

Viel Abwechslung bei der Gesundheitswoche an der Dr.-Rudolf-Eberle-Schule

Täglich wurde mindestens eine Unterrichtsstunde über Ernährung und Bewegung gesprochen. Fabienne Kaiser von der Physioabteilung der Klinik Wehrawald zieht positive Bilanz



Viele Anregungen zur gesunden Ernährung und Bewegung gab es in der Gesundheitswoche an der Todtmooser Schule. Das selbst zubereitete Frühstück schmeckte. Bild: Jörg Oehler

In der Woche vom 9. bis 13. März führte die Dr.-Rudolf-Eberle-Schule eine Gesundheitswoche durch. Täglich wurde mindestens eine Unterrichtsstunde über das Thema gesunde Ernährung und Bewegung gesprochen. So mussten die Schüler während dieser Gesundheitswoche auch ein Ernährungs- und Bewegungsprotokoll führen. Am Dienstag zeigte Fabienne Kaiser von der Physioabteilung der Klinik Wehrawald jeweils eine Stunde den Schülern der Klassen eins bis vier unterschiedliche Bewegungsmuster und Spiele. Dabei setzte sie auch ein großes Schwungtuch ein, was die Kinder begeisterte.

Die Gesundheitswoche endete für die Schüler dann mit einem gemeinsam zubereiteten gesunden Frühstück. Jede Klasse stellte in Eigenregie nach voriger Absprache im Lehrerkollegium leckere Obst- und Gemüsespeisen, Frischkäsebröte sowie Müsliriegel selbst her. Zur großen Pause wurde dann das große Frühstücksbuffet in der Schulküche zum Verzehr freigegeben.