**Rückblick auf das 1. Jahr „fit4future Teens“ an der HBS **

Frau Hoppe berichtet:

*Am 05.10.2021 fand eine digitale Konferenz der beteiligten Schulen am Projekt „fit4future Teens“ statt. Die Vetreter\*innen (Schul- Coaches) sollten berichten wie die Umsetzung des Programms, gerade unter den erschwerten Bedingungen der Coronazeit, gelaufen ist. Mein erster Gedanke war: „Wer weiß wie viele Dinge die anderen Schulen umgesetzt haben?“ und „Können wir da mithalten?“.*

***Na klar konnten wir das! Und mir fiel ein Stein vom Herzen, als ich merkte, dass wir richtig gut dabei waren und sind.***

***Das haben wir an der HBS bisher umgesetzt:***

* *Information des Kollegiums im Rahmen von Gesamtkonferenzen über das Projekt (je 2 bis 3 praktische Übungen werden in jeder Konferenz gemeinsam ausprobiert)*
* *Informationsbriefe für Schüler\*innen, Eltern, Kolleg\*innen weitergeleitet*
* *Infos auf der Schulhomepage eingestellt*
* *theoretische Angebote aus dem Programm mit Sportkursen und im Sportunterricht bearbeitet*
* *Arbeitsblätter zu den Themen erstellt und per Videokonferenz bearbeitet*
* *praktische Übungen mit Hilfe von Videos angeleitet und durchgeführt*
* *Wochenpläne mit Sportübungen, aber auch Entspannungsübungen und tollen Rezeptideen zum Nachkochen ausgewählt und den Schüler\*innen zur Verfügung gestellt*
* *für alle 5. und 6. Klassen wurden die Toolbox- Karten mit aktivierenden, entspannenden, haltungsfördernden und koordinativen Übungen zur Verfügung gestellt*
* *für Lehrkräfte wurden kurze Videos zur Gestaltung von Bewegungspausen im Unterricht zusammengestellt, welche dann über die digitalen Tafeln genutzt werden können*
* *Teilnahme der Schul- Coaches und Schülervertreterinnen an digitalen Konferenzen (Austausch mit anderen Schulen und dem „fit4 future- Team“*

***Das wollen wir noch tun:***

* *Thema Ruheinsel: Suche nach einem geeigneten Raum, aber auch Platz auf dem Schulgelände für die Installation einer „Ruheinsel“ zum Entspannen*
* *weitere Nutzung der theoretischen und praktischen Angebote des Programms „fit4future Teens“*
* *Vervielfältigung der Toolbox- Karten für die 7. bis 10. Klassen*
* *Thema MEDIENNUTZUNG im Schuljahr 2021/22 umsetzen, in unser Medienkonzept einfließen lassen sowie Schüler\*innen und Lehrkräfte fit für das digitale Zeitalter machen*
* *Bewegungstage und Bewegungsprojekte initiieren bzw. daran teilnehmen*
* *weiterhin am Projekt gesunde und bewegte Schule arbeiten*
* *unseren Schulhof noch bewegungsfreudiger und vielfältiger gestalten*
* *unseren Schulgarten wieder nutzbar machen*