

# Herzlich Willkommen!



Referent Peter C. Kapustin (BLV-Geschäftsführer)

**Projektpartner:**



# Einführung in das Projekt Lauf dich fit!



**Projektpartner:**



# Was ist Lauf dich fit und was sind die Ziele?



- Ein Kinderlaufprojekt des Bayerischen Leichtathletik-Verbandes unter der Schirmherrschaft von Kultusstaatssekretärin Carolina Trautner .
- Den Lehrkräften einen Leitfaden zu geben, um den Schulsportunterricht mit verschiedenen Laufspielen zu ergänzen. (Lauf dich fit!-Broschüre)
- Den Kindern und Jugendlichen den Zugang zu Vereinen zu erleichtern (Stichwort Challenge)
- Aufbau einer Verantwortungsgemeinschaft zwischen Eltern, Schule und Verein/BLV
- **Die Fähigkeit der Kinder und Jugendlichen am Ende des Projektes 15 bzw. 30 Minuten ohne Pause laufen zu können.**

## Projektpartner:



# Wer kann mitmachen?

- Ein Projekt für alle Schularten der Klassen 1 bis 10.
- 2015/2016: In Oberbayern mit ca. 19.000 teilnehmenden Kindern gestartet.
- 2016/2017: Erneuter Projektstart in den Bezirken Oberbayern (20.000 Kinder) , Niederbayern (21.000 Kinder) und Oberpfalz (ca. 25.000 Kinder)
- 2017/2018: Einbindung aller Regierungsbezirke in das Projekt mit dem Ergebnis, das 85.000 Kinder aus über 550 Schulen am Projekt teilgenommen haben.
- 2018/2019: Es sollen über 100.000 Kinder bewegt werden !



## Projektpartner:



# Zeitlicher Rahmen



- Auftaktveranstaltungen (Lehrerfortbildungen) finden jährlich im Herbst statt. Anmeldung über Fibs!
  - Gymnasium Ergolding: 14.11.2018
  - Oberpfalzhallen Schwandorf: 23.11.2018
  - Realschule Friedberg: 28.11.2018
  - Mittelschule Burgebrach: 04.12.2018
- Anmeldung der Schulen über Anmeldeportal bei [www.lauf-dich-fit.de](http://www.lauf-dich-fit.de) bis Mitte Januar 2019.
- Selbstständige Projektumsetzung in den Schulen von Dezember/Januar bis Mai/Juni.
- Am Ende des Projektes Abnahme der 15- bzw. 30-Minutenläufe zur Ermittlung der erfolgreichsten Schulen.
- Große Abschlussveranstaltung für die erfolgreichsten Schulen (z.B. Münchener Olympiastadion).

## Projektpartner:



# Exemplarischer Ablauf Auftaktveranstaltung



Uhrzeit	Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3
08:30 - 09:00 Uhr	<b>Ankunft und Anmeldung</b> (Hörsaal)	<b>Ankunft und Anmeldung</b> (Hörsaal)	<b>Ankunft und Anmeldung</b> (Hörsaal)
09:00 - 09:30 Uhr (30min)	<b>Einführung in das Projekt</b> (Hörsaal – P. C. Kapustin)	<b>Einführung in das Projekt</b> (Hörsaal – P. C. Kapustin)	<b>Einführung in das Projekt</b> (Hörsaal – P. C. Kapustin)
09:45 - 10:30 Uhr (45min)	<b>Gesundes Laufen</b> (Hörsaal – Dr. Helmut Pabst )	<b>Laufschulung im Schulsport</b> (Halle 4 – Praxis – I. Zacher)	<b>Spielevorstellung</b> (Halle 1 – Theorie/Praxis - J. Peter)
10:35 – 11:20 Uhr (45min)	<b>Laufschulung im Schulsport</b> (Halle 4 – Praxis – I. Zacher)	<b>Spielevorstellung</b> (Halle 1 – Theorie/Praxis - J. Peter)	<b>Gesundes Laufen</b> (Hörsaal – Dr. Helmut Pabst )
11:25 – 12:10 Uhr (45min)	<b>Spielevorstellung</b> (Halle 1 – Theorie/Praxis - J. Peter)	<b>Gesundes Laufen</b> (Hörsaal – Dr. Helmut Pabst )	<b>Laufschulung im Schulsport</b> (Halle 4 – Praxis – I. Zacher)
12:20 - 12:50 Uhr (30min)	<b>Abschlussbesprechung</b> (Hörsaal)	<b>Abschlussbesprechung</b> (Hörsaal)	<b>Abschlussbesprechung</b> (Hörsaal)
13:00 - 14:00 Uhr	<b>Mittagessen</b>	<b>Mittagessen</b>	<b>Mittagessen</b>

## Projektpartner:



# Was haben die Kinder davon



- Die Lust am Laufen gewinnen -> Grundlage für alle weiteren Sportarten
- Kein Kind verliert – die Gruppe steht im Mittelpunkt!
- Ein realistisches Ziel vor Augen (15/30 Minuten pausenloses Laufen)
- Verbesserung der allg. Fitness und Anstoß für Vereinssport ?!
- Die Möglichkeit, einen tollen Leichtathletik-Erlebnistag im Rahmen der Abschlussveranstaltung zu genießen
- Das offizielle Lauf dich fit! – Abzeichen (1.30 €) und/oder eine Urkunde
- Motivation durch Leistungssteigerung von 15 auf 30 Minuten

## Projektpartner:



# Schulbesuche

Der BLV besucht während der Projektphase Schulen, um sich vor Ort ein Bild über den Projektstand zu machen und GEMEINSAM mit den Lehrkräften offene Fragen und Anregungen zu besprechen.



**Projektpartner:**



# Abschluss-Veranstaltung



**Projektpartner:**



# Abschluss-Veranstaltung



Projektpartner:



# Abschluss-Veranstaltung



**Projektpartner:**



# Abschluss-Veranstaltung



Projektpartner:



# Warum anmelden?

- Sie können sich bis Mitte Januar zum Projekt „offiziell“ anmelden.
- Anmeldung digital über [www.lauf-dich-fit.de](http://www.lauf-dich-fit.de)
- Nur angemeldete Schulen können zur Abschlussveranstaltung eingeladen werden.
- Der BLV **versucht**, die Kostenübernahme der Abzeichen durch Kreis- oder Stadtparkassen sicherzustellen. Nur angemeldete Schulen können bei einer eventuellen Förderung berücksichtigt werden.



## Projektpartner:



## Anmeldung zum Projekt für 2018/2019

Bezirk\*

Landkreis\*

Schulname\*

Adresse\* (Straße, Hausnummer, PLZ, Ort)

Ansprechpartner\*

E-Mail\*

Gesamtschülerzahl der Schule\*

Voraus. Teilnehmende Gesamtschülerzahl

Schulbesuch erwünscht\* (kann vom BLV nicht garantiert werden!)

Bitte wählen Sie aus ...

Anmerkung zu Schulbesuch (falls Ja)

Evtl. Anmerkung: Bevorzugte Wochentage und Stunden 2./3. oder 5./6.

Termin Laufchallenge (falls bekannt)

Ersatztermin Laufchallenge (falls bekannt)

Bitte geben Sie den Captcha Code ein\*



**Projektpartner:**



# Wie wird das Projekt finanziert?

- Aktuell wird das Projekt alleine durch den Verkauf der Abzeichen abgesichert !
- Der BLV unterstützt das Projekt ggfs. mit Eigenmittel !



## Projektpartner:



# Lauf dich fit!-Abzeichen



- Es besteht die Möglichkeit, für die Kinder Abzeichen zu kaufen
- Die Abzeichen unterscheiden sich in grün (=15 Min.) und rot (=30 Min.).
- Es handelt sich um hochwertige Aufbügelaufzeichnungen.
- Der Preis beträgt 1,30 €.
- Ab 2018/2019 zusätzlich Lauf-dich-fit! Armbänder
- Bei der Meldung der Ergebnisse können die Lehrkräfte angeben, ob sie die Abzeichen bestellen möchten oder nicht.
- Auf der Homepage sind zusätzlich kostenlos Urkundenvorlagen angeboten, die alternativ oder zusätzlich an die Kinder vergeben können.

## Projektpartner:



# Lauf dich fit! - Urkunden



Auf der Homepage finden Sie zusätzlich kostenlos Urkunden, die Sie selbstständig ausdrucken und an die Kinder vergeben können.



## Projektpartner:



# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit !



Peter Kapustin,  
BLV Geschäftsführer und Projektleiter  
Mail: [kapustin@blv-sport.de](mailto:kapustin@blv-sport.de)

Tel. 089 / 15 702-379

**Projektpartner:**

