

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.