

Skipping Hearts Workshop

Am 9. März 2018 war es mal wieder soweit. Die Drittklässler hatten mit ihrer Lehrerin Frau von Göler einen Skipping Hearts Workshop bei der Deutschen Herzstiftung gebucht. Janine Malz von der TSG Dirmstein kam mit vielen unterschiedlichen Seilen beladen in die TV-Halle und hat ein tolles Programm mit den Kindern auf die Beine gestellt.















„Skipping Hearts möchte Kinder bewegen und bietet ihnen ein Training im Bereich Rope Skipping (sportliche Form des Seilspringens) an. Rope Skipping eignet sich hervorragend, um Kindern eine gute sportmotorische Basis zu vermitteln. Im Team

werden Schnelligkeit, Ausdauer und Kraft, aber auch Koordination, Beweglichkeit und das Rhythmusgefühl verbessert.





Des Weiteren können Kinder durch das Skipping Hearts-Programm etwas über ihr eigenes Herz erfahren. Schlägt mein Herz schneller, wenn ich springe? Was gehört auf mein Pausenbrot und warum ist es wichtig, auf eine gute Ernährung zu achten? Skipping Hearts gibt Antworten und die Möglichkeit, sich mit dem eigenen Herz auseinanderzusetzen“ (Auszug aus dem Internet <https://www.skippinghearts.de>)









Im Anschluss an den Workshop kamen die beiden zweiten Klassen um sich die Vorführung anzuschauen. Hierbei ernteten die Drittklässler viel Applaus, auch von einigen Eltern, die extra vorbeikamen, um ihre Kinder anzufeuern.

Nach der Vorführung bestand die Möglichkeit für alle Zuschauer einmal selbst das Springen auszuprobieren. Es hat allen sehr viel Spaß gemacht.

1. April 2018 (Gö.)











