

## Projektwoche «blyb zwäg»

**Alle paar Jahre bietet unsere Schule für sämtliche Klassen und Stufen ein Projekt an.**

### Thema

Bei der Evaluation der möglichen Themen im Sommer 06 war das ungenügende Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung in aller Munde. So waren sich die Lehrkräfte bald einmal einig, «Gesundheit» auch an unserer Schule zu thematisieren.

### Ziele

Unser Ziel war es, unsere Schülerinnen und Schüler Erkenntnisse erarbeiteten zu lassen, welche für ihre eigene Gesundheit von Bedeutung sind. So befassten sich alle in dieser Woche mindestens einmal mit den Themen Ernährung, Wohlbefinden und Bewegung.

### Projekte

Auf der Unterstufe setzten sich die Kinder jeden Morgen mit einem anderen Thema auseinander.

Am Montagnachmittag kamen die Kinder in den Genuss eines Puppentheaters. Die beiden Puppenspielerinnen verstanden es, die Thematik Übergewicht den Kindern und anwesenden Müttern näher zu bringen. Die Puppe Hans war ein «Redlikind», das tagtäglich von seiner Mutter mit dem Auto zur Schule gebracht und zudem tüchtig mit Schokolade versorgt wurde. Demzufolge war Hans übergewichtig und in der Schule oft Hänseleien ausgesetzt. Eine Änderung im Leben von Hans brachte der Drache Peppino, der ihm aus seiner ungemütlichen Situation heraushalf und ihn zu neuem Taten- und vor allem Bewegungsdrang motivieren konnte.

Auf der Mittelstufe hatten die Kinder die Qual der Wahl, konnten sie doch unter mehreren Angeboten auslesen:

Karate und Hatha-Yoga-Übungen, Herstellung von Energiespendern aus Müesliflocken, Produktion von Käse und Joghurt, Tanzen, Trommeln, Singen und Malen sowie das Thema Kräuter standen auf dem Programm. Zwei weitere Angebote fanden unter freiem Himmel statt. Die eine Gruppe baute an der Simme eine Schwitzhütte und übernachtete gleich vor Ort. Die andere Outdoorgruppe startete ihren Anlass am Abend mit einer Nachtwanderung. Unter kundiger Anleitung von André Troxler und seiner Crew überquerten die Kinder eine Hängebrücke und wurden über eine 40 m hohe Felswand abgeseilt. Am Freitagmorgen fand für die Schülerinnen und Schüler der Mittelstufe ein Morgen mit verschiedenen Sportlern sowie einem Rettungssanitäter statt. Mountainbiker Marc Rüdisühli, Behindertensportler Christoph Kunz, Badmintoninstruktor Jules van Enckevort und Rettungssanitäter Marc Stiller zeigten den Kids ihr Können vor Ort.

Die Schülerinnen und Schüler der Oberstufe konnten sich ebenfalls für zwei Workshops entscheiden. Essen und Trinken einmal anders, Wege zur besseren Befindlichkeit, Beweg di, Aquaphysio und Beachvolleyball, no smoke – more power waren die Angebote. Sich Gedanken machen über unsere Nahrung, Heiterkeit, Entspannung und Lebensfreude aktivieren, sich über den eigenen Fitnesszustand Gedanken machen, die Erfahrung sammeln, dass im

Wasser mit verschiedenen Hilfsmitteln die Muskulatur gestärkt werden kann und die ganze Thematik rund ums Rauchen beschäftigten die Kids. Am Dienstag ist die ganze Oberstufe ausgeflogen: eine Gruppe zog es nach Liesental, wo die Ausstellung «voll fett alles über Gewicht» und das Bad Zurzach besucht wurden. Eine zweite Gruppe wanderte über den Gemmipass und genoss in Leukerbad die Therme. Die dritte Gruppe blieb im Obersimmental und befasste sich mit dem Fischen: so wurde etwa die Fischzucht im Oberried an der Lenk besichtigt und anschliessend im Forellensee in Zweisimmen gleich selber Hand angelegt. Am Mittwochnachmittag erhielten die Kids Besuch von zwei Spielern des FC Thun.

Am Freitagmorgen wurde in dreistündigen Schnellkursen gelernt, wie ein Alphorn geblasen, ein Tarantella-Tanz und ein Step-Dance bühnenreif vorbereitet wird. Die Resultate der Kurse wurden sogleich am Nachmittag den anwesenden Zuschauerinnen und Zuschauern präsentiert.

Den Abschluss der Projektwoche bildete der Freitagnachmittag, der zuerst ganz im Zentrum der Bewegung stand. Die Kinder konnten sich auf dem Schulhausareal bei verschiedensten Bewegungsangeboten vergnügen. Anschliessend fanden in der Aula die Darbietungen der Schülerinnen und Schüler statt. Die Kinder der Unterstufe führten ihren in der Woche erlernten Rap zum Thema «blyb zwäg» vor. Auch gezeigt wurden verschiedene Tänze und die Alphorngruppe der Oberstufe. Den Höhepunkt bildete die Seiltänzerin Alexandra Jäggi, welche auf dem Seil balancierend über die Balance im Leben philosophierte und anschliessend ihren Tango auf dem Schlappseil zum Besten gab.

Im Rahmen der Projektwoche fanden verschiedene öffentliche Elternanlässe statt. Cornelia Werner von der Fachstelle Berner Gesundheit Thun, referierte an zwei Abenden über die Themen «Freiheit in Grenzen: Kinder stark machen» für Eltern von Kindern zwischen 6 und 12 Jahren und «Halt sagen – Halt geben» für die Eltern von Kindern im Pubertätsalter. Am letzten Donnerstag trug Jakob Wampfler Geschichten aus seinem Leben und Buch vor «Vom Wirtshaus ins Bundeshaus».

© SIMMENTAL ZEITUNG

Letzte Aktualisierung: 05.07.2007

Erschienen: 05.07.2007