

Modellregion Kreis Recklinghausen

Ernährung

Gesundes Frühstück

Projekttag
Infoabend für die Eltern
Workshops mit Schüler/-innen
Anschaffung einer Getreidemühle
Müslifrühstück und Anschaffung einer Kornquetsche

Ziele: Vermittlung von Wissen und Fertigkeiten zum Thema ‚Gesundes Frühstück‘
Nachvollziehen von Verarbeitungsschritten

Gesunde Ernährung

Koch- und Back-AG
Anbau und Pflege eines Kräuterbeets

Ziel: Wissen über gesunde Ernährung und einheimische Gemüsesorten vertiefen



© Gabriele Rohde stock.adobe.com

Bewegung

Bewegungspausen

Projekttag
Klassenkisten mit Equipment
Lotte macht dich fit

Ziele: Bewegungsförderung im Schulalltag und zum Abbau von Aggressionen

Bewegungsspiele

Asphaltmarkierungen auf dem Schulhof

Ziel: Förderung der Bewegung und des Spiels im Schulalltag

Motoriktest

Durchführung im Rahmen von Sinnes- und Bewegungstagen

Ziel: Identifizierung des Fitnesszustandes und Ableitung eines möglicherweise veränderten Gesundheitskonzeptes

Psychosoziale Gesundheit

Selbstbewusstsein

Trommelworkshop

Ziele: Stärkung des Selbstbewusstseins und des Teamgeistes sowie Abbau von Unruhe, Ängsten und Stress



© Simona, stock.adobe.com

