

Aktive Sport-Pause am GAK

Sportangebot für Schüler in der Zeit der großen Pause

Im. Buchholz. Das Gymnasium am Kattenberge in Buchholz sorgt dafür, dass die Schüler im Lockdown nicht zu Faulpelzen werden. An jedem Schultag um 11.30 Uhr, wenn normalerweise die zweite große Pause eingeläutet wird, wird Sport getrieben. Dann können sich Schüler, die Lust haben, in einen geschützten Videochat auf der

GAK-Plattform einloggen und mit einer täglich wechselnden Sportlehrkraft fünfzehn Minuten Workout machen. Jeden Freitag gibt es dabei Unterstützung vom Sportabiturkurs des 13. Jahrgangs, der derzeit Präsenzunterricht hat und direkt



aus der Sporthalle am Kattenberge streamt. Mal gibt es Kraft-Workouts, mal Jumps, aber auch mal Yoga.

„Uns ist wichtig, dass sich die Kinder, die im Moment so lange am Schreibtisch sitzen, zwischendurch einfach mal gezielt bewegen“, so

Fabian Hamerschmidt, Koordinator am GAK, der die Idee zur „Aktiven Sport-Pause“ hatte: „Wir wollten aber auch mal wieder ein gemeinschaftliches Event für unsere Schülerinnen und Schüler schaffen, das sie im Homeschooling sonst ja nicht bekommen können.“

Die „Aktive Sport-Pause“, an der auch GAK-Lehrkräfte und -Eltern zusammen mit ihren Kindern teilnehmen dürfen, hat sich schon in der ersten Woche als Erfolg erwiesen: Um die 70 Personen haben sich pro Tag eingeloggt.