

# So läuft Schule

Marathon-Laufen macht Spaß



 **SPORTBE2ONTE SCHULE**

Meiendorf

## Motivation, Fairplay und Leistungsbereitschaft

*Als sportbetonte Schule fördern wir gesundheitssportliche Aspekte sowie den Breiten- und leistungsorientierten Sport.*

### Unsere Schwerpunkte:

- Psychomotorik in der VSK und Klasse I durch Lizenz-Trainerin
- Wahrnehmungs-, Feinmotorik- und Koordinationsübungen halten verstärkt Einzug in den Sportunterricht.
- Bewegungsanreize außerhalb der regulären Sportstunden werden genutzt.
- Aktive Pause mit einer Vielzahl an Spielgeräten und Bewegungsmöglichkeiten
- Partnerschule des Hamburger Sport Bundes (HSB) und des Hamburger Leichtathletik-Verbandes (HLV)
- Als Partnerschule des Hamburger Leichtathletik-Verbandes (HLV) erweiterte Mindestanforderungen im Bewegungsfeld 1 „Laufen, Springen und Werfen“ des Bildungsplans
- Kooperation mit dem Wald-dörfer SV und dem Meien-dorfer SV. Allen Kindern wird die Möglichkeit gegeben, kostenlos am Nachmittag an Sportangeboten der Vereine teilzunehmen (u.a. Zirkuszauber, Hapkido, Karate, Tischtennis, Leichtathletik).
- Ganztägige Klassenveranstaltungen mit sportlichem Schwerpunkt für die Klassenstufen 3 und 4. (Besuch der Leichtathletik-Halle, Crosslauf, Klassenwettkampf Leichtathletik, Indianerfest, Mountainbiketag)
- Breitensportliche, überregionale Veranstaltungen für alle interessierten Schüler schaffen Erfolgserlebnisse und stärken das Zusammengehörigkeitsgefühl (Zehntel-Marathon, Triathlon, Crosslauf, ...)
- Projekt „Marathon – Laufen macht Spaß“ in den Klassen 2 – 4 zur Steigerung der Ausdauer, des Durchhaltevermögens und des körperlichen Wohlbefindens.
- Sichtung aller Schüler durch den Hamburger Sportbund Ende Klasse 2 zur Erstellung eines Bewegungsprofils.
- Der Schulsport bietet den Kindern einen Überblick über die Vielfalt des Sports und ermöglicht es Ihnen unter Berücksichtigung ihres Bewegungsprofils, „ihren Sport“ zu finden.
- Zusätzliches Psychomotorikangebot nach 13.00 Uhr für Kinder mit Bewegungsdefiziten.
- Abnahme des Deutschen Sportabzeichens ab Klasse 2, des DLV-Laufabzeichens ab Klasse 3

- 2 Talentfördergruppen in den Klassenstufen 3 und 4 durch Landestrainer für talentierte und leistungsorientierte Schüler.
- Talentsichtung durch den Hamburger Sportbund (HSB) und den Hamburger Leichtathletik-Verband (HLV)
- Leistungssportlich orientierte Veranstaltungen für talentierte Schüler. (Hamburger Meisterschaften, Regionaltitelkämpfe, Zehntel-Marathon, ...)
- Unterstützung durch den Hamburger Fußball-Verband (HFV). Abnahme des DFB-Abzeichens, Bereitstellung des DFB-Mobils.
- Mitglied der Kampagne „TEAM 2011“ des Deutschen Fußball-Bundes (DFB)
- Sepp-Herberger-Stiftung unterstützt das Sportprofil der Sportbetonten Schule Meien-dorf
- Partner im AOK-Projekt „Fit durch die Schule“
- Offizielle Partnerschule der Basketball U17-Weltmeisterschaft 2010

**FIT**  
DURCH DIE  
SCHULE



„Ich durfte den Schulpokal tragen.“

Motivation



„Ich habe alles gegeben!“

Bewegung ist für die kindliche Entwicklung von großer Bedeutung. Wir unterstützen und fördern daher gezielt gesundheitsorientierte Aspekte sowie den Breiten- und leistungsorientierten Sport. Seit 2008 tragen wir das von der Behörde verliehene Prädikat „Sportbetonte Schule“.

Motivation und Fairplay stehen dabei ganz hoch im Kurs. Mit großer Begeisterung und hoher Leistungsbereitschaft sind die Kinder weit über den regulären Unterricht hinaus sportlich aktiv. Die Sportbetonte Schule bietet dabei für jeden etwas.

## Lange Strecke, statt Langeweile

*Egal ob im Sommer oder Winter, egal ob durch den Matsch, über Eis und Schnee oder auf der Straße. Die Langstreckler der Sportbetonten Schule Meiendorf sind das ganze Jahr über im Einsatz.*

**Mit** großer Begeisterung und Engagement bereiten sie sich auf die Wettkämpfe vor und haben dabei schon so manchen Sieg errungen. Und auch wer nicht den Sprung auf das Treppchen schafft, wird von seinen Mitschülern wie ein Sieger gefeiert, steht doch oftmals nur der olympische Gedanke „dabei sein ist alles“ im Vordergrund.

Von den Hamburger Schülermeisterschaften, dem Airportrace, dem Wandselauf bis hin zu den großen Crossläufen in Ahrensburg, Bergedorf und dem Wandsbeker Grundschul-Cup bestehen zahlreiche Startmöglichkeiten.

Leistungsbereitschaft



„Ich habe es geschafft und eine neue Bestzeit aufgestellt.“



Crosslauf

„Ich habe meine Klassenkameraden so angefeuert, dass ich fast heiser war.“



„Kurz vor dem Ziel habe ich noch ein Kind überholt.“



„Der Matsch hat richtig gespritzt. Das ganze Trikot war dreckig. Es war toll.“



Marathon

„Jeder wurde von den Zuschauern angefeuert.“

„Bei der Siegerehrung gab es eine Überraschung! Wir sind mit der Mannschaft Zweite von über 280 Mannschaften geworden.“

„Es ist super, auf dem Siegerpodest zu stehen und die ganzen Zuschauer vor der Bühne zu sehen!“

Marathon

## Ein echtes Gänsehautgefühl

*6500 Schüler laufen vor über 25.000 begeisterten Zuschauern auf abgesperrten Straßen um das Messegelände.*

**Dafür** sorgt jedes Jahr der Zehntel-Marathon. Alles ist beim Zehntel wie bei den Großen: Läuferdorf mit Verpflegung, Startnummer mit eigenem Namen, Medaille für alle Finisher, Professionelle Zeitmessung und vor allem die selbe Strecke, auf der einen Tag später die Weltklasseläufer aus Kenia und Äthiopien um den Sieg kämpfen. Für die Schüler das sportliche Highlight des Jahres. Kein Wunder also, dass Jahr für Jahr über 120 neongelbe Meiendorfer Mini-Marathonis am Start sind.

2010 gelang sportlich einer der bisher größten Erfolge. Von über 270 gemeldeten Grundschulmannschaften belegte die Schule Platz zwei. Unter dem Beifall von Marathon-Europameisterin Ulrike Maisch und Wolfgang Müller-Kallweit, Präsident des Hamburger Leichtathletik-Verbandes (HLV), nahm Jakob Peters als neuer Schulrekordhalter den Scheck in Höhe von 400 Euro bei der Siegerehrung auf dem Heiligengeistfeld entgegen.

**Am** 24. April fand wieder der Zehntel-Marathon statt. Wir sind um 9.00 Uhr losgefahren. Am Treffpunkt haben wir unsere Startunterlagen und Schultrikots bekommen. Dann sind wir ins Läuferdorf gegangen. Dort musste man in Startboxen gehen, nachdem man in Jahrgänge eingeteilt wurde. In der Startbox war es sehr drängelnd, alle wollten ganz vorne stehen!

Dann kam der Startschuss, den die meisten nicht gehört haben, weil sie zu weit weg davon waren. Die Jahrgänge sind einzeln gestartet. Dann ging es endlich los. Die 4,2 Kilometer liegen vor einem. Das ist ein tolles Gefühl.

Es ist sehr drängelnd, aber das macht einem nichts aus. Man muss einfach weiterlaufen und wenn einem jemand im Weg steht, dann muss man einfach vorsichtig durchlaufen.

Wenn man im Ziel ist, ist man sehr erschöpft, aber man bekommt im Läuferdorf sofort etwas zu trinken. Wenn man etwas getrunken hat, bekommt man seine Medaille. Man fühlt sich sehr gut damit, weil man jetzt weiß, dass man es geschafft hat.

Lara (Klasse 3)





„Ich war vor dem Start ganz schön nervös, dass ich das Staffelholz fallen lasse. Aber alles war super.“

## Tradition in Kinderschuhen



„Die Wechsel waren super. Das Üben hat sich gelohnt.“



*Es ist Hamburgs wohl traditionsreichste Laufveranstaltung – die Alsterstaffel.*

**Mit** deutlichem Vorsprung gewannen die acht Läufer der 4. Klasse die 8 x 50-Meter-Staffel auf dem Jungfernstieg. Dem Schlussläufer war es vorbehalten, bei der Siegerehrung den Pokal entgegenzunehmen und ihn unter dem Jubel seiner Teamkollegen in den Hamburger Himmel zu recken.

Es ist für die Schüler etwas ganz Besonderes, direkt in der City auf dem abgesperrten Jungfernstieg vor zahlreichen Zuschauern zu starten.

„Es war toll dort zu laufen.“



„Wir haben alle Medaillen bekommen.“

„Ich bin stolz, dass wir es geschafft haben zu gewinnen.“

„Ich fand meine Zeit sehr gut für meinen ersten Triathlon.“



## Schwimmen, Rad fahren und laufen

... alles kein Problem für die über 80 Starter der Sportbetonten Schule Meiendorf. Beim Hamburger Schülertriathlon zeigten sie, dass sie echte Multitalente sind.

**50 m** schwimmen, zwei Kilometer Rad fahren und 500 Meter laufen hieß es bei den Hamburger City Kids (so der neue Name des Schülertriathlons) im Stadtpark zusammen mit über 1700 Schülern aus über 30 Grundschulen.

Trotz sommerlicher Bedingungen war schon der Sprung in den Stadtparksee die erste Herausforderung. Doch auch das kühle Nass konnte die Kinder nicht davon abhalten, sich bereits auf der ersten Teilstrecke richtig ins Zeug zu legen. Danach hieß es

schnell Badekappe runter und rein in Schuhe und Trikot. Zeit zum Abtrocknen blieb da nicht. Auf dem Bike erholen konnte sich auf der anschließenden Rad-Strecke auf dem Südring aber niemand. Zu schnell verrannen die wertvollen Sekunden, die am Ende möglicherweise zu viel wären. Auf der 500-Meter-Laufstrecke um den Modellbootteich hieß es dann noch einmal, letzte Kraftreserven zu mobilisieren, um unter dem Applaus von Eltern, Lehrern und Mitschülern erschöpft, aber stolz, das Ziel zu erreichen.



„Es hat sich echt cool angefühlt.“

„Im Ziel war ich richtig ausgepowert.“

„Ich war echt kaputt!“

„Ich bin stolz, dass ich es geschafft habe!“

„Am Morgen war ich ganz schön aufgeregt.“





# Sportliche Vielseitigkeit

„Nächstes Jahr mache ich wieder mit!“

*Wir bieten unseren Schülern neben leichtathletischen Wettkämpfen auch Meisterschaften und Turniere in anderen Sportarten an.*

**Seit** vielen Jahren nehmen wir erfolgreich am Uwe-Seeler-Pokal und dem Futsal-Cup teil, bei dem die Mädchen sogar schon die Finalrunde erreichten. 2010 legten über 300 Grundschüler das DFB-Fußball-Abzeichen ab. Der Hamburger Fußball-Verband war mit mehreren Verbandstrainern und dem DFB-Mobil an der Schule.

Auch HSV-Handballerstar Andreas Rastner zeigte an der Islandstraße den Viertklässlern schon die Faszination seiner Sportart und das Radsport-Mobil macht mehrfach im Jahr bei uns Station. Die Schüler können auf hochwertigen Mountainbikes Fahrsicherheit und Geschicklichkeit mit sportlichem Radfahren verbinden. Auch bei Tischtennis-Meisterschaften und dem Ringer-Turnier gehen Schüler an den Start.



Schule Meiendorf  
Islandstraße 25  
22145 Hamburg

Tel. 040 / 657 98 10

E-Mail: sekretariat@  
schule-meiendorf.de

Wir sind eine

**SPORTBEZONTE SCHULE**

mit freundlicher  
Unterstützung von:



Unsere Kooperationspartner:

