

## „Skipping Hearts“ in der OGGs Große Heide

Laufen, Springen, Ballspielen – was eigentlich dem natürlichen Bewegungsdrang von Kindern entspricht, gehört nicht mehr selbstverständlich zu deren Tagesablauf. So spielen viele Kinder am Computer oder schauen fern. Eine Folge davon: Weltweit ist bereits mehr als jedes fünfte Schulkind übergewichtig. Um Kinder wieder zu mehr Bewegung zu motivieren, hat die Deutsche Herzstiftung das Präventionsprojekt „Skipping Hearts“ ([www.skippinghearts.de](http://www.skippinghearts.de)) initiiert. Denn wer bereits als Kind einen gesunden Lebensstil (Bewegung, gesunde Ernährung) pflegt, verringert das Risiko im Alter am Herzen zu erkranken.



Im Rahmen der OGGs haben die Kinder des 3. Jahrgangs an dem Seilspring-Projekt „Skipping Hearts“ der Deutschen Herzstiftung teilgenommen. Mit viel Spaß konnten verschiedene Sprünge und Techniken einzeln, als Partnerübung oder in Teams ausprobiert werden. Am Ende des Workshops waren alle Kinder ausgepowert und zufrieden. Die Begeisterung war so groß, dass die neu erlernten Fähigkeiten in vielfältigen Aktionen in der OGGs weitergeführt werden sollen.