

## Die Grundschule Michael Stifel Annaburg setzt Gesundheitsprävention auf den Stundenplan



Mit der Teilnahme am Präventionsprogramm fit4future Kids hat unsere Schule das Thema Gesundheitsförderung erneut auf die Agenda gesetzt, denn die Weichen für ein gesundes und glückliches Leben werden früh gestellt. Die Schülerinnen und Schüler und das Kollegium lernen in den kommenden Jahren mit fit4future, nachhaltig und selbstständig ein gesundheitsförderliches Umfeld für Kinder und Lehrkräfte gleichermaßen zu schaffen. Seit 2016 begleitet die bundesweit einmalige Initiative der DAK-Gesundheit und der fit4future foundation schon mehr als 1,2 Millionen Kinder und Jugendliche an 3.100 Kitas und Schulen auf ihrem Weg zu einer gesünderen Lebenswelt. Damit reagieren die Initiatoren auch auf negative Gesundheitsfolgen in der Pandemie wie Bewegungsmangel, Stress oder Ernährungsprobleme.

Schwerpunkte von fit4future sind die Themenfelder **Bewegung, Ernährung, psychische Gesundheit und geistige Fitness sowie Suchtprävention**. Die Schule erhält zur Umsetzung von Maßnahmen hierzu – wie alle Teilnehmenden – ein passgenaues Programm, aufbauend auf ihrem Erfahrungsstand in Gesundheitsförderung und Prävention. Dieser Status quo wird mithilfe des fit4future-Checks ermittelt, einem digitalen Fragebogen, den jede Einrichtung zum Start ausfüllt. Darauf basierend kann die Schule loslegen und Schritt für Schritt, unterstützt von fit4future, den Weg in die Eigenständigkeit antreten.

Nachdem bereits in den Teamstunden der Klassen 1 und 2, sowie in der AG „Fit 4 Future“ schon viele Bewegungs- und Entspannungsübungen sowie Materialien der mitgelieferten Spielboxen ausprobiert wurden, fand am 31.03. 2023 die Übergabe des Schildes statt:



Alle Kinder lernten in kurzweiligen Übungen die 4 Bereiche kennen und waren begeistert. Im Juni ist der 1. Aktionstag für die Klassen 1 und 2 geplant. Bewegtes Lernen, entspannen und gesunde Ernährung sollen zur Regelmäßigkeit in allen Klassenstufen und Unterrichtsfeldern werden. Dafür gibt es nicht nur für die Kinder regelmäßige Anregungen aus der Ideenkiste.