

Schüler behandelten Gesundheitsthemen und übten freies Reden

„Expertentage Gesundheit“ an der IGS Lengede – Referate, gesundes Frühstück, Jiu Jitsu oder Entspannung

Von Udo Starke

LENGEDE. Der Puls rast, Kopfschmerzen gesellen sich dazu, Schlafstörungen gehen einher – halt! Das sind alles Stress-Warn-Symptome, die man beherzigen sollte, denn dann sind die Kraftreserven aufgebraucht. Es droht die Volkskrankheit „Burn-out“, bekannt als Erschöpfungssyndrom.

Schüler der 5. Klassen der IGS Lengede gingen diesem Risikofeld und anderen Gesundheitsrisiken mit ihren Auswirkungen auf den Grund. Unter dem Motto „Expertentage Gesundheit“ lief ein zweiwöchiges Projekt mit rund 150 Mädchen und Jungen. Jahrgangsführerin war Pädagogin Kathrin Böke.

Ihre Ergebnisse zu den Themen „Unsere tägliche Ernährung“, „Gesund ist lecker“, „Burn-out“, „Krebs – Ist Krebs heilbar?“ und „Wie kann man mit Sport gesundbleiben?“ präsentierten gestern die Schüler in der schuleigenen Mensa. Die Moderation hatten Emily Karl und Tom Zumbrägel übernommen.

Die Referate wurden allein oder in der Gruppe vorgetragen und waren untermalt mit eigenen Filmen, Power-Point-Präsentation und Fotos. Anhand von verschiedenen Modellen wurden Problemfelder anschaulich vermittelt.

Zuvor fand innerhalb der Klassen eine Vorauswahl statt, welcher Beitrag schließlich in den Fokus rücken sollte.



Sie hatten keine Scheu, vor den vielen Mitschülern in der Schulmensa frei zu sprechen: Elias Engel (rechts) und Lorenzo Minniti (links daneben).

Foto: Udo Starke

Das pädagogische Ziel der Ausarbeitung verschiedener Themen beschreibt Kathrin Böke: „Die Kinder sollen möglichst früh die Scheu verlieren, vor vielen Zuhörern zu sprechen und ein komplexes Thema zu präsentieren. Hinzu kommt das selbstständige Arbeiten und Erarbeiten. Wichtig ist zudem, sich selbst zu organisieren und zu wissen, wie und wo man Materialien zu den Themenfeldern findet.“

Die Schüler – im Durchschnitt elf Jahre alt – sollen aber auch herausfinden, was sie selbst für ihre Gesundheit tun können. Das sei auch ein Ziel des Präventionskonzepts. Sie sollen lernen, wie man noch besser lernen kann, sagt Böke.

Insgesamt zeigte sich die Jahrgangsführerin mehr als zufrieden mit den umfassenden Ergebnissen der Gruppen. „Sie haben alle intensiv mitgearbeitet und sich in die Thema-

atik vertieft. Das belegen die aussagekräftigen Resultate. Die Präsentationsformen waren klasse“, so ihr Fazit.

Zu den Lerninhalten gehörten unter anderem auch die richtige Zahnpflege, ein leckeres Frühstück (fand gemeinsam vor der Präsentation statt), Drogen- und Gewaltprävention (beispielsweise erlernen von Jiu Jitsu) oder Entspannungstechniken wie Qi Gong.