

# Die Stadt als Fitnesscenter?

Wie bewegst du dich gerne? Und was benötigst du dafür? Die Stadt bietet viele Möglichkeiten der Bewegung: Treppen, Mauern, Lichtmasten, Zäune, ... Schau dich genau um und lass dich von deiner Stadt trainieren. Schon ganz kleine Veränderungen verwandeln zum Beispiel deinen Schulweg in ein Fitnesscenter.

## Erforderliches Material :

Flipchartpapier, Stifte, Notizhefte, Pläne des Schulumfelds , Kopiervorlagen für Fitness-Stationen, Straßenkreide.

Je nach Bedarf: Roller, Skateboard, Bälle, Bänder, ...



## Kurzbeschreibung

Im Projekt werden die SchülerInnen dazu angeregt, ihr Schulumfeld bewusst wahrzunehmen und den öffentlichen Raum temporär für ihre Bedürfnisse zu verändern. Von der Bedarfsanalyse über die Bestandsaufnahme bis zur Umsetzung der Ideen sind alle Abschnitte eines Planungsprozesses enthalten.

Den öffentlichen Raum und seine Nutzung bewusst zu machen und die Entwicklung von kindgerechten Nutzungen im öffentlichen Raum sind Ziele des Projekts.

## 1. Einführung

Die SchülerInnen erhalten einen kurzen theoretischen Überblick über die Aufgaben eines/r Freiraumplaner/in:

Sicherung der Frei- und Grünräume einer Stadt (durch Mitwirkung beim Stadtentwicklungsplan, Studien, etc.)

Gestaltung der Frei- und Grünräume (Angebote schaffen für verschiedene NutzerInnengruppen)

Hinführen zum Thema Sport und Bewegung: Zu ermöglichen, dass alle BewohnerInnen Sport betreiben können, ist eine wichtige Zielsetzung für die Stadtplanung. Die Stadt trifft daher Vorsorge, dass die Bevölkerung Sport ausüben kann und schafft die notwendige Infrastruktur.

Frage an die SchülerInnen: Wo kann man Sport ausüben?

Die Antworten werden gesammelt.

Aktuell geht der Trend im Freizeit und Bewegungsverhalten der Stadtbewohner in die Richtung, dass sie direkt vor der Haustüre Bewegung machen bzw. alltägliche Wege nutzen, um sich fit zu halten. Die Stadt wird zum Fitnesscenter.

*Wir beschäftigen uns heute mit dieser Aufgabe und machen das Schulumfeld zum Fitnesscenter!*

## 2. Bedarfsanalyse

Frage an die SchülerInnen:

Wie bewege ich mich gerne?

[Hinweis: Hier ist es wichtig, Hilfestellung zu leisten und exemplarisch Bewegungsformen zu nennen; zum Beispiel >langsam bewegen<, >schaukeln<, >hüpfen<, >tanzen<, >sitzen<, >entspannen<].

Jede/r SchülerIn schreibt die bevorzugte Bewegungsart auf ein Post-it. Mehrere Nennungen sind erlaubt, pro Post-it wird nur eine Nennung notiert.

Die SchülerInnen präsentieren ihre Nennungen; die Ergebnisse werden nach Gruppen sortiert. So entsteht ein Bild mit den verschiedenen genannten Bewegungsarten.

Danach werden die genannten Bewegungsarten bewertet; jeder/m SchülerIn stehen 3 Punkte zur Verfügung, die sie/er vergeben kann.

Zu den Bewegungsarten mit der größten Punkteanzahl werden Bewegungsparcours geplant.

## 3. Bewertung des Schulumfelds

Zu jedem Bewegungsthema wird eine Kleingruppe gebildet. Die Gruppen untersuchen ihr Schulumfeld im Hinblick darauf, ob es sich für ihre Bewegungsart eignet.

Zusätzlich sucht jede Gruppe nach geeigneten Orten für ihre Bewegungsart. Präsentation der Ergebnisse vor der Klasse.

## 4. Umsetzung

Jede Gruppe hat nun die Aufgabe, unter Nutzung des Inventars im öffentlichen Raum an einem Ort ihrer Wahl einen Parcours einzurichten. Folgende Arbeitsschritte sind dazu notwendig und werden in einem Heft notiert:

Pflichtenheft:

1. Was benötige ich, um (tanzen, schaukeln, rollen, ...) zu können?
  2. Wo möchte ich meinen Parcours einrichten?
- Jede Gruppe definiert einen Ort, an dem sie ihren Bewegungsparcours für ihr Thema einrichtet.
3. Welchen Titel soll mein Parcours haben?

Danach richtet jede Gruppe ihren Bewegungsparcours im öffentlichen Raum ein. Für die Parcours stehen verschiedene Materialien und Utensilien zur Verfügung:

- Kopiervorlage, um das Logo bzw. den Namen der Fitness-Stationen im öffentlichen Raum anzubringen,
- Straßenkreide,
- buntes Tape,
- leere Flaschen,
- Je nach Bedarf: Roller, Skateboard, Bälle, Bänder, ...

Abschließend findet die Präsentation der einzelnen Ergebnisse statt. Jeder darf die entstandenen Parcours testen.

---

Die Stadt als Fitnessscener wurde im Rahmen des Projekt was schafft raum? entwickelt. was schafft raum? ist ein Vermittlungsangebot zu Architektur und Stadtplanung für Lehrende im Auftrag der Stadtplanung Wien (MA 18, MA 19, MA 21A) und in Kooperation mit dem Stadtschulrat Wien.

Aktuelle Arbeitsblätter und Information zu laufenden Angeboten erhalten Sie unter:  
[www.was-schafft-raum.at](http://www.was-schafft-raum.at) | E-MAIL: [info@was-schafft-raum.at](mailto:info@was-schafft-raum.at) | T: ++43 1 774 12 87

## IMPRESSUM

Inhalt und Konzept: Dipl.-Ing. Sabine Gstöttner, Mag. Arch. Irmo Hempel  
Juni 2011

