

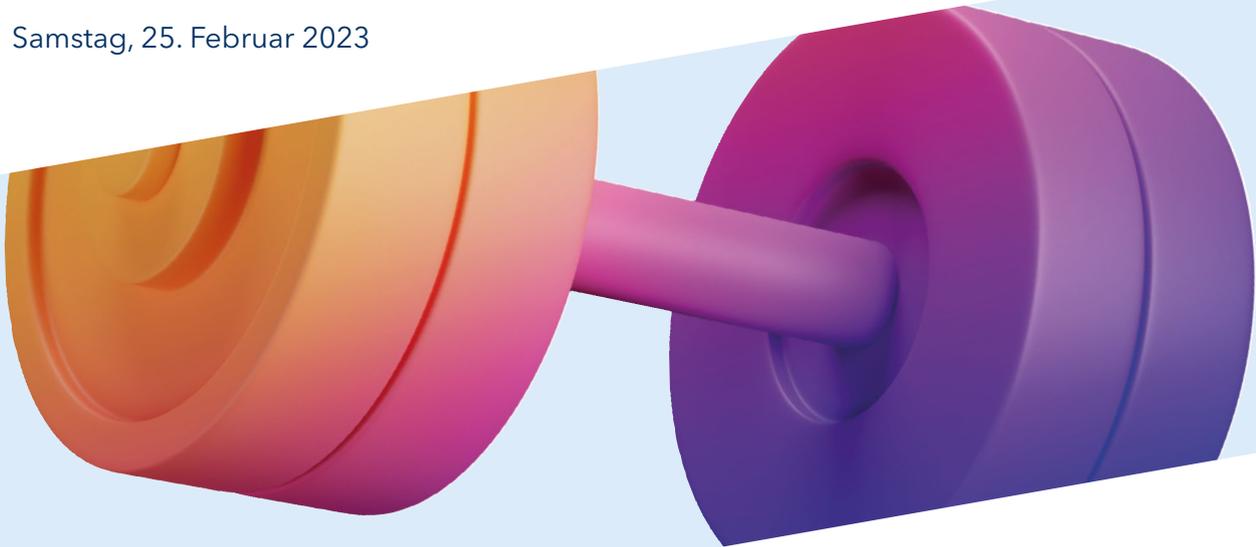


Landesthementag Sport

# Fit wie ein Turnschuh!

Das Bewegungsfeld „Fitness“ im Sportunterricht

Samstag, 25. Februar 2023



## Programm

<b>09:00 Uhr</b>	<b>Begrüßung, Einführung</b> Dr. Birte Almreiter (Landesfachberaterin Sport, IQSH)	<b>11:00 Uhr</b>	<b>Workshop-Phase 1</b>
<b>09:30 Uhr</b>	<b>Vorträge</b> <b>Von den Bewegungschecks in der Grundschule zur Abiturprüfung Fitness!</b> Dirk Gronkowski (Fachaufsicht Sport MBWFK) Björn Voß (IQSH) und Nils Fuchs (IQSH)	<b>12:30 Uhr</b>	Mittagspause
<b>10:30 Uhr</b>	Kaffeepause und Umziehen	<b>13:30 Uhr</b>	<b>Workshop-Phase 2</b>
		<b>15:00 Uhr</b>	Kaffeepause
		<b>15:15 Uhr</b>	<b>Workshop-Phase 3</b>
		<b>16:45 Uhr</b>	Verabschiedung
		<b>17:00 Uhr</b>	Ende der Veranstaltung

**Landesthementag Sport**  
**Fit wie ein Turnschuh!**  
**Das Bewegungsfeld „Fitness“ im Sportunterricht**

**Datum:** Samstag, 25. Februar 2023,  
09:00 bis 17:00 Uhr



**Ort:** Alexander-von-Humboldt-Schule,  
Roschdohler Weg 11, 24536 Neumünster

**Anmeldung online bis zum 20.02.2023 unter**  
<https://formix.info/SPO1126>

### Kontakt:

Dr. Birte Almreiter  
E-Mail: [birte.almreiter@iqsh.de](mailto:birte.almreiter@iqsh.de)

### Organisation / Fragen zur Barrierefreiheit:

Jennifer Sorano  
E-Mail: [jennifer.sorano@iqsh.landsh.de](mailto:jennifer.sorano@iqsh.landsh.de)  
Tel.: 0431 5403-117

**Dieser Landesthementag möchte allen interessierten Lehrkräften im Themenbereich Fitness vielfältige Inhalte und aktuelle Trends vorstellen. Wir möchten zeigen, wie**

1. die Bewegungschecks in der Grundschule mehr Kinder in Bewegung bringen!
2. ein Fitnesstraining an der frischen Luft aussehen kann!
3. ein gesundheitsorientiertes Krafttraining in den Sekundarstufen gelingt!
4. leistungsorientierte Ansätze umgesetzt werden!

Vorträge 09:30 - 10:30 Uhr	Ort	Referent/-in
Von den Bewegungschecks in der Grundschule zur Abiturprüfung Fitness!	Mensa	
Bewegungschecks an Grundschulen in SH - Genese, Gewinn und Gestaltung		Dirk Gronkowski
Die Bewegungschecks in der Praxis		Björn Voß
Sportlehrkräfte in der Pflicht - Fitness-Mythen auf dem Prüfstand		Nils Fuchs

#### WORKSHOP-PHASE 1 11:00 bis 12:30 Uhr

Angebot	Ort	Referent/-in
Die Bewegungschecks zum Mitmachen	Halle 1	Petra Kapp, Arndt Döring
Weg von der Maschine: Freihandtraining im Kontext Schule	Halle 2	Nils Fuchs
Musikeinsatz im Fitnessunterricht	Halle 3	Lisa Bott
Fitnesstraining mit dem Mountainbike in der Oberstufe	Schulhof, Gelände	Anne Gruitrooy, André Beltz
Gemeinsam gegen Doping mit Lehrerinnen und Lehrern	Raum 1, ganztags	Infostand der Nada (Nationale Anti Doping Agentur)
Fitnesstraining im Skilanglauf mit Cross-Skates	Raum 2, Gelände	Doris Müller-Haak, Tim Vogler

#### WORKSHOP-PHASE 2 13:30 bis 15:00 Uhr

Angebot	Ort	Referent/-in
Kraft zuerst: der Parameter Kraft im Kontext von Entwicklung und Athletik	Sportpark Arena	Nils Fuchs
Koordinationsspiele mit Kindern in der Grundschule	Halle 1	Björn Voß
YouTube und IQSH: Step Aerobic in der Abiturprüfung	Raum 1, Halle 2	Robert Heinrichs
Fitnesstrends für den Wahlpflichtunterricht	Halle 3	Lukas Jaskolka
Koordination mit Bällen auf dem Schulhof	Raum 2, Gelände	Jörg Kofler

#### WORKSHOP-PHASE 3 15:15 bis 16:45 Uhr

Angebot	Ort	Referent/-in
Gesundheitsorientiertes Krafttraining mit Jugendlichen	Halle 1	Marieke Bucher, Ronja Suxdorf
Skipping Hearts mit jungen Schülerinnen und Schülern	Halle 2	Anne Peetz
SportExtra an Grundschulen - Sportförderunterricht	Halle 3	Achim Rix
Doping als Unterrichtsinhalt im Profilkurs	Raum 1	Birte Almreiter
Yoga und Entspannung im Schulalltag	Raum 2	Lisa Bott