Motivation

Dreimal jährlich finden an der Schule interne Wettkämpfe statt, darunter Turniere in Völkerball, Floorball, Basketball und Volleyball sowie ein Sportfest. Ältere Schülerinnen und Schüler werden dabei als Riegenführer und Schiedsrichter eingesetzt und lernen, Verantwortung zu übernehmen. Außerdem nimmt die Schule an außerschulischen Wettkämpfen wie „Jugend trainiert für Olympia“ und dem Floorball-Cup teil.

Bewegung in der Pause und darüber hinaus

Auch in den Pausen wird auf Bewegung gesetzt. Den Schülerinnen und Schülern stehen Tischtennisplatten, ein Klettergerüst, Minifußballfelder und eine Callisthenics-Anlage zur Verfügung. Zudem gibt es Kleingeräte zur Ausleihe. Regelmäßig werden Pausenhofturniere organisiert, bei denen die älteren Jahrgänge mithelfen.

Besonders hervorzuheben ist der jährliche Sponsorenlauf, dessen Erlöse in die Erweiterung der Bewegungsangebote auf dem Schulhof fließen.

Schulsportassistenten – Verantwortung übernehmen

Ein wichtiger Bestandteil des Schulprogramms ist die Ausbildung von Schulsportassistenten. Schülerinnen und Schüler der 8. oder 9. Klassen können sich in einem Wahlpflichtkurs oder im Rahmen eines Sportprojekts auf Längoog qualifizieren. Diese Assistenten unterstützen dann AGs, den Pausensport, den regulären Unterricht und Schulturniere.

Gesunde Ernährung als Ergänzung

Neben der Bewegung wird auch auf eine gesunde Ernährung geachtet. Die Jahrgänge 5 und 6 nehmen am Schulobstprogramm teil, bei dem regionale Produkte gemeinsam verzehrt werden. Ab dem Schuljahr 2024/25 wird zudem ein jährlicher Ernährungstag eingeführt. Hier lernen die Kinder, wie ein gesundes Frühstück aussieht und entdecken die vielfältigen Frühstückstraditionen aus verschiedenen Ländern.

Durch diese Maßnahmen zeigt die Schule eindrucksvoll, wie wichtig Bewegung für die persönliche Entwicklung der Schülerinnen und Schüler ist. Die Wilhelm-von-der-Heyde-Oberschule setzt damit ein starkes Zeichen für eine gesunde und aktive Zukunft.