

Gesundheitsgedanke zieht sich durch das Schuljahr

Im Schuljahr 2007/2008 gingen Schüler und Lehrer der Johann-Gottlieb-Fichte-Schule wieder neue Wege, um das Gesundheitsbewusstsein der Schülerinnen und Schüler zu fördern und für den Alltag zu sensibilisieren.

Seit diesem Schuljahr gibt es ein vollwertiges und abwechslungsreiches Frühstücksangebot bei dem Salate, belegte Brötchen, warme fettarme Snacks und kalorienreduzierte Leckereien die Schüler und Lehrer in die Schulkantine locken. Dazu gab die TKK eine Anschubfinanzierung für die Umsetzung des Projektes durch die Betreiberin der Kantine und den Neigungskurs „Flotte Köche“.

Um die Pausen attraktiver zu gestalten, wurde für Klasse 5 und 6 die Bewegung an frischer Luft auf dem Pausenhof wieder zur Pflicht, denn Sauerstoff und Bewegung lässt die geistige Aktivität auch in der Mittagszeit wieder ansteigen. Sport- und Spielgeräte dazu gibt es im Freizeitbereich der Schule auszuleihen.

Um die Bewegung der Schüler und ihr Körperbewusstsein mehr zu fördern, arbeiten wir im Rahmen einer intensiven Kooperationspartnerschaft mit dem GMZ Mittweida zusammen. Dabei steht einmal wöchentlich Gesundheitssport für die Schüler der Klassenstufe 5 parallel zum regulären Sportunterricht auf dem Programm. Gezieltes Ausdauer- und Kräftigungstraining wird den Schülerinnen und Schülern ebenso vermittelt, wie regelmäßige Puls- und Gewichtskontrolle und eine sinnvolle Umstellung der Lebensgewohnheiten.

Barich (Sportlehrerin)

