

Blick aktuell

21. Juli 2018

KGS Meckenheim verfolgt seit neun Jahren Gesundheitsprogramm

Grundschule zum dritten Mal als „Tut mir gut-Schule“ ausgezeichnet



Die KGS Meckenheim ist eine „Gesunde Schule“ (v. I.): Hermann Allroggen (kivi e.V.), Heike Rabe (OGS), Corinna Stühm (Schulleitung), Dieter Schmitz (Rhein-Sieg-Kreis) und Dr. Rainer Meilicke (Leiter des Gesundheitsamts.) freuen sich mit den Kindern über diesen Erfolg. Fotos: CEW



Meckenheim. 2009 hatte die Katholische Grundschule in Meckenheim begonnen, sich mit dem Zertifikat „Gesunde Schule – Tut-mir-gut-Schule“ des kivi e.V. zu befassen. Vom Rhein-Sieg-Kreis angeregt, begleitet der Verein zur Gesundheitsförderung Bildungseinrichtungen auf ihrem Weg zu gesunden Lern- und Lehrgrundlagen. 2011 hatte es die KGS Meckenheim erstmals geschafft, alle Teile des Programms in ihren Lehr- und Lernalltag zu integrieren. Anfang Juli dieses Jahres, rund neun Jahre nach den ersten Schritten, erhielten die Aktiven bereits die zweite Rezertifizierung und damit die dritte Auszeichnung für ihre Arbeit.

„Daran, dass wir nichts Ungesundes essen“, erklärte einer der knapp 400 Schüler auf die Frage, woran er erkenne, dass das hier eine „Gesunde Schule“ sei. Andere fanden den Sport wichtiger, manche auch die Pausen nach dem Sport. Tatsächlich stützen sich die maßgeblichen Pfeiler des Programms darauf, den Kindern die drei wichtigsten Gesundheitskomponenten mit auf den Weg zu geben: gesunde Ernährung, regelmäßige Bewegung und Entspannung. „Zu viel Stress ist nicht gut, zu wenig Bewegung aber auch nicht“, erklärte eine Schülerin.

Süßigkeiten ersetzen nicht das Pausenbrot

„So ein Programm zusammen mit euch aufzubauen, dahinter steckt auch viel Arbeit“, erklärte Dieter Schmitz vom Rhein-Sieg-Kreis. Nicht nur, dass die Lehrer den Kindern vermitteln müssen, dass Süßigkeiten kein Ersatz für ein gesundes Schulbrot und Rohkost sind. Auch ein weitgreifendes Sportprogramm, das in den Alltag integrierbar ist, musste her. Außerdem lernten die Kinder, wie wichtig es ist, nach körperlicher aber auch nach geistiger Anstrengung gezielt Pausen einzulegen. All das hatte die KGS gemeinsam mit der offenen Ganztagsbetreuung umgesetzt.

Programm gefällt auch den Eltern gut

„Das Zertifikat bekommt man nur für rund drei Jahre“, erklärte Heike Rabe, Leiterin der OGS. Danach müsse man die Rezertifizierung in Gang setzen, um weiterhin den Titel tragen zu dürfen. Das Programm kommt auch gut bei den Eltern an. „Für mich war das ein Grund, meinen Sohn hier anzumelden“, erklärte eine Mutter. „Lesen und Schreiben sind wichtig. Aber diese Dinge muss man auch fürs Leben wissen.“ Dass die Kinder den gesamten Kontext verstanden hatten, zeigten sie mit einem Lied, das sie feierlich im Rahmen der Rezertifizierung vortrugen. Außerdem hatte die Theater-AG mit dem Chor und weiteren Mitstreitern ein Stück vorbereitet. Darin erklärt er Eisbären und Pinguine kindgerecht, warum Verschwendung nicht gut für unseren Planeten ist, und wie unser eigenes Wohlbefinden auch mit unserer Umwelt zusammenhängt.