

# Fünftklässler lernen mit allen Sinnen

**Lengede.** Der jüngste Jahrgang der IGS Lengede blickt zufrieden auf zwei interessante Wochen zurück: die Gesundheitstage. Diese sind das erste Modul des schuleigenen Präventionskonzepts, bei 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“ wirft Stella aus Klasse 5e in die Einstiegsdiskussion ein. 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 „Qi-gong“ eine Entschleunigung des Alltags.

Qigong-Leiterin Dunja Hauchstein brachte ihnen die chinesische Kunst der Konzentration, der Bewegung und der Meditation mit praktischen Übungen nahe. Weitere Experten informierten die Schüler unter anderem über Zahngesundheit und über Sicherheit im Verkehr.

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 Kinder ihre leckeren Rezepte in der Schulküche der IGS aus. „Es ist immer wieder erstaunlich, welch unterschiedliche Erfahrungen die Kinder mitbringen. Während die einen zuhause regelmäßig beim Kochen eingebunden werden, sind die anderen ganz begeistert, dass sie endlich auch mal an Schneidbrett und Backofen dürfen.“ Junges Mädchen sind sich einig: Ab sofort wird öfter selbst gekocht.



Emily, Max und Emilio aus der 5e diskutieren über Gesundheit.

Schüler Max aus der 5e freut sich beim gemeinsamen Verzehr: „Gesund schmeckt lecker!“

„Das nächste gesunde Buffet haben die Schüler bereits mit uns geplant.“

Der Unterricht befasste sich fächerübergreifend mit dem Thema Gesundheit. Im Fach Naturwissenschaften war ein Schwerpunkt das Ohr und Gehör, welches auch experimentell erforscht wurde. Im Englischunterricht stand ein Zahnarztbesuch, Erste Hilfe und ein Seh- und Hörtest auf dem Programm – alles natürlich auf Englisch. Zahlreiche weitere Module wie die Geschichte der Medizin, Leben mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen oder auch Essstörungen rundeten die Gesundheitstage ab.

Claudia Mütter

„Die tollen Erfahrungen aus den Gesundheitstagen nehmen die Schüler des 5. Jahrgangs mit in den Alltag“, freut sich Jahrgangsheiterin Claudia Mütter.



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



Die Klasse 5e schlemmt gesund am Vitaminbuffett.