

# Voll in Form

Die Bewegungs- und Gesundheitsinitiative „Voll in Form: täglich bewegen – gesund essen – leichter lernen“ zielt deshalb darauf ab, Bewegung und Ernährung systematisch und regelmäßig in den Schulalltag einzubeziehen. Die Initiative hat zum Ziel, die Kinder – gemeinsam mit ihren Eltern – für die Notwendigkeit guter, gesunder Ernährung und täglicher Bewegung als Basis von Gesundheit, Wohlbefinden sowie Lern- und Schulerfolg nachhaltig zu sensibilisieren. In der Praxis bedeutet dies, dass die Grundschüler an jedem Unterrichtstag, an dem kein Sportunterricht stattfindet, an einer intensiven Bewegungsphase von mindestens 20 Minuten teilnehmen sollen und möglichst mehrmals in der Woche ein gesundes Frühstück bzw. Pausenbrot zu sich nehmen sollen. Unsere Grundschule nimmt erfolgreich an dieser Initiative teil.

---

## Besuch auf dem Bauernhof

Ich wollt' ich wäre ein Huhn, da gäb` s nicht viel zu tun!

Von wegen! Das wissen wir, die Kinder der 2. Jahrgangsstufe, seit unserem Ausflug auf den Erlebnisbauernhof Neuhaus besser: Hühner scharren, gackern, laufen aufgeregt herum, legen Eier, von denen jeder von uns ein Hartgekochtes zum Probieren bekam, und sie fressen viel. Ihr Futter stellten wir uns selbst aus Getreide, altem Brot und Salat zusammen und die Hühner freuten sich anscheinend sehr darüber.

Mit den Hühnern leben noch Hähne, Schafe, Ziegen, Schweine, Meerschweinchen und ein Fuchs auf dem Bauernhof. Wir schüttelten aus Sahne selbst die Butter, die später ein Brot zu unserer Brotzeit machte. Lecker!

Ein Quiz ließ uns zu Bauernhof-Experten werden, und mit etwas Wolle kreierte wir noch ein kuscheliges Schafbild.

Leider war der Ausflug viel zu kurz und der Bus brachte uns wieder zur Schule

zurück!



