# Projekt der Edeka-Stiftung an der Grundschule

18.11.2015 16:21

## Mehr bewegen – besser essen Ein Projekt der Edeka-Stiftung an der Grundschule Simbach am Inn

Einen ganz besonderen Unterrichtstag erlebten die Schüler und Schülerinnen der dritten Klassen vom 26. bis 28. Oktober an der Grundschule Simbach am Inn. An diesem Tag standen nämlich die Themen Bewegung und gesunde Ernährung einen Schulvormittag lang im Mittelpunkt. Durchgeführt und veranstaltet wurde dieser Tag von den Mitarbeitern der Edeka- Stiftung. Begonnen wurde der Vormittag mit einem gemeinsamen Frühstück.

Daraufhin wurden die Schüler und Schülerinnen mit Hilfe eines Animationsfilms für das Thema Ernährung sensibilisiert. Im Anschluss daran lernten die Kinder mit der Ernährungspyramide, wie eine ausgewogene und gesunde Ernährung aussehen sollte. In kleineren Arbeitsgruppen wurde das Gelernte gleich angewendet. Die Schüler gestalteten mithilfe von Bildmaterial ein gesundes und abwechslungsreiches Essen. Aber nicht nur eine gesunde Ernährung trägt dazu bei, Körper und Geist fit zu halten. Auch ausreichend Bewegung ist für vieles gut und beeinflusst die körperliche Entwicklung und das Wohlbefinden. So brachten verschiedene Ausdauer- und Koordinationsspiele die Kinder auf Trab.

Den Abschluss dieses abwechslungsreichen Schulvormittags bildete das gemeinsam vorbereitete und gekochte Mittagessen. Am Ende des Schultages waren sich alle einig, dass es so einen Tag öfters an der Schule geben sollte.