# Vielfältiges Programm in der "Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit"

01.12.2016 17:20

Vielfältiges Programm in „Der Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit“ Abwechslungsreich gestaltete sich die Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit an der Grundschule Simbach. Gemeinsam und in den einzelnen Klassen führten die Kinder mit ihren Lehrerinnen und Lehrern verschiedene Aktionen und Projekte zur Gesundheitsförderung, Werte- und Umwelterziehung durch. Am Montag starteten die 3. Klassen mit einem Fahrradparcours, der Geschicklichkeit, Reaktion und verantwortungsvolles Verhalten im Straßenverkehr forderte.

Am Dienstag traf sich die gesamte Schulfamilie in einzelnen Gruppen in der Aula und es wurde gemeinsam über das Schulprofil „Freundlich- Friedlich - Fair“ reflektiert und ein weiterer Baustein zum fairen Umgang miteinander „So fühlen wir uns in der Pause wohl“ erarbeitet. In der Klasse 3a beschäftigten sich die Schüler und Schülerinnen mit dem Ernährungsthema: „Vorsicht! Zuckerfalle!“ Dabei wurden unterschiedlichste Lebensmittel genau unter die Lupe genommen in denen Zucker versteckt ist. Dabei gab es teilweise große Überraschungen.

Am Mittwoch stand „Speed4“ im Vordergrund. Dabei ging es um Schnelligkeit und Reaktion. In mindestens drei Läufen wurde bei jedem Schüler die Zeit mittels Lichtschranke gestoppt. Jeder bekam einen kleinen Ausdruck mit der Lauf- und Reaktionszeit, der fleißig untereinander verglichen wurde. Am Ende wurde der Schulsieger ermittelt. Hannes Hannes aus der Klasse 4a erreichte die schnellsten Zeiten.

Am großen Bezirksfinale am 23.10. in der Sparkasse Burghausen durfte dann jeder Schüler noch einmal teilnehmen. Hannes Hannes von der Grundschule Simbach konnte hier seine Schnelligkeit bestätigen und ging als Sieger hervor, der sich über seinen Erfolg und einen Pokal sehr freute. Die 2. Klassen besuchten an diesem Tag auch noch den Wochenmarkt in Braunau, wo sie die Vielfalt von Gemüse und Obst kennen lernten.

Am nächsten Tag wurde daraus ein Obstsalat und eine Gemüsesuppe zubereitet. Die 3. Klassen führten am darauffolgenden Tag einen Waldgesundheitstag durch, an dem die Kinder den Wald mit allen Sinnen erkunden und wertschätzen sollten. Der Schutz und Nutzen des Waldes stand im Mittelpunkt dieser Erkundungen. Bei einem Rundgang auf dem Schellenberg mit Förster Gerhard Reiter erfuhren die Kinder vieles über das richtige Verhalten als Waldbesucher, lernten den Erholungswert des Waldes kennen, erhielten Informationen zu Pflanzen und Tieren des Waldes und bekamen erste Einblicke in eine nachhaltige Forstwirtschaft.

Der letzte Tag der Woche stand ganz im Zeichen gesunder und nachhaltiger Ernährung. Die 1. Klassen widmeten sich dem Thema „Rund um den Apfel“. Dabei wurde zunächst ein Apfel in seinen Bestandteilen genau untersucht und anschließend für ein gesundes Frühstück in einem Müsli verarbeitet. Alle Kinder bestätigten, wie lecker ein selbst gemachtes Müsli mit Apfelstücken schmeckt. Die Klasse 4a bereitete Obstspieße zu, die sie in der Pause zum Kauf anboten und so ein finanzieller Grundstock für ihre

Klassenfahrt gelegt wurde. In den 3./4. Klassen lernten die Kinder verschiedene Essensgewohnheiten und Gerichte aus anderen Ländern kennen und konnten sich an einem abwechslungsreichen Buffet an den mitgebrachten Speisen ihrer Mitschüler bedienen. Außerdem besuchte Frau Pichlmeier, Gesundheitsförderin der Klasse 2000, schwerpunktmäßig in dieser Woche einzelne Klassen. Bewegung kommt an der Grundschule auch nicht zu kurz. Der Bewegungsparcours „Voll in Form“ wurde im Schulhaus aufgebaut und fand/findet nach wie vor regen Zulauf. Die Schüler und Schülerinnen stellten am Ende der Woche fest, dass so eine Woche sich öfters wiederholen könnte.