



Lokalkompass Dinslaken-Voerde-Hünxe

aus Dinslaken

- 5. Oktober 2021, 06:00 Uhr

DINSLAKEN: KREISSPORTBUND WESEL LÄDT SCHÜLER ZUM AKTIONSTAG EIN

Es wird geschnippelt, geschmiert, geklebt, gebastelt, genascht und geschmeckt

Aus den Grundschulen



- hochgeladen von [Anastasia Borstnik](#)

Im Rahmen des Projekts „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ führt der KSB Wesel e.V. am Donnerstag, 7. Oktober, in der Klaragrundschule Dinslaken einen Gesundheitstag unter Berücksichtigung der aktuellen CoronaSchutzVerordnung durch.

Im Vordergrund stehen an diesem Vormittag die Themen „gesunde Ernährung“ und „sportliche Betätigung“. Gefördert und unterstützt wird dies durch den LandesSportBund NRW und die Staatskanzlei des Landes NRW. Alle neun Schulklassen durchlaufen im Laufe des Vormittags drei Workshops, in denen sowohl das praktische Zubereiten eines gesunden Pausensnacks als auch die Theorie – „Wie setzt sich eigentlich die Ernährungspyramide zusammen?“-realisiert werden. Es wird geschnippelt und geschmiert, geklebt und gebastelt, genascht und geschmeckt. Die Ernährungsberaterinnen klären in einer spielerischen Weise auf, wobei der Spaß beim Selbstmachen im Vordergrund steht.

Workshop zu "Bewegung"

In einem weiteren Workshop dreht sich alles um „Bewegung“, die gerade im letzten Jahr zu kurz gekommen ist. Ortsansässige Vereine (u.a. der MTV Dinslaken, TV Jahn Hiesfeld und JJS Dinslaken) unterstützen das Projekt und bieten Handballschnuppertraining und Ballschule mit Alltagsmaterialien an. Auf einem „Rollsport“ -Parcours auf dem Schulhof können die Schüler zusätzlich in Schutzkleidung mit ihrem individuell mitgebrachten Gefährt trainieren (Fahrrad, Roller, Inline, etc.).

Das "Wiederbelebungsphantom"

Weitere ergänzende Themen zum Bereich der Gesundheit werden angeboten. Einige Klassen beschäftigen sich mit dem „Wiederbelebungsphantom“. Angeleitet durch die DLRG Ortsgruppe Wesel erhalten die Kinder eine Erste-Hilfe-Schnupperstunde mit praktischen Übungen rund um Pflaster und Verbände sowie das Verhalten im Notfall. Weitere Gruppen erarbeiten in einem „Hygienequiz“ Tipps rund um die Kinderkörperpflege und im letzten Workshop schult eine Übungsleiterin des TuS Xanten die Schüler zum Thema „Selbstbehauptung“.