



Aktiv im Schüler gegen Lehrkräfte-Turnier.

Was sind Vorteile von sportlicher Aktivität?

Wissenschaftliche Studien belegen, dass regelmäßig praktizierter Sport viele Vorteile – besonders für Heranwachsende – mit sich bringt.

Sport treiben ...

steigert die Konzentration,

regt den Stoffwechsel an,

fördert die Durchblutung,

stärkt das Immunsystem,

verbessert die Schlafqualität,

führt zur Ausschüttung von Endorphinen,

steigert das Selbstbewusstsein,

verringert das Risiko für eine Depression

und stärkt faires Verhalten und Einhaltung von Regeln.

Sport an unserer Schule

Uns liegt die aktive sportliche Förderung aller Schülerinnen und Schüler am Herzen, weshalb wir Folgendes anbieten:

- drei wöchentliche Sportstunden für die Jahrgänge 5 bis 8
- zwei schuleigene Hallen für den Sportunterricht (Aula und Turnhalle)
- Schwimmunterricht in zwei Halbjahren im Jahrgang 5 und 6 im Höchster Hallenbad
- ein Konzept zur bewegten Pause
- viele AGs mit interessanten Bewegungsangeboten im Rahmen des Ganztages
- regelmäßige Durchführung des Spendenlaufs im Stadtpark Höchst (mit der gesamten Schulgemeinde)
- Bundesjugendspiele, Fussballturniere



Spendenlauf im Stadtpark Höchst

Schwerpunkt Sport

im Jahrgang 6 und 7



Schwerpunkt Sport im Jahrgang 6 und 7

Wir möchten Lernende mit besonderem Interesse an der Vielfalt des Sports mit ihren sportlichen Stärken und ihrer Kooperationsfähigkeit in einer motivierten festen Gruppe (ca. 20 Lernende) vielseitig fördern.

Unser Fokus liegt auf dem Wettkampf- und



Lernende bei sportlichen Darbietungen und Mini-Meisterschaften.



Konzept des Schwerpunktes Sport

Wir bieten im Jahrgang 6 und 7 eine feste Sport-Schwerpunkt-Gruppe an. In dieser wird der zusätzliche Sportunterricht nach der Mittagspause von 14 bis 15.30 Uhr stattfinden.

Mit wechselnden thematischen Schwerpunkten soll den Lernenden eine vielseitige und breitgefächerte Förderung ermöglicht werden, beispielsweise in Leichtathletik, Turnen, Ballsportarten, Akrobatik, Wassersport, Aktivitäten im Freien o. ä.

Darüberhinaus sollen regelmäßig sportliche Exkursionen im Rahmen des Schwerpunktes durchgeführt oder an sportlichen Wettkämpfen teilgenommen werden.

Im Anschluss kann der Wahlunterricht Sport im Jahrgang 9 und 10 zur Vorbereitung auf einen Leistungskurs Sport dienlich sein.

Stand: 12.12.2024

Wer kann den Sport Schwerpunkt besuchen?

Das Angebot richtet sich an sportliche Lernende mit gutem Arbeits- und Sozialverhalten, die Interesse haben, sich vielseitig sportlich weiterzuentwickeln.

Die Bewerbung (Abgabe bis Mitte März) für die Aufnahme in den Sport-Schwerpunkt erfolgt für eine zweijährige verbindliche Teilnahme.

Vor der Anmeldung wird ein Beratungsgespräch mit der Klassenleitung und Sportlehrkraft empfohlen, da diese Stunden zusätzlich zum Stundenplan anfallen.

Der Besuch eines Sportvereins ist von Vorteil, aber keine Voraussetzung.

Was bietet unsere Schule?

Neben unseren zwei schuleigenen Sporthallen, dem Sporthof mit Toren und Basketballkörben, die in den Pausen und im Rahmen des Unterrichts aktiv genutzt werden,

der großzügigen angrenzenden Grünfläche des Stadtparks Höchst mit dem Sportplatz der SG Höchst und

der Nähe zu Nidda und Main sowie dem Hallenbad Höchst mit festen Trainingszeiten

verfügt unsere Schule über ein engagiertes Team von Sportlehrkräften, das sich den individuellen Talenten der Lernenden annimmt und diese bestmöglich in ihrer sportlichen und mentalen Entwicklung fördert.