

Einblick in die Herausforderungsgruppe

„Gesunde Ernährung und Sport“

Montagvormittag, erster Tag des Herausforderungsprojektes, und schon beim Eingang der Schule merkte man, hier fehlen eine Menge Schüler, diese waren nämlich fast alle unterwegs.

Doch ein paar Schüler und Gruppen konnte man noch im Schulhaus antreffen.

Und genau diese Schüler, welche man im Schulhaus oder in naher Umgebung antreffen konnte, besuchen wir, das Redaktionsteam, in den nächsten Tagen.

Gleich am ersten Tag besuchte ich die oben schon genannte Gruppe „Gesunde Ernährung und Sport“.

Diese Gruppe traf sich mit mir am Montagvormittag in der Schule um gemeinsam ein sowohl leckeres als auch gesundes Mittagessen füreinander zu kochen. Nachdem einige Schülerinnen zwei Stunden vor dem Treffen alle nötigen Zutaten gekauft hatten, konnte es losgehen. Von Schinken schneiden, bis zum Eier aufschlagen hatte jeder der zugeteilten Kochgruppe etwas zu tun.



Nach einer Weile und ein paar Missgeschicken kam dann ein gesundes Mittagessen zustande.

Nach einer leckeren Mittagspause und einem kleinen „Aufräummanöver“ ging die Herausforderungsgruppe in die Sporthalle,

um sich nun auch dem letzten Wort in dem Namen der Gruppe zu widmen
– Sport war angesagt!

Eigentlich war ein Training im Fitness-Center geplant, dieses jedoch musste den Schülern kurzfristig absagen, so kamen sie auf die Idee, die nebenan stehende Turnhalle zu benutzen.

Nachdem die Gruppe ihr Programm abstimmte, konnte es nach einem intensiven Aufwärmspiel losgehen. Die Gruppe entschied sich für mehrere verschiedene Ballspiele, welche sie auch nachdem Aufwärmen alle praktizierten.

Am Nachmittag endete dann der erste Tag für die Gruppe „Gesunde Ernährung und Sport“, jedoch ein paar Schüler standen mir noch zu einem Interview bereit. Im Interview stellte ich sehr schnell fest, dass es allen Beteiligten schon am ersten Tag sehr gefiel in der Gruppe und dass sie sich vornehmen wollen, auch nach Ende des Projektes sich weiterhin relativ gesund zu ernähren und sie die Motivation zum Sport machen behalten. Am Schluss des Interviews sagte eine Teilnehmerin noch, dass es zwar ungewohnt sei, jeden Tag so viel Sport zu machen, aber genau darin bestehe ihre richtige Herausforderung.

Unterm Strich war dies ein anstrengender, aber erfahrungsreicher erster Tag.

Robin Ernst, Redaktionsteam