

# BAUSTEINE EINER BEWEGTEN SCHULE



**Schuljahr 05/06**

**Ludwig-Erk-Schule Langen**

Bahnstraße 40-42

63225 Langen

Tel. 06103-22369

[verwaltung@ludwig-erk-schule.de](mailto:verwaltung@ludwig-erk-schule.de)

## Überblick zur Dokumentation

Zu Beginn des Schuljahres 04/05 wurde auf Beschluss der Gremien der Ludwig-Erk-Schule Langen der Ausschuss „Bewegte Schule“ gebildet, der sich aus Lehrer/innen und Eltern zusammensetzte.

Gründe für die Bildung dieses Ausschusses ergaben sich unter anderem aus der Erkenntnis, dass Kinder zu wenig Bewegungsmöglichkeiten erhalten bzw. nutzen und daraus motorische Defizite mit entsprechenden weiterreichenden Folgen in anderen Bereichen entstehen.

### Die Aufgaben des Ausschusses:

Planung eines/r Aktionstages/ woche „Zu Fuß zur Schule“; Information und Einbeziehung der Kinder und Eltern; Elternbeteiligung im Ausschuss; Verschriftlichung der Ergebnisse; Organisation der Aktionen; SEB-, Konferenztopps; Mitarbeit in der Bewegungsinitiative Langen e.V.

Im Schuljahr 05/06 arbeitet der Ausschuss weiter, da die Inhalte noch stärker im Schulalltag begleitet und darin implementiert werden sollen.

### Beschlusslage der Gremien der LES (Stand: Schuljahr 05/06):

- Der Ausschuss „Bewegte Schule“ führt seine Arbeit im Schuljahr 05/06 fort.
- Einmal in jedem Schuljahr wird eine Aktionswoche zum Thema „Zu Fuß zur Schule“ durchgeführt.
- In jedem Schulhalbjahr wird ein „Sport-Tag“ durchgeführt.
- Tägliche Bewegungszeiten sind wichtiger Bestandteil des Unterrichtstages.

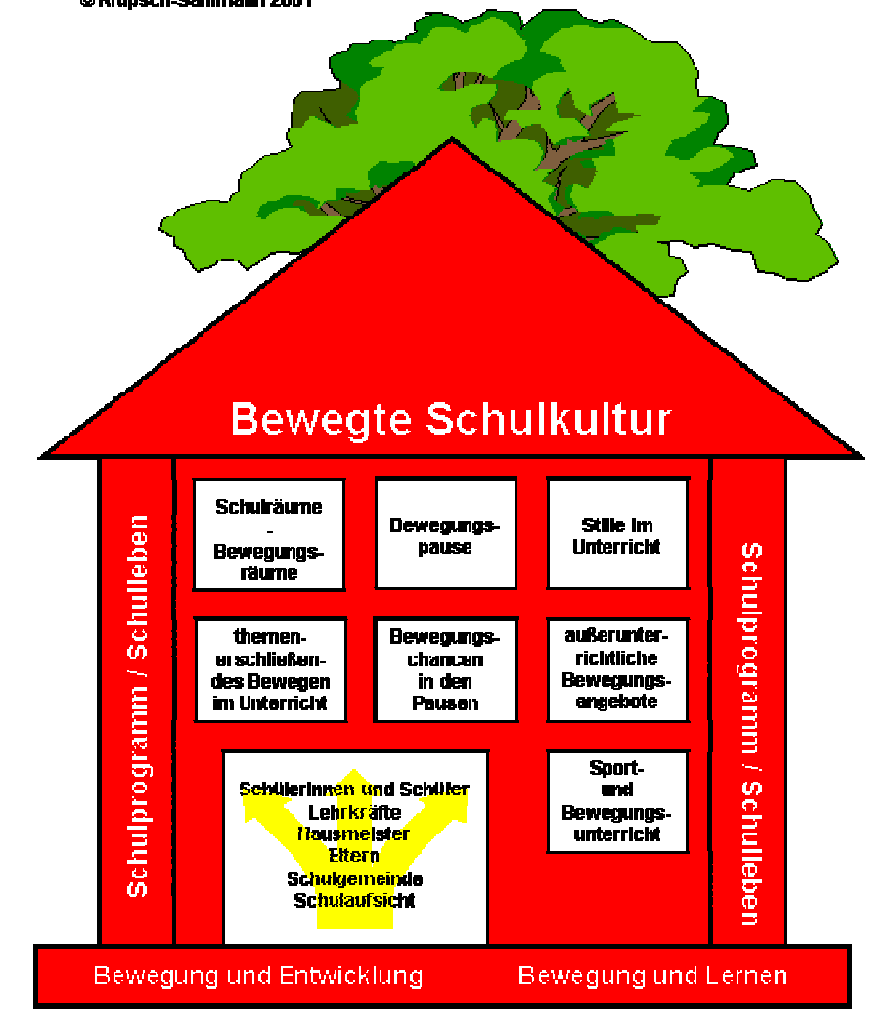
### Inhalt

Schaubild einer Bewegten Schule	1
Ideensammlung für Bewegung in der Schule	2
„Zu Fuß zur Schule“	4
<i>Konzept und Ablauf</i>	4
<i>Kernaussagen</i>	5
<i>Elternfragebogen</i>	6
<i>Auswertung des Elternfragebogens</i>	9
<i>Infobriefe 01 – 03</i>	11
<i>Auswertung des Aktionstages</i>	15
<i>Klassenstatistiken „Zu Fuß zur Schule“</i>	16
<i>Pressebericht</i>	18
<i>Urkunde</i>	20
<i>Infobrief 2005</i>	21
Sporttag in der LES im Oktober 2005 - Bilder	22

## Konkrete Vorschläge der Bewegungsinitiative für Langens Kinder zum Thema "Bewegte Schule"

### Das Haus der Bewegten Schule

© Klupsch-Schirmer 2001



## 1) Bewegungs-Elternabend

- Eltern-Sportabend: in Sportkleidung erscheinen!, Selbsterfahrungen durch Übungen machen, welche Sportsachen trage ich wie richtig?, was kann ich wie zu Hause üben?, wie trainiere ich richtig (Ausdauer, Kraft ...)?
- Zeigen, wie sich das eigene Kind z.B. im Einbeinstand von den Hausaufgaben erholt
- Rückengymnastik (gegen Verspannung)
- Zeigen, warum ein Pultaufsatz den Nacken entspannt (sowie richtiges Sitzen am Schreibtisch, vorm Computer etc.)
- Zeigen, welche kleinen Bewegungsübungen den Alltag auflockern und Aggressionen abgebaut werden (Schwitzen statt Sitzen)
- Aufzeigen, warum Sport/Bewegung zu besserer Leistung im Unterricht führt (wiss. Untersuchungen, Bad Homburger Schule ...)
- Aufzeigen, welchen Stellenwert gesunde Ernährung für die schulische Leistung des Kindes hat (an Beispielen, evtl. i.V.m. Ernährungsvortrag) auch zur Sucht- und Stressvorbeugung (wie sieht ein gesundes Frühstück aus?)
- Familiensport in der Schule (Eltern und Kinder treiben gemeinsam Sport)

## 2) Bewegter Unterricht

- ergonomische Möblierung: Sitzbälle, Stühle mit flexiblen Lehnen
- Laufdiktate (die Schüler marschieren reihum zur Tafel und notieren jeweils den nächsten Satz)
- Unterbrechung des Unterrichts, um z.B. bei geöffnetem Fenster intensiv ein- und auszuatmen oder kleine Auflockerungsgymnastik zu machen
- statische Halteübungen im Sitzen (Muskeltonus-Auf- und Abbau und dabei die vermehrte Durchblutung der Körperpartien bemerken)
- Lockerungsübungen für die Hände
- Rückengymnastik / Stretching / Sitzball benutzen
- gegenseitige Massage (Kinder massieren sich gegenseitig den Rücken im Sitzen oder Stehen in einer kurzen Unterrichtspause --> das kostet meist nur zwei Minuten und entspannt die Kinder bis zum Unterrichtsende bzw. erhöht die Durchblutung), z.B. mit Fingerspitzen "Regentropfen" auf die Schultern tropfen lassen, mit den Handflächen "Nebelschwaden" über den Rücken streichen lassen, mit Igelbällen ... (auch Eigenmassage)
- Unterricht in einer "Werkstatt" (mit Werkzeug hantieren, Schulhof verschönern etc.)
- natürliches Wechselverhältnis von aktiver Bewegung und Entspannung erleben (z.B. erst motorische Bewegungen, danach Konzentrationsübung vor oder während einer Klassenarbeit oder einem Diktat)
- ist eine Unterbrechung des Unterrichts nötig, sind Bewegungspausen ebenso möglich wie Phantasieeisen zur Entspannung
- bewegtes Lernen durch Spiele, bei denen z.B. Rechenaufgaben gestellt werden oder komplexere Zählmethoden stattfinden, oder Englischunterricht durch Einführen von Vokabeln in Bewegungsspielen oder Bewegungsliedern ("Head, shoulders, knees and toes" etc.)
- Bewegungslieder

- Bewegungsräume (mit Bewegungsbaustellen etc.) --> siehe nächster Punkt

## 3) Bewegungsräume

- Bewegungsbaustellen in den Klassenzimmern
- Öffnung der Sporthalle (für Kinder ohne Schuhe) vor dem Unterricht, in den Pausen, nach dem Unterricht
- Auszeiträume bzw. Erlebnisräume (um sich als Schüler vom Unterricht "mal eine Pause zu gönnen")
  - > 1. Ruheraum (als "Wolkenboot", um zu basteln, zu malen, zu reden, Schach zu spielen oder um eine Phantasieeise zu unternehmen)
  - > 2. Aktionsraum (zum Dampf ablassen, schaukeln, balancieren ...) mit Boxsack, Kletterwand, Bauchschaukel ...
- Schulhofgestaltung und bewegte Pausen

Generell: Alle Lehrer bilden sich fort, d.h. zu Gesamtkonferenzen werden einzelne Übungen oder neue Beispiele dem Gesamtkollegium vorgeführt (und den Eltern bei Elternabenden).

Als wichtige Ressourcen für weitere Beispiele und Realisierungen von bewegter Schule sind

[www.bewegteschule.de](http://www.bewegteschule.de) (dort bei Informationsbörse) und [www.mehr-bewegung-in-die-schule.de](http://www.mehr-bewegung-in-die-schule.de) anzusehen.

## Konzept für die Aktionen zum Thema "Zu Fuß zur Schule"

Ludwig-Erk-Schule 2005, 3-Tage-Aktionswoche

**Termin:** 23.-25.5.05 (MO-MI vor Fronleichnam)

### **1.Tag (Montag, 23.5.05):** Analyse (Lehrer mit Klasse)

#### A) Stadtplan / Tabelle (siehe Anhang)

- Wege einzeichnen (Stadtplan) (Ausgangspunkte, kritische Kreuz., Ampeln etc.)
- Länge (m) – notfalls Luftlinie
- Dauer (min.)
- weitester/kürzester Weg innerhalb Klasse/Schule
- Art der Bewegung (Fuß, Auto, Bus) und evtl. Begründung
- Anzahl Straßenüberquerungen (Ampeln, Zebrastreifen, Sonstige)
- Schulweg in Straßennamen beschreiben (und deren Bedeutung erklären), z.B. Gutenbergstr.- Südliche Ringstr. - Walter-Rietig-Str. - Schillerstr. - Goethestr. - Bahnstr.

#### B) Gruppenbildung

- bestehende Gruppen notieren
- evtl. neue Gruppen innerhalb Klassen bilden (Motivation)

### **2.Tag (Dienstag, 24.5.05):** verschiedene Aktionen (Lehrer mit Klasse)

- Ranzen / "Gepäck" wiegen (in Tabelle notieren)
- zum Thema "Zu Fuß zur Schule" Bilder malen ("was ich auf dem Schulweg mal erlebt habe" etc.)
- Vorteile des Fußweges für die Gesundheit und den sozialen Aspekt aufzeigen (Kernaussagen)
- Elterninfo zum SFVL-Fragebogen Frage #5 (Antworten)
- Zeit von Aufstehen bis Aus-dem-Haus-gehen beschreiben (was wird wie lange gemacht)

### **3.Tag (Mittwoch, 25.5.05):** Sternlauf (Eltern mit Kindern)

- 3./4. Klassen 8:00 Uhr, 1./2. Klassen 8:30 Uhr
- an drei Punkten 20 Min. vorher sammeln (auch "Autofahrer") und gemeinsam in Schulhof einlaufen: 1) TV-Halle, 2) Friseur Goethestr./Südliche Ringstr., 3) Eiscafe Venezia
- Urkunden verteilen

- vorher Elternbrief
- Kernaussagen, Blanko-Messformulare an die Lehrer
- Messmethoden und Messmöglichkeiten erörtern (Tag1)
- schulweite Statistik an Hand der klassenweisen Tabellen
- Medieninfo (Zeitungen) für den 3. Tag als Abschlussveranstaltung der Aktionswoche mit statistischen Infos
- nähere Infos: [www.zufusszurschule.de](http://www.zufusszurschule.de)

Bemerkungen:

## Kernaussagen für "Zu Fuß zur Schule"

Fehlende Bewegung ist die Ursache vieler Beschwerden im Kindesalter: Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes-Erkrankungen, Haltungsschäden, Koordinierungsschwierigkeiten. All dies behindert auch die Entwicklung geistiger Fähigkeiten und Kompetenzen.

Bewegungsmangel kann Ursache sein

- für motorische Schwächen der Kinder im Alltag
- für motorische Schwächen der Kinder in den Bewegungsstunden der Schule
- für gesundheitliche Störungen und Fehlentwicklungen der Kinder
- für spätere schwerwiegende Gesundheitsstörungen der Kinder als Erwachsene

Das Bewegungsverhalten Ihres Kindes beeinflussen zunächst die Eltern

- durch Vorbild
- durch bewegungsfreundliche Gestaltung des kindlichen Alltages
- durch gemeinsame Aktivitäten (Spazierengehen, Radfahren, Spielen, Schwimmen u.a.)

Wenn man zu Fuß zur Schule geht, bewegt man sich nicht nur mehr, sondern man wird auch wacher an der frischen Luft.

Wenn man zu Fuß geht statt mit dem Auto zu fahren, werden bei einem Schulweg von 2 Kilometern Länge und 200 Schultagen im Jahr werden ca. 160 Kilogramm CO<sub>2</sub> pro Schulkind weniger in die Luft geblasen.

Kinder merken, dass sich bewegen mehr Spaß macht als vor dem Fernseher oder Computer oder Gameboy zu sitzen.

Auf dem Schulweg kann man sich viel mit seinen Freund/innen erzählen.

An der frischen Luft zu gehen, bewirkt eine Stärkung der Abwehrkräfte (es gibt kein schlechtes Wetter, nur falsche Kleidung).

etc.

## Der Sportförderverein Langener Sportvereine

„Jugendarbeit – Leistungssport – Gesundheitssport – Breitensport“  
in Zusammenarbeit mit den Langener Grundschulen und Kindertagesstätten



[www.sportfoerderverein-langen.de](http://www.sportfoerderverein-langen.de) mit Link zur



„Bewegungs-Initiative für Langens Kinder“

Liebe Eltern,

im Rahmen der "Bewegungs-Initiative für Langens Kinder" wollen wir Sie, liebe Eltern, nach einigen Bewegungs-Gewohnheiten Ihres Kindes befragen. Wir bitten Sie, den nachfolgenden Fragebogen gewissenhaft auszufüllen und die Fragen zum Anlass zu nehmen, den Bewegungs-Alltag im Interesse einer gesunden Entwicklung Ihres Kindes zu überprüfen.

Sie sehen aus den Fragen, dass es uns, den Verantwortlichen der "Bewegungs-Initiative für Langens Kinder" im Interesse einer gesunden körperlichen Entwicklung der Langener Kinder, Ihrer Kinder, um mehr Bewegung im Alltag geht.

Bewegungsmangel kann Ursache sein

- für motorische Schwächen der Kinder im Alltag
- für motorische Schwächen der Kinder in den Bewegungsstunden der Kita/der Schule
- für gesundheitliche Störungen und Fehlentwicklungen der Kinder
- für spätere schwerwiegende Gesundheitsstörungen der Kinder als Erwachsene

Das Bewegungsverhalten Ihres Kindes beeinflussen zunächst die Eltern

- durch Vorbild
- durch bewegungsfreundliche Gestaltung des kindlichen Alltages
- durch gemeinsame Aktivitäten (Spazierengehen, Radfahren, Spielen, Schwimmen u.a.)

Erst an zweiter Stelle können Kitas und Schulen Einfluss auf die motorische Entwicklung der Kinder nehmen. Das tun sie

- durch Anregungen an die Eltern
- durch Angebot von Bewegungsstunden
- durch Gestaltung des Kita-/Schulalltages

Hieran arbeiten wir gemeinsam mit der vom "Sportförderverein Langen" ins Leben gerufenen **"Bewegungs-Initiative für Langens Kinder"**.

Hierbei unterstützen uns die Stadt Langen, die Sponsoren Stadtwerke Langen GmbH, Sparkasse Langen-Seligenstadt und Fraport AG sowie die Eltern-Vertretungen der Kitas und Schulen.

Langen im Mai 2004

Peter Carlstaedt

Sportförderverein Langener Sportvereine

1. Vorsitzender



# Fragebogen "Bewegt zur Schule"



1. Wie kommt Ihr Kind normalerweise zur Schule ?	immer	oft	selten	nie
zu Fuß				
zu Fuß und mit dem Bus				
wird gefahren mit PKW				

2. Wie kommt Ihr Kind normalerweise von der Schule nach Hause ?	immer	oft	selten	nie
zu Fuß				
zu Fuß und mit dem Bus				
wird gefahren mit PKW				

3. Wie bewegt sich Ihr Kind normalerweise zu anderen Veranstaltungen (z.B. Sportverein, Musikunterricht, zu Freunden) ?	immer	oft	selten	nie
zu Fuß				
zu Fuß und mit dem Bus				
wird gefahren mit PKW				
mit dem Fahrrad				

4. Wenn Ihr Kind immer/oft gefahren wird, was hindert Ihr Kind daran, zu Fuß zu gehen ?
zum Beispiel gefährlicher Fußweg
zum Beispiel mangelnde Verkehrssicherheit Ihres Kindes
zum Beispiel keine "Zu-Fuß-Begleitpersonen"
andere Hindernisse ... (bitte kurz beschreiben)

5. An welchen Straßenkreuzungen sehen Sie besondere Verkehrsgefahren, die nicht durch Ampel oder Fußgängerüberweg gesichert sind ?

6. Wenn Ihr Kind immer/oft gefahren wird, gibt es Möglichkeiten, dass Ihr Kind öfter zu Fuß gehen kann ?
zum Beispiel mit anderen Eltern ?
zum Beispiel mit Oma/Opa ?
zum Beispiel in der Gruppe mit Gleichaltrigen ?
zum Beispiel mit älteren Geschwistern ?
sonstige Möglichkeiten ? (bitte kurz beschreiben)

7. Wenn Ihr Kind immer/oft zu Fuß geht, wie haben Sie das organisiert ?
zum Beispiel: der Weg ist einfach und ungefährlich
zum Beispiel: das Kind geht in der Gruppe mit anderen
zum Beispiel: Eltern oder Verwandte oder andere Eltern begleiten das Kind
sonstige Möglichkeiten ? (bitte kurz beschreiben)

8. Wie weit ist für Ihr Kind der Fußweg von zuhause zur Schule ?
weniger als 10 Minuten
weniger als 20 Minuten
mehr als 20 Minuten

Wir bitten freundlichst um Rückgabe des ausgefüllten Fragebogens an die Lehrer/innen der Schule bis zum 07. Mai (Freitag).

**Vielen Dank für Ihre Beteiligung an der Fragebogenaktion ! Über die Ergebnisse werden wir Sie nach der Auswertung informieren.**



## Auswertung der Elternbefragung im Mai 2004

Gesamtschülerzahl: 386  
 Rücklauf: 274  
 Rücklauf in Prozent: 71,0%

	immer		oft		selten		nie	
	abs.	in %	abs.	in %	abs.	in %	abs.	in %
<b>1. Wie kommt Ihr Kind normalerweise zur Schule?</b>								
zu Fuß	175	64%	41	15%	22	8%	3	1%
zu Fuß und mit dem Bus	5	2%	1	0%	5	2%	62	23%
wird gefahren mit PKW	24	9%	39	14%	58	21%	17	6%
<b>2. Wie kommt Ihr Kind normalerweise von der Schule nach Hause?</b>								
zu Fuß	186	68%	49	18%	17	6%	2	1%
zu Fuß und mit dem Bus	6	2%	1	0%	4	1%	63	23%
wird gefahren mit PKW	14	5%	35	13%	57	21%	23	8%
<b>3. Wie bewegt sich Ihr Kind normalerweise zu anderen Veranstaltungen (z.B. Sportverein, Musikunterricht, zu Freunden)?</b>								
zu Fuß	63	23%	121	44%	32	12%	4	1%
zu Fuß und mit dem Bus	1	0%	3	1%	9	3%	61	22%
wird gefahren mit PKW	25	9%	87	32%	76	28%	2	1%
mit dem Fahrrad	12	4%	55	20%	61	22%	22	8%
<b>4. Wenn Ihr Kind immer/oft gefahren wird, was hindert Ihr Kind daran, zu Fuß zu gehen?</b>	abs.	in %						
zum Beispiel gefährlicher Fußweg	61	22%						
zum Beispiel mangelnde Verkehrssicherheit Ihres Kindes	32	12%						
zum Beispiel keine „Zu-Fuß-Begleitpersonen“	54	20%						
	147							
<b>6. Wenn Ihr Kind immer/oft gefahren wird, gibt es Möglichkeiten, dass Ihr Kind öfter zu Fuß gehen kann?</b>								
zum Beispiel mit anderen Eltern?	14	5%						
zum Beispiel mit Oma/Opa?	13	5%						
zum Beispiel in der Gruppe mit Gleichaltrigen?	44	16%						
zum Beispiel mit älteren Geschwistern?	26	9%						
	97							

<b>7. Wenn Ihr Kind immer/oft zu Fuß geht, wie haben Sie das organisiert?</b>		
zum Beispiel: der Weg ist einfach und ungefährlich	121	44%
zum Beispiel: das Kind geht in der Gruppe mit anderen	127	46%
zum Beispiel: Eltern oder Verwandte oder andere Eltern begleiten das Kind	78	28%
	326	
<b>8. Wie weit ist für Ihr Kind der Fußweg von zuhause zur Schule?</b>		
weniger als 10 Minuten	83	30%
weniger als 20 Minuten	146	53%
mehr als 20 Minuten	40	15%
	269	



## Zu Fuß zur Schule Aktionstage in der LES

Liebe Eltern !

An drei Tagen im Mai, vom 23. Mai 2005 bis zum 25. Mai 2005, wollen wir das Thema **"Zu Fuß zur Schule"** auf Beschluss des Schulelternbeirats und der Lehrerkonferenz im Unterricht besonders thematisieren. Dieses Rundschreiben dient zu Ihrer Information.

Die **Vorteile eines Fußwegs zur Schule** liegen auf der Hand:

- Viele Schritte führen zu guter Gesundheit. Kinder laufen und bewegen sich gerne.
- Wer morgens läuft, wird richtig wach und fit und kann besser aufpassen (und zappelt weniger im Unterricht).
- Kinder bauen Freundschaften zu anderen Kindern auf und können sich vor und nach der Schule gegenseitig ihre Erlebnisse erzählen, d.h. die Gespräche mit ihren Schulfreunden auf dem Weg zur Schule bringen den Kindern mehr als gute Ratschläge der Verwandten auf der Fahrt dorthin.
- Es gibt weniger Autoverkehr vor der Schule und weniger Lärm und Abgase.
- Wer nur mit dem „Eltern-Taxi“ fährt, weiß im Straßenverkehr nicht Bescheid. Kinder werden selbständiger/selbstsicherer und trainieren sicheres und bewusstes Verhalten, wenn sie zu Fuß zur Schule gehen.

Wir haben Verständnis dafür, dass manche Eltern ihre Kinder

- bei großer Distanz oder
- wegen der Gefährlichkeit des Schulweges oder
- weil sie sowieso zur Arbeit mit dem Auto fahren

nicht zu Fuß gehen lassen. Trotzdem appellieren wir an Sie zu überlegen, ob nicht doch ein Fußweg z.B. mit Freundin/Freund möglich ist oder die Kinder zumindest einen Restteil des Weges zu Fuß gehen können (d.h. nicht direkt vor der Schule absetzen).

Mit verschiedenen Schwerpunktthemen werden wir an den ersten beiden Aktionstagen innerhalb der Klassen das Thema bearbeiten.

Am **Mittwoch, den 25. Mai 2005**, wollen wir zum Abschluss erreichen, dass möglichst alle Kinder zu Fuß zur Schule kommen. Dazu wollen wir einen **Sternlauf** durchführen. Nähere Informationen dazu erhalten Sie am ersten Aktionstag.

Wir würden uns sehr freuen, wenn auch Sie das Vorhaben unterstützen würden!

gez.

Arnd Lewe, Miriam Rogoli  
für die Vorbereitungsgruppe

Max Leonhardt  
Schulleitung

Bernd Müller  
Vorsitzender des SEB



Liebe Eltern !

Wie im Info-Brief Nr. 01 bereits angekündigt, wollen wir am **Mittwoch (25.05.2005)** zum Abschluss der Aktionstage erreichen, dass möglichst alle Kinder zu Fuß zur Schule kommen.

Dazu wollen wir 20 Minuten vor Unterrichtsbeginn in einem **Sternlauf** von drei Sammelpunkten aus gemeinsam (Kinder und möglichst viele Eltern) den restlichen Weg zur Schule gehen:

- **Um 08:10 Uhr für alle 1./2. Klassen und**
- **Um 07:40 Uhr für alle 3./4. Klassen**

Auch Kinder, die sonst aus anderen Gründen mit dem Auto kommen, können sich an den Sammelpunkten einfinden und ab dort den restlichen Weg mit Schulkameraden zu Fuß gehen.

### Die Sammelpunkte sind:

1. TV-Halle am Jahnplatz
2. Eiscafé Venezia in der Bahnstraße
3. Friseur Ecke Goethestr. / Südliche Ringstraße

Suchen Sie sich einfach einen der drei Sammelpunkte für den 25.5.05 aus.

Auf ein gutes Gelingen dieses Projektes freuen sich

gez.

Arnd Lewe, Miriam Rogoli  
für die Vorbereitungsgruppe

Max Leonhardt  
Schulleitung

Bernd Müller  
Vorsitzender des SEB





Liebe Eltern !

Auch dank Ihrer Unterstützung waren die Aktionstage in der LES ein großer Erfolg. Das Thema wurde durch die unterrichtliche Bearbeitung und dem Sternlauf sehr stark ins Bewusstsein der Kinder und Eltern gerückt. Wir schätzen, dass am letzten Aktionstag weit über 90% der Kinder zu Fuß zur Schule kamen. Besonderer Dank gilt vor allen Dingen den Eltern, die sich am Sternlauf sowie an der Organisation beteiligt haben.

„Zu Fuß zur Schule“ gehen, das haben die Kinder auch im Unterricht herausgearbeitet, beinhaltet gleichzeitig ganz wichtige Entwicklungs- und Erziehungsaspekte (Gesundheitsförderung, Sicherheits-, Sozial-, und Umwelterziehung).

Deshalb lohnt es sich, den Schwung dieser Aktion zu bewahren, in dem wir das Thema immer wieder auffrischen.

Mit freundlichen Grüßen

gez.

Arnd Lewe, Miriam Rogoli  
für die Vorbereitungsgruppe

Max Leonhardt  
Schulleitung

Bernd Müller  
Vorsitzender des SEB



#### Aussagen zu Frage 5 des Fragebogens der Bewegungsinitiative

Letztes Jahr führte der Sportförderverein Langen im Rahmen der Bewegungsinitiative eine Umfrage per Fragebogen durch. Darin wurde in **Frage 5** auch gefragt, an welchen Stellen der Schulwege besondere Gefahren bzw. Schwierigkeiten auftreten. Seitens der Eltern der Ludwig-Erk-Schule wurden die folgenden Schwerpunkte erwähnt, die wir Ihnen hiermit im Rahmen unserer Aktionstage "Zu Fuß zur Schule" mit einigen Bemerkungen (auch seitens der Stadt Langen) darstellen wollen:

#### **1) Die Eltern parken beim Bringen / Abholen der Kinder vor der Schule oft verkehrswidrig und sorgen für unübersichtliche Verkehrssituationen.**

Hier kann es helfen, wenn die Eltern, die ihre Kinder per Auto zur Schule fahren (müssen), die Kinder einen Teil des Weges zu Fuß gehen lassen, damit es keine "Verstopfung" vor der Schule gibt. Ansonsten gilt natürlich unser Appell, die Verkehrsregeln zu beachten.

#### **2) Kreuzung Goethestr./ Schillerstr./ Albertus-Magnus-Platz ist unübersichtlich.**

Hierzu meldet die Stadt Langen: Diese Kreuzung liegt mitten in einer 30er-Zone. Ein Zebrastreifen befindet sich nicht weit entfernt auf Höhe des Haupteingangs des Gymnasiums. Es wurden außerdem extra Fahrbahnteiler im Bereich der Kreuzung eingeführt (als Querungshilfe). Zur Erhöhung der Übersicht an dieser Kreuzung wurde die Einfriedung des Gymnasium-Grundstücks zurückgesetzt. Ergänzend wurden auf den einmündenden Straßen am A.-M.-Platz Wartelinien markiert, die die in Tempo30-Zonen grundsätzlich geltende Rechts-vor-Links-Regelung unterstreichen und Autofahrer nochmals auf ihre Wartepflicht aufmerksam machen sollen. Des Weiteren wurde die Schulbuslinie so umgelegt, dass nur noch auf der Seite der Goethestr. ein-

und ausgestiegen werden kann, die unmittelbar an den Schulhof des Gymnasiums grenzt. Dadurch müssen Schüler, die den Schulbus nutzen, nicht mehr die Goethestr. überqueren.

#### **3) Kreuzungen Goethestr./ Wolfsgartenstr. und Zimmerstr./ Wolfsgartenstr. sind kritisch.**

An diesen Kreuzungen gilt Rechts-vor-Links. Sie sind aber für Kinder schwer zu überschauen, zumal oft Autos sehr schnell um die Ecke biegen. Wegen anderer Querungshilfen in der Nähe (Gymnasium bzw. Mütterzentrum u. Südl. Ringstr.) werden da wohl aber keine zusätzlichen Ampeln oder Zebrastreifen installiert.

#### **4) Ecke Südl. Ringstr./ Goethestr. wird als unübersichtlich/gefährlich angesehen.**

Hier sind die Verkehrsberuhigungsmaßnahmen der Südl. Ringstr. abzuwarten (neue Abmarkierungen, Fahrradweg) i.V.m. geplanter Tempo30-Zone südlich der Südl. Ringstr. (alles nach Beendigung der momentanen Baumaßnahmen)

#### **5) Bahnstr./ Zimmerstr. ist trotz Ampel unübersichtlich.**

Hier sollte man die Änderungen abwarten und beobachten, die mit der Einbahnstraßen-Regelung der oberen Bahnstraße (ab Zimmerstraße) einhergehen (ab Sommer 2005 geplant).

#### **6) Nördl. Ringstr./ Gartenstr.: Es gibt von der Friedrichstr. bis zur Nordendstr. keine Überquerungshilfen dieser beiden ("Rennstrecken"-) Straßen mit Hilfe von Ampel oder Zebrastreifen.**

Es wird ergänzt, dass Autos aus den Seitenstraßen schlechte Einsicht in die Nördl. Ringstr. und Gartenstr. haben und dadurch weit in die Straße vorfahren müssen und dadurch jede Ecke unübersichtlich wird. Seitens der Eltern wird eine Querung auf Höhe der Luisenstr. vorgeschlagen. Leider hat die Stadt Langen da ein paar Vorgaben/Richtlinien.

So muss z.B. an der vorgesehenen Stelle eine Verkehrsbelastung von stündlich mehr als 500 Kfz bei gleichzeitig mehr als 50 die Straße querenden Fußgänger gegeben sein. Diese Vorgaben werden laut Stadt Langen weder in dem Abschnitt der Gartenstr. noch in der Nördlichen Ringstr. erreicht. Außerdem soll mit solchen Einrichtungen auch eine gewisse Bündelung bei den Fußgängerströmen erreicht werden, was natürlich bei dem einen oder anderen immer auch mit einem kleinen Umweg verbunden sein wird. Baulich errichtete Querungshilfen, zu denen man im Übrigen heute überwiegend tendiert, unterliegen solchen Vorgaben nicht und daher schaut sich die Stadt die Straßen noch mal unter diesem letzteren Aspekt an.

#### **7) Der Bahnhofsvorplatz ist zu unübersichtlich beim Überqueren. Die Fußgängerunterführung am Bahnhof ist zu dunkel.**

Es wird bemängelt, dass beim Bahnhofsvorplatz keine eindeutige Regelung für Busse, Autos und Fußgänger ersichtlich ist und zudem die Pflasterung einen Überweg bzw. Radweg suggeriert, der keiner ist.

Hierzu meldet die Stadt Langen: Auf die Einrichtung eines Zebrastreifens am Bahnhofsvorplatz wurde verzichtet, dafür eine Fahrbahnteilung mit Mittelinsel (als Querungshilfe und Schutzzone) gepflastert. Diese Art von Querungshilfe wird heute als sicherer eingestuft als ein Zebrastreifen (der häufig von Autofahrern missachtet wird, während die Fußgänger auf ihrem Recht der Überquerung bestehen). Man muss bei Querung per Mittelinsel zunächst nur den Verkehr aus einer Richtung beachten. In der Schutzzone zwischen den Fahrbahnen angelangt, kann man die volle Aufmerksamkeit der anderen Fahrtrichtung widmen und dann die wenigen Meter dieser Fahrspur sicher überqueren. Nur eine Ampel wäre noch sicherer.

Der gepflasterte Streifen auf der Friedrichstraße ist kein Radweg, sondern nur ein Schutzstreifen für Radfahrer. Für die Helligkeit der Unterführung ist die Deutsche Bahn zuständig. Bei der Stadt Langen gab es hierzu sonst bisher keine Beschwerden.

Seitens der Bewegungsinitiative bleiben wir im Kontakt mit der Stadt Langen bezüglich der kritischen Straßenkreuzungen. Wir hoffen, dass trotzdem keine Hinderungsgründe bestehen bleiben, weswegen unsere Kinder nicht zu Fuß zur Schule kommen können.

Mit freundlichen Grüßen

Bewegungsinitiative für Langens Kinder  
Sportförderverein Langen e.V.

Statistik	Zu Fuß zur Schule		1. Juni 2005		(ohne Vorklasse)			
	Schüleranzahl	Immer nur zu Fuß	zu Fuß und mit Auto	Immer nur mit Auto	Gepäck/Ranzen in kg	Schulweg Länge in m	Dauer in min.	Anzahl Straßenüberq.
<b>1. Klassen</b>	23	16	5	0	3,8	1148	17,3	3,4
1a	23	16	5	0	3,5	860	13,9	3,8
1b	21	15	2	3	3,6	680	12,6	3,8
1c	23	17	2	3	3,6	896	14,6	3,7
<b>2. Klassen</b>	67	48	10	3	4,2	725	13,5	3,7
2a	20	13	6	1	4,0	-	14,0	4,0
2b	23	14	3	5	4,5	-	13,8	3,8
2c	22	16	4	2	4,0	757	14,4	3,4
2d	23	15	3	5	4,2	696	11,9	3,7
	<b>88</b>	<b>58</b>	<b>16</b>	<b>13</b>	<b>4,2</b>	<b>725</b>	<b>13,5</b>	<b>3,7</b>
<b>3. Klassen</b>	22	17	3	2	4,4	694	11,7	2,8
3a	21	12	6	1	4,5	-	16,6	3,7
3b	22	13	3	6	6,1	897	13,6	-
3c	22	19	1	2	5,4	-	11,4	3,5
3d	<b>87</b>	<b>61</b>	<b>13</b>	<b>11</b>	<b>5,1</b>	<b>796</b>	<b>13,3</b>	<b>3,3</b>
<b>4. Klassen</b>	22	18	0	4	4,1	771	9,4	3,0
4a	(Lehrerin krank)							
4b	24	22	2	0	5,9	787	13,7	4,7
4c	22	-	-	-	5,1	699	10,0	3,9
4d	<b>68</b>	<b>40</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>5,0</b>	<b>752</b>	<b>11,0</b>	<b>3,9</b>
<b>SCHULE:</b>	<b>310</b>	<b>207</b>	<b>41</b>	<b>31</b>	<b>4,5</b>	<b>792</b>	<b>13,1</b>	<b>3,6</b>
		71,9%	14,2%	10,8%				
		* fehlende Prozente sind BUS oder Kombination FUSS/BUS						
Wird mit Schülerinnen und Schülern thematisiert. Im Besonderen werden das Ranzengewicht besprochen und Ideen und Lösungen gesucht.								
Wird auf Elternabenden thematisiert.								

Regional-News >>> Rhein-Main >>> Artikeltext:



**Viele gute Gründe für den Fußweg zur Schule**

*Aktion der Bewegungsinitiative an der Ludwig-Erk-Schule  
Mancher Ranzen sollte leichter, manche Straße sicherer sein*

Langen (dd) - Wie wichtig Bewegung für Konzentration, Ausdauer und motorische Entwicklung seiner Grundschüler ist, weiß Max Leonhardt schon lange. Deshalb binden der Rektor der Ludwig-Erk-Schule und sein Kollegium seit rund zwei Jahren verstärkt zusätzliche Bewegungsangebote in den Schulalltag ein. Die Aktion "Zu Fuß zur Schule" passt da bestens ins Bild - sie bot das Motto für die drei Schultage dieser Woche. Täglich eine Stunde lang wurde das Thema von Montag bis Mittwoch in den Mittelpunkt des Unterrichts gerückt. "Den endgültigen Anstoß dazu hat uns die Bewegungsinitiative für Langens Kinder geliefert", berichtet Max Leonhardt.

Aus Fragebögen, die alle Schüler ausgefüllt haben, gewannen Lehrer, Eltern und Bewegungsinitiative erste Anhaltspunkte: Demnach gehen 86 Prozent der Er-Schüler bereits zu Fuß zur Schule. "Inzwischen

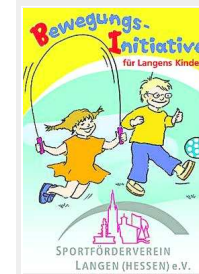
ist es bei uns schon fast unangenehm, mit dem Auto gebracht zu werden", sagt Leonhardt lachend - über den Erfolg der kontinuierlichen Aufklärungsarbeit freut er sich natürlich. Der durchschnittliche Schulweg beträgt 800 Meter, für die Kinder rund 13 Minuten benötigen.

Als etwas bedenklich empfindet der Schulleiter das Gewicht der Ranzen, das mit steigendem Alter zunimmt. Sie wiegen zwischen 2,5 und acht Kilogramm und sind damit einfach zu schwer für die kindliche Wirbelsäule. "Um ja nichts zu vergessen, nehmen manche Kinder lieber jeden Tag alle Utensilien mit", weiß Leonhardt. Folglich haben die Lehrer in dieser Woche auch die Ranzen gewogen und über Möglichkeiten der Gewichtsreduzierung informiert.

Ziel der Projektstunden war ferner, Vorteile, Sicherheitsfragen und soziale Aspekte zu erarbeiten. Die Umsetzung blieb jedem Lehrer selbst überlassen. Selbstverständlich angesprochen wurde, was der Schulweg per pedes für die Gesundheit bedeutet. "Wer sich morgens an der frischen Luft bewegt, ist viel konzentrierter und wacher im Unterricht", erklärt Max Leonhardt.

Auf einem Stadtplan zeichneten die Kinder ihren Schulweg ein und diskutierten mögliche Gefahrenpunkte. Als unsicheres Terrain für die Schulkinder erweist sich beispielsweise die Bahnstraße mit ihrem eng beieinander liegenden Fuß- und Radweg. Nicht zu kurz kam auch der soziale Aspekt, hatten doch viele Kinder zu Protokoll gegeben, dass alleine laufen weit weniger Spaß mache als in Begleitung der Schulkameraden. "In der Gruppe ist das Sicherheitsgefühl der Kinder höher, außerdem ist den Mädchen und Jungen die Unterhaltung mit ihren Mitschülern wichtig", erklärt der Schulleiter. In seiner vierten Klasse hat Max Leonhardt das Wochenmotto an der Mathematik aufgezogen. Die Kinder haben ihre durchschnittliche Schrittlänge gemessen und anhand der zurückgelegten Schritte die Länge des Schulwegs berechnet.

Ausklang der Aktion war ein Sternlauf: An drei Orten im Stadtzentrum trafen sich Schüler, Lehrer und Eltern zum gemeinsamen Marsch in Richtung Erk-Schule. Dort bekamen die Kinder Urkunden, die den zurückgelegten Fußweg honorierten.



# Bewegungs- Initiative für Langens-Kinder



## URKUNDE

Die Ludwig-Erk-Schule verleiht Dir

die Ehren-Urkunde "Zu Fuß zur Schule".

Du hast heute den Schulweg  
von \_\_\_\_\_ Metern zurückgelegt.

Du hast dabei

- Schulfreunde auf dem Schulweg getroffen
- interessante Sachen gesehen bzw. erlebt
- schon die erste Stunde munter mitmachen können
- mehr Muckis bekommen!

Wir wünschen Dir weiterhin viel Spaß beim „Zu-Fuß-zur-Schule-Kommen“.

gez.

Arnd Lewe, Miriam Rogoli

Max Leonhardt

für die  
Vorbereitungsgruppe

Schulleitung

Vorsitzender des SEB

Ludwig-Erk-Schule  
Langen



Schullehrerbeirat  
Schulleitung

Info-Brief

Langen, 21.11.2005



## Zu Fuß zur Schule Aktionstage in der LES



Liebe Eltern !

Im Mai dieses Jahres haben wir uns in einer Aktionswoche dem Thema "Zu Fuß zur Schule" gewidmet. Nun wollen wir das Thema erneut aufgreifen und die neuen Erstklässler/innen integrieren.

**Die Vorteile eines Fußweges zur Schule liegen auf der Hand:**

- Viele Schritte führen zu guter Gesundheit. Kinder laufen und bewegen sich gerne.
- Wer morgens läuft, wird richtig wach und fit und kann besser aufpassen (und zappelt weniger im Unterricht).
- Kinder bauen Freundschaften zu anderen Kindern auf und können sich vor und nach der Schule gegenseitig ihre Erlebnisse erzählen, d.h. die Gespräche mit ihren Schulfreunden auf dem Weg zur Schule bringen den Kindern mehr als gute Ratschläge der Verwandten auf der Fahrt dorthin.
- Es gibt weniger Autoverkehr vor der Schule und weniger Lärm und Abgase.
- Wer nur mit dem Eltern-Taxi fährt, weiß im Straßenverkehr nicht Bescheid. Kinder werden selbständiger/selbstsicherer und trainieren sicheres und bewusstes Verhalten, wenn sie zu Fuß zur Schule gehen.

Wir haben Verständnis dafür, dass manche Eltern ihre Kinder

- bei großer Distanz oder
- wegen der Gefährlichkeit des Schulweges oder
- weil sie sowieso zur Arbeit mit dem Auto fahren

nicht zu Fuß gehen lassen. Trotzdem appellieren wir an Sie zu überlegen, ob nicht doch ein Fußweg z.B. mit Freundin/Freund möglich ist oder die Kinder einen Restteil des Weges zu Fuß gehen können (d.h. nicht direkt vor der Schule absetzen).

Am Freitag, den **25. November 2005**, wollen wir erreichen, dass wieder möglichst alle Kinder zu Fuß zur Schule kommen. Dazu wollen wir wie im Mai 2005 in einem Sternlauf 20 Minuten vor Unterrichtsbeginn (also 8:10 Uhr für alle 1./2. Klassen und 7:40 Uhr für alle 3./4. Klassen) sternförmig von drei Sammelpunkten gemeinsam (Kinder und möglichst viele Eltern) den restlichen Weg zur Schule losgehen. Auch Kinder, die sonst aus anderen Gründen mit dem Auto kommen, können sich an den Sammelpunkten einfinden und ab dort den restlichen Weg mit Schulkameraden zu Fuß gehen.

Die **Sammelpunkte** sind:

- 1) TV-Halle am Jahnplatz
- 2) Eiscafe Venezia in der Bahnstraße
- 3) Frisör Ecke Goethestraße / Südliche Ringstraße

Suchen Sie sich einfach einen der drei Sammelpunkte für den 25.11.05 aus.

Auf ein gutes Gelingen dieses Projektes freuen sich

gez.

Arnd Lewe, Nora Schild  
für die Vorbereitungsgruppe

Max Leonhardt  
Schulleitung

Bernd Müller  
Vorsitzender des SEB



