

# Bewegung als Thema

Ein umfassendes Projekt zum Thema Ernährung und Bewegung beschäftigt SchülerInnen der Fachschule Lankowitz.

Im vergangenen Schuljahr haben sich 60 SchülerInnen der Fachschule für Land- und Ernährungswirtschaft am Projekt „Jugend is(s)t in Bewegung“ beteiligt.

In diesem Schuljahr wird es in einer erweiterten Form fortgesetzt. Ziel des aktuellen Projekts „Jugend is(s)t berichtend in Bewegung“ ist es, einen Gesundheitsbericht von SchülerInnen für SchülerInnen zu erstellen. Dabei sollen Kenntnisse und Daten über Gesundheitsverhalten und Gesundheitszustand der SchülerInnen und Schüler gewonnen werden.

## Detaillierte Datenerhebung

Gemeinsam mit den SchülerInnen werden die Themen festgelegt, die Datenerhebung durchgeführt sowie Verbesserungsvorschläge erarbeitet und der Gesundheitsbericht erstellt. Daten können dabei, abhängig von den Interessenschwerpunkten der SchülerInnen, auf verschiedene Weise erhoben werden:

Über Fragebogenerhebung, sportmotorische Tests, Ernährungsprotokolle, Nährwertberechnungen sowie qualitative sozialwissenschaftliche Methoden.



*Bewegung ist gesund, macht schlank*

## Bewegung vor dem Unterricht

Kurze Bewegungseinheiten zu Beginn jedes Gegenstandes dienen der Konzentrationssteigerung und lockern den Unterricht auf. Gesunde Ernährung hat selbstverständlich oberste Priorität und wird im täglichen Speiseplan der Schule umgesetzt. Außerdem wird der mentalen Gesundheit vermehrt Beachtung geschenkt.

Um eine nachhaltige Verankerung des Projekts sowie die Nachvollziehbarkeit der einzelnen Schritte zu gewährleisten, soll gemeinsam mit den SchülerInnen und LehrerInnen darüber hinaus ein Handbuch mit der Anleitung zur Erstellung von Gesundheitsberichten in Schulen erarbeitet werden.

*und den Schülern viel Spaß.* Setono

## Erstellung eines Handbuchs

Der Zugang zu dem Projekt erfolgt aus unterschiedlichen Motiven. So meint Tanja Trini: „Ich habe mich für die Inter-

views entschieden, weil es mich interessiert, wie man sie fachlich richtig zusammenstellt und durchführt. Außerdem sind die verschiedenen Meinungen und Ansichten der Befragten interessant und aufschlussreich. Und Spaß macht das Ganze auch noch.“

## Gute Argumente

„Ich arbeite in dieser Gruppe, wo man sportmedizinische Tests durchführen lernt. Ich bin außerdem Fußballer und da kommen mir diese Informationen auch persönlich sehr zugute“, argumentiert Michael Negrean.

Für den Bereich der sportmedizinischen Tests hat sich Livia Pankratz entschieden, „weil wir praktische Tests durchführen und deren Ergebnisse mit anderen Schulen verglichen werden. Außerdem ist es interessant, wissenschaftlich zu arbeiten.“