

Schüler lernen mit allen Sinnen

Lengede Es gab Gesundheitstage in der IGS Lengede als Teil des Präventionsprogramms.

Der jüngste Jahrgang der IGS Lengede, die Fünftklässler, blicken zufrieden auf zwei interessante Wochen zurück: die Gesundheitstage. Sie sind nach Angaben der Einrichtung das erste Modul des schuleigenen Präventionskonzepts, in dem in jedem Jahrgang andere Bereiche des Lebens thematisiert und die Schüler fit fürs Leben gemacht werden.

Gesundheit, so stellten die Fünftklässler zu Beginn der Präventionswochen fest, ist das höchste Gut des Menschen. Doch was bedeutet der Begriff überhaupt? Bin ich gesund, wenn mein Körper gesund ist?

„Ich muss mich auch seelisch gut fühlen“, war der Beitrag von Stella aus Klasse 5e für die Einstiegsdiskussion. Diesen und vielen anderen Fragen gingen die fünf Klassen in den Gesundheitstagen gemeinsam mit ihren Lehrern sowie mit außerschulischen Experten auf den Grund.

Das Thema Gesundheit wurde dabei mit allen Sinnen erfahrbar. So erlebten die Schüler im Workshop Qigong eine Entschleunigung des Alltags. Qigong-Leiterin Dunja Hauchstein brachte ihnen die chinesische Kunst der Konzentration, der Bewegung und der Meditation mit praktischen



Lena und ihre Mitschüler der 5d bereiten gesunde Leckereien zu.

Foto: Schule

Übungen nahe. Weitere Experten informierten die Schüler unter anderem über Zahngesundheit und über Sicherheit im Verkehr, so die IGS weiter.

Besonderen Anklang bei den

Schülern fand die Ernährungsberatung durch Ökotrophologin Tanja Bolm. Diese brachte den Kindern das Thema gesunde Ernährung in Theorie und Praxis nahe. Begeistert probierten die Kin-

der die Rezepte in der Schulküche der IGS aus.

„Es ist immer wieder erstaunlich, welche unterschiedlichen Erfahrungen die Kinder mitbringen. Während die einen zu Hause regelmäßig beim Kochen eingebunden werden, sind die anderen ganz begeistert, dass sie endlich auch mal an Schneidebrett und Backofen dürfen“, so die Bilanz der Expertin. Das Fazit der Teilnehmer: Ab sofort wird öfter selbst gekocht.

Der Unterricht befasste sich fächerübergreifend mit dem Thema Gesundheit. Im Fach Naturwissenschaften war ein Schwerpunkt Ohr und Gehör. Dazu gab es Experimente. Im Englischunterricht standen ein Zahnarztbesuch, Erste Hilfe sowie ein Seh- und Hörtest auf dem Programm – alles auf Englisch. Zahlreiche weitere Module wie die Geschichte der Medizin, Leben mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen oder auch Essstörungen rundeten die Gesundheitstage ab.

„Die tollen Erfahrungen aus den Gesundheitstagen nehmen die Schüler des fünften Jahrgangs mit in den Alltag“, so Jahrgangsführerin Claudia Mütter. „Das nächste gesunde Büfett haben die Schüler bereits mit uns geplant.“