

#schartezähltschritte

Deutzer Gymnasium Schartestestraße

... vom 7. bis 14. Februar 2021



Wir verbringen momentan alle sehr viel Zeit zu Hause und vor Bildschirmen. Deshalb hat sich das Team Scharte-Schulsport gemeinsam mit der Schulleitung und der SV überlegt, vom 7. bis 14. Februar 2021 eine Initiative zu starten, um uns allen einen Motivationsschub für zusätzliche körperliche Aktivität zu geben - aus dieser Idee ist #schartezähltschritte entstanden.

WIE ZÄHLT MAN SCHRITTE?
Schritte zählt man beim Gehen, Laufen, Joggen, Hüpfen, Springen, etc. u.a. mit einem digitalen Fitnessarmband, einer App auf dem Smartphone, z.B.: Apple Health, Samsung Health, Schrittzähler im Play Store, auf der Smartwatch, etc.

Wir möchten Euch deshalb herzlich einladen, in der Woche vom 7. bis zum 14. Februar 2021 Eure täglich zurückgelegten Schritte mit Hilfe eines Trackers z.B. Smartphone oder Fitness-Armband aufzuzeichnen und sie am Ende des jeweiligen Tages über TEAMS in die Excel Datei Eurer Klasse/Eures Kurses unter Eurem Namen einzutragen - macht bitte als Nachweis auch unbedingt Screenshots/Fotos Eurer Tagesergebnisse. Am Ende der Woche werden alle Daten ausgewertet. Auf die Klassen und Kurse, die in ihrer Stufe die meisten Schritte zurückgelegt haben, warten 100€ für die Klassenkasse, in der Oberstufe 300€ für die Siegerstufe, vom Förderverein.

Macht von Euren täglichen Aktivitäten, auch mit Haustier ;-), gerne Fotos, Stories, etc. und schickt sie uns (Nummern & E-Mail-Adressen, siehe unten) oder verlinkt dabei @scharteofficial #schartezähltschritte – wir reposten Eure Beiträge auf dem Scharte-Instagram-Kanal & auf www.scharte-koeln.de und freuen uns über möglichst viele motivierende Beiträge innerhalb der Woche von Euch – dass wir dabei auf die bekannten Regeln zum Umgang mit Fotos im Internet achten, ist eine Selbstverständlichkeit – wenn Ihr uns ein Foto schickt oder es verlinkt, ist das für uns die Erlaubnis, es veröffentlichen zu dürfen.

Für Rückfragen o.ä. stehen wir Euch jederzeit unter der folgenden Telefonnummer und per E-Mail zur Verfügung: ☎ +49 (0) 176 966 73 761 (WNZL), schoeller@scharte-koeln.de, schmidt@scharte-koeln.de, wenzel@scharte-koeln.de, oder direkt über TEAMS. Aus versicherungstechnischen Gründen müssen wir Euch darauf hinweisen, dass Ihr, im Gegensatz zum regulären Sportunterricht, nicht über die Unfallkasse NRW versichert seid, sondern Ihr Euch im Rahmen von #schartezähltschritte in Eurer Freizeit privat bewegt und aktiv seid - #schartezähltschritte ist also keine Schulveranstaltung, wie z.B. Unterricht – passt also, wie immer, im Straßenverkehr und auch sonst sehr gut auf Euch auf, tut nichts ohne Absprache mit Euren Eltern, haltet Euch bitte an die geltenden Coronaregeln und ganz besonders wichtig, bleibt gesund & habt Freude an der Bewegung !!!

Viel Spaß bei #schartezähltschritte, Euer



Team Scharte-Schulsport

