



Spannendes zu Strom und Strahlung erläuterte Dirk Herberg den Schülern aus der 5b der Heinrich-Meyers-Realschule in Hamminkeln.

Fotos: Markus Joosten

Bewusstsein stärken

Projekt der Heinrich-Meyers-Realschule für die Fünftklässler rund ums Thema gesundes Leben



Tipps zur Entspannung gab's von Marita Hünting.

Margret Brüning

Hamminkeln. „Das ist eine gute Übung, wie ihr Euch vor einer Klassenarbeit beruhigen könnt.“ Kinesiologin Marita Hünting sitzt auf ihrem Stuhl und zeigt den Fünftklässlern, wie die sich besser konzentrieren können. Entspannung und Brain-Gym sind Bestandteile eines Projektes, das die Heinrich-Meyers-Realschule für Schüler des fünften Jahrgangs anbietet.

„Wir stellen fest, dass die Kinder oft unkonzentriert sind“, berichtet Heike Schut, 2. Konrektorin der Schule und gemeinsam mit Sozialpädagogin Sutkin Hillmer verantwortlich für das Projekt „Gesunde Schule - Gesund

leben im Umfeld Schule“. Vieles wirkt auf die Schüler ein, wenn sie nach der Grundschule in die weiterführende Schule kommen, weiß die Pädagogin. Um einen „sanften Übergang“ zu ermöglichen, nehmen die Fünftklässler an einer Jahrgangsstufenfahrt teil, bei der „Lernen lernen“ im Mittelpunkt steht. Daran soll das Projekt nun anknüpfen. „Die Schüler kennen Marita Hünting bereits von dieser Fahrt“, schildert Heike Schut. Die Kinesiologin spricht auch einige Schüler gezielt an, um sie bei den Entspannungsübungen zu motivieren.

Neben im Klassenraum erläutert Baubiologe Dirk Herberg die Zusammenhänge von Strahlungen, magneti-

sehen Feldern und Strom und bezieht damit gleichzeitig Dinge ein, die die Schüler zu Hause haben: Handy, Spielkonsole oder Computer.

Bausteine

Das Projekt „Gesunde Schule - Gesund leben im Umfeld Schule“ besteht aus drei Bausteinen, zu denen neben Entspannung, Brain-Gym und Spannendes zu Strom und Strahlung die Themenbereiche gesunde Ernährung und Mobbing gehören. Jeweils an drei Tagen geht es im Dezember mit gesundem Frühstück und gesundheitsbewusstem Einkauf weiter. Ein Theaterstück wird dann das Thema Mobbing aufgreifen.