

# Projektwoche

der

„Nachhaltigkeit und Gesundheit“

17. - 21. Oktober 2022

Friedrich - Rückert - Grundschule



Schweinfurt





## Liebe Kinder, liebe Eltern der Friedrich-Rückert-Grundschule!

Welch tolle Woche der „Nachhaltigkeit und Gesundheit“ durften wir vom 17. bis zum 21. Oktober 2022 gemeinsam erleben!

Vom Arbeiten im Schulgarten, gemeinsamen Brot backen, nachhaltige Spielsachen herstellen, Blumentöpfe und Gewächshäuser basteln, Geschenktüten bedrucken, Angebote zur Stressbewältigung, Erforschung der Sinne und vielen gemeinsamen Ausflügen – es war einfach unglaublich viel geboten!

Bedanken möchte ich mich an dieser Stelle bei den vielen externen Partnern, die uns zur Seite standen:

Frau Bürgermeisterin Sorya Lippert

Herr Stefan Labus, Kindertafel

Frau Eva Dümmler, Verein Jugend mit Zukunft

Frau Theresa Glöckner, Solawi-Gärten Bergheinfeld

Herr Florian Haensel, Forstamt Schweinfurt

Frau Jaqueline Köhler, Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

Frau Gisela Staffort-Hartlieb, Yogastudio

Und vor allem gilt mein Dank der ganzen Schulfamilie, die diese Woche so engagiert gestaltet hat!

Unsere besondere Woche stieß sogar am Kultusministerium in München auf Interesse. So eröffnete am Montag, den 17.10.22, die Staatssekretärin Anna Stolz zusammen mit Vertretern der Stadt Schweinfurt, des Schulamtes und des Kompetenzzentrums für Ernährung unsere Projektwoche.



Staatssekretärin Anna Stolz, Rektorin Sabrina Neckov,  
Konrektorin Tanja Kärpf

Die besonderen Projekte werden uns allen noch lange in Erinnerung bleiben. Damit auch Sie, liebe Eltern, ein paar Eindrücke von unserer Aktionswoche erhalten, haben wir für Sie und als Erinnerung für Ihre Kinder dieses Heft zusammengestellt.

Ich wünsche Ihnen nun viel Spaß beim Lesen!

Sicher können Ihre Kinder noch viele Geschichten über das Erlebte erzählen.

Sabrina Neckov, Rektorin





## Projekt mit der 2. Bürgermeisterin Sorya Lippert in der 4c

Im Rahmen der „Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit - Gemeinsam wachsen“, die von Frau Staatssekretärin Anna Stolz am Montag in der Friedrich-Rückert-Grundschule gestartet wurde, besuchte die 2. Bürgermeisterin der Stadt Schweinfurt Sorya Lippert die Klasse 4c für ein Projekt zum Thema „Ernährung“. Unterstützt wurde sie dabei von zwei Studierenden.



Einige Klasseneltern der 4c nahmen ebenfalls teil und bereicherten das Projekt mit ihren Erfahrungen. Frau Lippert berichtete den Kindern und ihren Eltern von ihrer eigenen Kindheit in Pakistan und verknüpfte dies mit dem Thema Ernährung und der Bedeutung gesunder Ernährung in den Familien heutzutage. Die Kinder berichteten motiviert von ihren Lieblingsgerichten und erzählten, wie wichtig und schön die gemeinsamen Mahlzeiten zuhause vor allem am Abend und an den Wochenenden sind.



Aktiv wurden die Kinder, indem sie eigene Zeichnungen für Frau Lipperts Ernährungsprojekt beisteuerten. Dafür zeichneten sie ihr Lieblingsgemüse und ihr Lieblingsgericht. Dabei konnten die Kinder auf Vorwissen zur Ernährungspyramide aus dem letzten Schuljahr zurückgreifen, welches sie mit einer Ernährungsberaterin erarbeitet hatten.

Die Klasse 4c bedankt sich herzlich für dieses informative Projekt bei der 2. Bürgermeisterin der Stadt Schweinfurt Frau Lippert und allen unterstützenden Eltern.

Matthias Helbig







## Von ganz laut bis ganz leise – Workshops der Klasse 4b

Die Projektwoche „Gesundheit und Nachhaltigkeit“ startete für die 4b am Montag mit gleich drei Workshops. Geteilt in Kleingruppen wechselten die Kinder durch die verschiedenen Angebote.

Bei der Trommelreise, angeleitet von Manuela Rösch, konnten die Kinder ihr Rhythmusgefühl unter Beweis stellen und es durfte auch etwas lauter zugeh'n.



Im Gegensatz dazu ging es im Entspannungs-Workshop von Ruth Braum eher um leisere Töne, um das Reflektieren von eigenen Gefühlen und um das Loslassen. (siehe dort)

Im Sinne der Nachhaltigkeit durfte dann noch jedes Kind bei Schulsozialarbeiterin Daniela Kühl-Dürr einen Blumentopf aus alten Tetra-Paks basteln und auch gleich Kresse ansäen.





## Gemeinsames Brotbacken mit Sauerteig in der Klasse 4a

Der Montag in der Klasse 4a stand ganz im Sinne der Nachhaltigkeit. In der Schulmensa hatten wir die Gelegenheit in sechs Kleingruppen unseren eigenen Teig für ein leckeres Vollkornbrot zusammenzustellen.



Zu Beginn starteten wir mit der Auswahl des Getreides für unser Brot. Neben Dinkel gab es auch Emmer, Buchweizen und Roggen. Zu sehen, wie aus den Körnern durch die Mühle Vollkornmehl gemahlen wurde, war für viele Kinder ein echtes Erlebnis. Aus dem frischen Mehl, Wasser, etwas Salz und dem schon vorbereiteten Vorteig rührten die Schülerinnen und Schüler ganz fleißig ihre Grundlage für das Brot an.

Dabei war es natürlich sehr wichtig, dass die Zutaten entsprechend der Angaben auf dem Rezept genau abgewogen wurden. Der Umgang mit einer digitalen Waage war für einige Kinder eine Herausforderung, die sie mit gemeinsamer Unterstützung gut bewältigten. Wer sein Brot mit Sonnenblumenkernen oder Leinsamen verfeinern wollte, hatte zum Schluss die Möglichkeit diese noch in den Teig oder auf das ungebackene Brot in der Kastenform hinzuzugeben.



Als am nächsten Morgen das gebackene Brot im Klassenzimmer ausgepackt wurde, staunten die Kinder nicht schlecht, welche köstlich duftenden Brote aus ihren Teigen entstanden waren.



Voller Vorfreude bereiteten sie die Scheiben ihres eigenen Brotes vor und bestrichen sie mit Butter oder Frischkäse. Um auch den Rest der Schulfamilie an dem tollen Geschmackserlebnis teilhaben zu lassen, verteilten die Klasse diese dann in der Pause auf dem Hof und im Lehrerzimmer. Die Rückmeldung, dass es vielen sehr gut geschmeckt hatte, bestätigte die Kinder nochmals in dem Sinn ihrer investierten Arbeit. Bestimmt werden die Eindrücke dieser besonderen Zeit noch länger nachklingen.





## Sammeln für den Wald – Waldtag der Klassen 3a und 3b

Die Klassen 3a und 3b machten sich am ersten Tag der Projektwoche auf den Weg in den Wildpark, um dort mit Herrn Haensel vom Forstamt etwas für den Schweinfurter Stadtwald zu tun.



Gemeinsam sammelten wir über mehrere Stunden hinweg insgesamt 60 Kilogramm Eicheln vom Boden auf, die bald auf einer freistehenden Fläche im Stadtwald ausgestreut werden sollen. So können aus den gefundenen Eicheln wieder neue Eichenbäume wachsen.



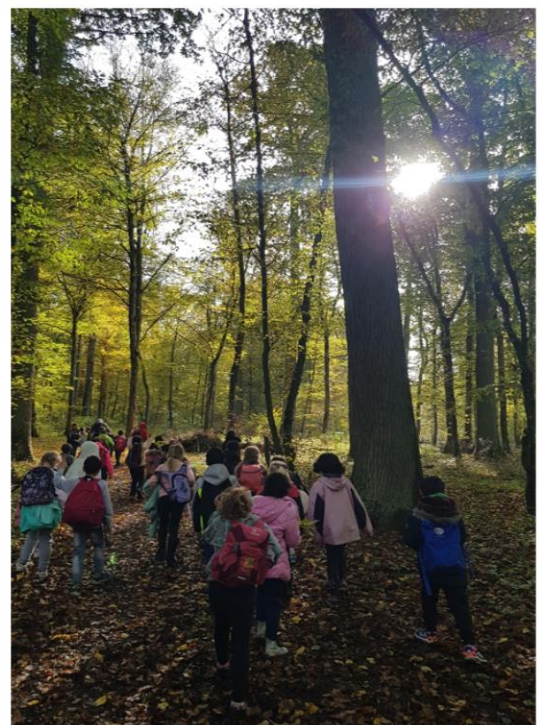




## Sammeln für den Wald – Waldtag der Klassen 3a und 3b



Nach getaner Arbeit durften wir spontan noch zuschauen, wie ein ungefähr 150 Jahre alter, riesiger Baum gefällt wurde, weil er krank war. Um ihn herum ist jetzt wieder genug Licht und Platz, damit junge Pflanzen und Bäume wachsen können. Am Ende versprach uns Herr Haensel als Belohnung für die vielen gesammelten Eicheln schließlich noch einen Preis: Einen jungen Baum für unseren Schulgarten!







## Die Klassen 2a, 2b und 2c fahren zur SOLAWI nach Bergrheinfeld

Im schönen Erntemonat Oktober macht es besonders Spaß, verschiedenste Gemüsesorten kennenzulernen, zu ertasten, zu riechen, zu beschreiben und natürlich zu probieren! Im Schulgarten konnten wir im September schon Kartoffeln ernten und kleine Tomaten naschen. Doch nun ging es um den Gemüseanbau im großen Stil! So führte der Weg die Klassen 2a, 2b und 2c – jede einzeln für sich – nach Bergrheinfeld zur SOLAWI.



Kaum angekommen, machten wir uns mit Lauch, Karotten, Sellerie, Zucchini und Co bekannt und entdeckten auf den Beeten, unter Schutzfolien oder in Folientunneln Weiß-, Rot- und Grünkohl, Staudensellerie, Paprika, Kräuter aller Art und seltene Gemüsesorten wie z. B. den Palmkohl.







## Die Klassen 2a, 2b und 2c fahren zur SOLAWI nach Bergrheinfeld

Als nächster Programmpunkt stand die Zubereitung einer leckeren Gemüsesuppe auf dem Plan. In Kleingruppen wurde fleißig und schön vorsichtig das Gemüse kleingeschnitten. Eine spannend vorgelesene Geschichte von der „Steinsuppe“ half, die Wartezeit bis zur warmen Mahlzeit zu überbrücken.

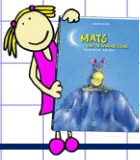


Endlich war es dann so weit! Geduldig reichten sich die Kinder zur Warteschlange und wurden mit einer dampfenden Tasse Gemüsesuppe belohnt. Was kann es an einem kühlen Oktobertag Besseres geben?

Und so machte wir uns zufrieden und erfüllt von vielen neuen Eindrücken auf den Heimweg.

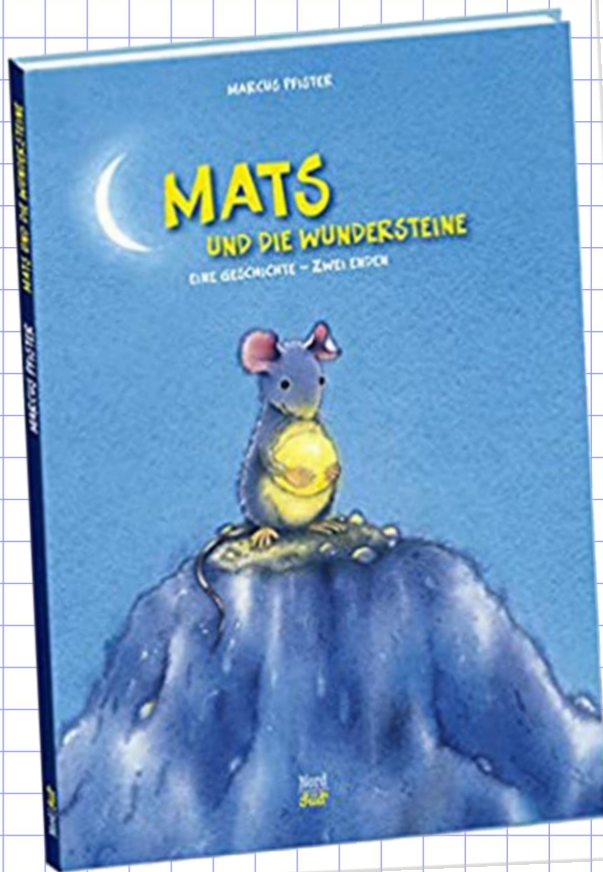






## Mats und die Wundersteine – Das Finale für die Klasse 2c

Die Klasse 2c beschäftigte sich über mehrere Wochen mit dem Bilderbuch „Mats und die Wundersteine“ und beendete die Sequenz in der Woche der Nachhaltigkeit.



Durch das Bilderbuch lernten die Kinder den nachhaltigen Umgang mit Ressourcen kennen. Das Singen passender Lieder und deren tänzerische Gestaltung führten zu einem ganzheitlichen Durchdringen des Inhaltes.

In der Woche der Nachhaltigkeit besuchte die Klasse 2c außerdem die SOLAWI in Bergsrheinfeld, nahm am Yogaangebot teil, besuchte den Sinnesparcours und das Bilderbuchkino zum Thema Angst.

Daniela Kaiser





## Erfahrungen mit allen Sinnen für die Klassen 1a, 1b und 1c

Für die ersten Klassen verwandelte sich das Vorkurszimmer in einen Sinnespfad mit fünf Stationen zu den wichtigsten Sinnen: Sehen, Tasten, Riechen, Schmecken und Hören.

Gleich am Montagmorgen startete die Klasse 1a in Kleingruppen an der Tast-Station. Farbenfrohe Augenbinden „schalteten“ den Sehsinn „aus“ und so durfte gefühlt und vermutet werden, was sich in den Fühlsäckchen verbarg.

Staatssekretärin Anna Stolz schaute bei ihrem Besuch vorbei und durfte natürlich auch mitmachen – mit sichtlicher Freude!



Dabei suchten wir auch passende Wörter für die unterschiedlichen Oberflächen.

Die Ganztagskinder machten sich im Hof auf die Suche nach interessanten Strukturen und stellten sich gegenseitig Partnerarbeit „Fühlrätzel“.





## Erfahrungen mit allen Sinnen für die Klassen 1a, 1b und 1c

Besonders viel Spaß hatten die Kinder bei der Station zum Schmecken. Es gehörte auch ein bisschen Mut dazu, sich auf unbekannte Geschmackserlebnisse einzulassen.

Besonders überraschte die Kinder das Experiment mit den drei verschiedenfarbigen Säften:

Zunächst sollten die Kinder vermuten, welcher Saft am süßesten ist: der rote, der gelbe oder der grüne?



Dann wurden die Vermutungen im Geschmackstest überprüft. Die meisten Kinder wählten den roten Saft als den süßesten unter den Dreien.

Welch eine Überraschung bei der Auflösung! Es war dreimal Apfelsaft: einmal pur, einmal mit roter und einmal mit grüner Lebensmittelfarbe eingefärbt!

So können unsere Augen und unsere Erfahrung unseren Geschmacksinn täuschen!

Corinna Merkl







## Fleißige Helfer und Helferinnen der 1b bei der Kindertafel

Die Kinder der Klasse 1b waren in der Projektwoche zu Besuch bei der Schweinfurter Kindertafel. Dort werden jeden Tag 300 Tüten für Kinder vorbereitet, die kein eigenes Pausenfrühstück mitbringen können. Herr Labus zeigte uns, wie das alles vorbereitet wird und wir halfen, die Tüten aufzufalten und mit einem Getränk und leckerem Obst zu füllen.

Dann mussten immer genau neun Tüten in einer Reihe stehen - gar nicht so einfach für Schulanfänger, die erst seit fünf Wochen Rechnen lernen! Aber gemeinsam bekamen wir das toll hin und sahen, dass die vielen freiwilligen Helfer dort eine wichtige Arbeit leisten.



Unser tolles Plakat wird in der Küche der Kindertafel aufgehängt und erfreut die fleißigen Helferinnen dort. Zur Belohnung für unsere Hilfe durften wir uns dann noch stärken und erhielten einen coolen Helfer-Anstecker.







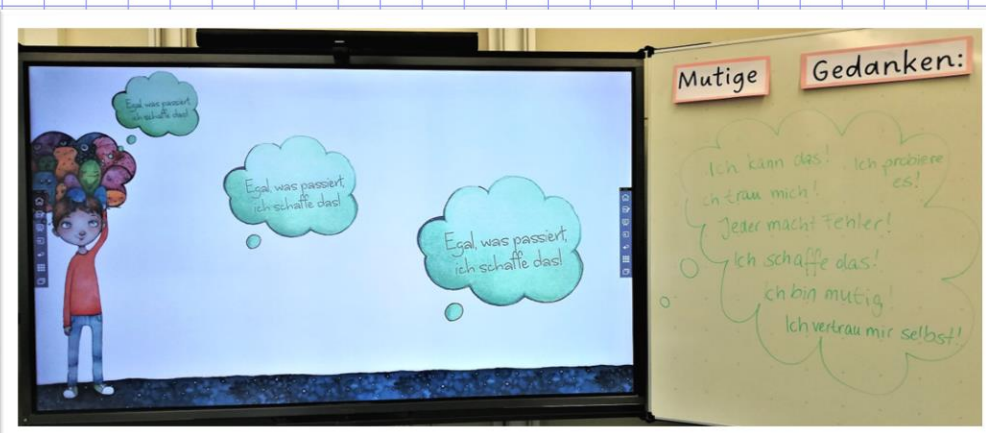
## Workshop Bilderbuchkino: „Hey, du bist großartig!“

Der Workshop zum Buch „Hey, du bist großartig“ von Karen Young und Norvile Dovidonye begann mit einer Vertrauensübung der ganzen Klasse. Jeder schloss die Augen und diejenigen, die schon einmal Angst empfunden haben, durften sich melden. Bevor sich die Augen aller wieder öffneten, senkten die Schülerinnen und Schüler ihre Arme. Puh – das war eine Überwindung. Die Kinder wurden direkt mit dem Thema Angst konfrontiert und erzählten angeregt von eigenen Erfahrungen und individuellen Angstsymptomen. Das daraufhin vorgelesene Buch „Hey, du bist großartig“, dessen Bilder ganz im Stil eines Kinobesuchs auf der digitalen Tafel gezeigt worden sind, thematisierte kindgerecht die Ursachen, die Symptome und Bewältigungsmöglichkeiten von Angst.



Die Schülerinnen und Schüler konnten durch die vom Buch angeleiteten Übungen lernen mit ihren Ängsten umzugehen. Die Atemtechnik und auch das Formulieren von positiven, mutigen Gedanken vermittelten die Steuerbarkeit von Ängsten und deren Auswirkungen auf die eigenen Gefühle und Taten. Begleitet von einem umkehrbaren Gefühlskuscheltier fiel das Umformulieren von ängstlichen zu mutigen Gedanken leichter. Weiterhin wurde der Blick auf Stärken und besonderen Fähigkeiten gerichtet, um zum Mutigsein zu motivieren.

Das Sammeln von individuellen mutigen Taten und Erfahrungen stärkte das Selbstvertrauen der Schülerinnen und Schüler. Abschließend unterstützte das Notieren eines mutigen Gedankens für zu Hause das Weitertragen und Aufrechterhalten des gestärkten Selbstbewusstseins und der mutigen Vorhaben der Schülerinnen und Schüler an diesem Tag.





## Workshop „Recycle dir deinen Blumentopf aus Tetrapak!“

In der Projektwoche ging es unter anderem um gemeinsames Erleben, um den Umgang untereinander und mit sich selbst und darum, Sorge zu tragen dafür, was man tut und wie man sich verhält. Einen Aspekt hiervon stellt die Nachhaltigkeit dar. Den Kindern wurde vermittelt, dass man bewusst mit der Umwelt umgehen muss, um sie zu schützen und zu erhalten.



Dass man seinen Müll nicht in der Natur lassen sollte, weiß heutzutage jedes Kind. Doch was gibt es überhaupt für Müll? Wir untersuchten und unterschieden verschiedene Arten von Müll. Woraus kann man wieder etwas produzieren? Was hat Mülltrennung damit zu tun? Bei welchen Materialien geht das unkompliziert, wo muss großer Aufwand betrieben werden, um die Wertstoffe wieder aufzubereiten? Schließlich wendeten wir uns den „Verbundverpackungen“ (Tetrapaks) zu.

Die Kinder stellten fest, dass unterschiedliche Materialien hier miteinander verbunden wurden und versuchten, diese voneinander zu trennen.

So erlebten sie den damit einhergehenden Aufwand hautnah. Die Kinder sahen, welche Menge an Tetrapaks das Kollegium in kurzer Zeit zusammentragen konnte und bekamen so eine Vorstellung davon, welche Ausmaße dies in der Wiederverwertungsanlage annehmen muss.



Da auch wir wieder etwas Schönes aus dem Müll herstellen wollten, schnitten wir unsere alten Verpackungen zu, trennten die Pappschicht der Tetrapaks ab, schlugen den oberen Rand für mehr Stabilität um und verzierten unsere so gewonnenen Blumentöpfe wie es uns gefiel.





## Workshop „Recycle dir deinen Blumentopf aus Tetrapak!“

Anschließend füllten wir behutsam Erde und Kressesamen hinein, gossen alles vorsichtig und warteten gespannt, bis die Pflänzchen keimten.



Die Erstklässler stellten meist von selbst fest, wie schwer ihnen das Trennen der verschiedenen Schichten fiel.

Daher bastelten, verzierten und bepflanzten wir zusammen Mini-Blumentöpfchen aus Papprollen und freuten uns an den tollen Ergebnissen.



Insgesamt wurde das Projekt an vier Tagen angeboten und von sieben Klassen besucht.





## Entspannungs-Workshop für die Großen „Stress lass nach!“

In Kleingruppen überlegten die Dritt- und Viertklässler zunächst, welche der „Gefühlsmonster“ auf den Karten im Sitzkreis gestresst aussehen.

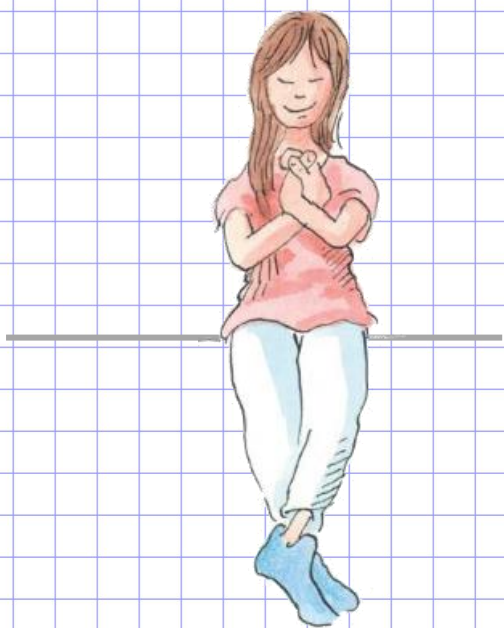
Dann sammelten die Kinder Situationen, in denen sie Stress empfinden und woran wir Menschen eigentlich merken, dass wir gestresst sind:

Wir können dann schwitzige Hände, Herzklopfen oder Kopfschmerzen bekommen. Aber nicht nur am Körper bemerken wir Stress, auch unsere Gedanken und Gefühle sind anders, wenn wir gestresst sind.



Frau Braum zeigte dann den Kindern verschiedene Möglichkeiten, was wir gegen Stress tun können.

Die erste ist der „Überkreuztrick“. Dieser Trick kann uns helfen ganz ruhig zu werden.



aus: „Klopfen für Kinder – Das Vorlesebuch“  
mit Illustrationen von Karl-H. Volkmann

Dann lernten die Kinder die progressive Muskelrelaxation (PMR) als eine einfach umsetzbare Methode zur Selbstregulation bei Stress kennen. Dabei spannten die Kinder eine Auswahl an Muskelgruppen nacheinander für jeweils etwa zehn Sekunden an und ließen diese dann wieder locker, dabei spürten sie die Entspannung in diesen Muskelgruppen und nahmen im Idealfall eine warme Schwere wahr. Wer Interesse hatte, erhielt für die Übung noch auf einem Arbeitsblatt zum Ausprobieren zu Hause.





## „Der Löwe und die Maus“ – mit der Trommel nach Afrika

Mit auf die Trommelreise nach Markus Hoffmeister kamen die Klassen 4a, 4b, 4c und 1a der Friedrich-Rückert-Grundschule.

In Kleingruppen von sechs und sieben Kindern nahm die Erzählerin die Schülerinnen und Schüler mit auf eine Reise nach Afrika. Im Gepäck: Eine große und sieben kleine Djemben.

Im gemeinsamen Trommeln geht es vor allem auf das Aufeinander-Hören, in einen gemeinsamen Rhythmus hineinkommen, Signale miteinander vereinbaren und einhalten. Auch das Sich-Einfügen in einen Gruppenrhythmus gehört mit dazu. Dies stärkt die soziale Verbundenheit miteinander und fördert das Gemeinschaftsgefühl. Bei der Trommelerzählung werden die Kinder in ihrer Phantasie angeregt und können so die Geschichte kreativ mitgestalten und miterleben. Das Trommeln fördert auch das persönliche Selbstwertgefühl: „Ich kann trommeln!“

Zu Beginn durfte sich jedes Kind ein Sitzkissen aussuchen und bei afrikanischen Klängen von der CD erstmal ankommen. Danach wurden die Trommeln, die in der Mitte des Sitzkreises unter einer Decke versteckt waren, von einem Kind enthüllt. Nachdem jedes Kind sich eine Djembe ausgesucht hatte, durften sich die Kinder mit dieser vertraut machen und es wurden ein paar Schlagtechniken eingeübt. Im Anschluss wurde jedes Kind mit der Trommel namentlich begrüßt, dabei wurde der Name erstmal von allen in den Händen nach Silben geklatscht und anschließend auf der Trommel getrommelt.

Bevor die Erzählerin die Tiere der Geschichte bildlich in der Runde vorstellte, sollten die Kinder erstmal selbst Tiere nennen, die ihrer Meinung nach ihre Heimat in Afrika haben.

Die Erzählerin stellte nun die Tiere der Geschichte vor und jedes Tier wurde auf der Djembe musikalisch dargestellt, so z. B. der Leopard: Mit den Fingerspitzen wurde über das Schlagfell leicht „gekratzt“ und dabei gefaucht; oder die Wüstenmaus: Über das Schlagfell wurde mit den Fingerspitzen mal leise, mal lauter „getrippelt“.



Dann startete die Jugendsozialarbeiterin mit der Geschichte. Während der Erzählung kamen die Trommeln immer wieder zum Einsatz. So zum Beispiel auch, wenn der Löwe laut schnarchte oder brüllte: Dabei wurden die Trommel umgedreht und in den hohlen Rumpf hinein „geschnarcht“ oder „gebrüllt“ – dies ergab einen herrlichen Verstärker und die Kinder hatten großen Spaß bei diesen Aktionen.

Mit einem gemeinsamen Lied „Jeder zählt“ wurde die Geschichte am Ende musikalisch mit CD abgerundet. Am Ende des Trommelevents wurden die Schülerinnen und Schüler mit einem Abschluss-Trommeln verabschiedet: „Schön, dass ihr da wart – jetzt ist Schluss“.





## Yoga-Stunde zum Thema „Herbst“ für die zweiten Klassen

In der Woche der Nachhaltigkeit durften alle zweiten Klassen eine Yoga-Stunde zum Thema „Herbst“ bei unserer ehemaligen Kollegin und ausgebildeten Yoga-Lehrerin, Gisela Hartlieb-Staffort, besuchen.



Frau Staffort hatte das ehemalige Yoga-Zimmer im Nebengebäude wunderschön mit Blumen, Bildkarten zu den einzelnen Übungen, Matten und Kissen hergerichtet und die jeweils ungefähr zehn Kinder der einzelnen Klassen in aller Ruhe und Wertschätzung begrüßt, so dass sich gleich alle wohlfühlen konnten. Obwohl die meisten Kinder bisher noch nicht mit Yoga in Kontakt kamen, machte allen der Unterricht sichtlich Freude. Die ruhige Atmosphäre trug zur Entspannung bei und die Kinder freuten sich sichtlich über ihre kleinen Erfolge, beim Erlernen der Yoga-Übungen, wie Blume, Baum oder Vogel.

Im Nu war die Stunde vorbei und strahlende Kinder kamen, ausgestattet mit einem kleinen Yoga-Heft zum Nachturnen, zurück in den Unterricht.





## Nachhaltigkeit und Gesundheit im WG-Unterricht

Nachhaltigkeit und Gesundheit sind im Fach Werken und Gestalten ein immer gültiger Aspekt. Sparsamer Umgang mit Materialien und ressourcenschonende Auswahl der Gegenstände ist uns ein ganz besonderes Anliegen, auch während der Aktionswoche.



Unter dem Motto „zusammen wachsen“ stellen die Schülerinnen und Schüler der 3. und 4. Jahrgangsstufe ein eigenes Springseil mit gestalteten Holzgriffen her. Das Themengebiet Gesundheit kommt sowohl bei der Bearbeitung der Holzgriffe mit Raspel, Feile und Schleifpapier zur Geltung (Arbeitssicherheit), als auch beim Spielen und Hüpfen der Kinder mit ihrem eigenen Spielzeug. Körperliche Fitness, Ausdauer und das soziale Miteinander werden dadurch ganz selbstverständlich trainiert. Holz als nachwachsenden Rohstoffe zu erkennen, steigert die Wertschätzung für den wunderbaren Werkstoff.



Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit dem Verbrauch wichtiger natürlicher Ressourcen auseinander. Aufgrund ihres Wissens erkennen sie die Notwendigkeit, auf diese „Naturschätze“ zu achten. Wir überlegen uns welcher Gegenstand in unserem Schulumfeld mit einer Mehrfachnutzung zum Schutz der Umwelt beitragen kann. Die Papiertüten der Kindertafel bieten dafür eine wunderbare Möglichkeit. Die ungebleichten Papiertüten werden durch verschiedene Drucktechniken im WG-Unterricht zu anlassbezogenen und einzigartigen Geschenktüten verwandelt.





## Nachhaltigkeit und Gesundheit im WG-Unterricht

Der Natur zuliebe achten wir auch hier wieder auf die Verwendung von naturbelassenen Materialien zur Ausgestaltung der Henkel. Hanfseile und Leinenbänder sind gut geeignet.

In allen Jahrgangsstufen bekommen die Schülerinnen und Schüler Eindrücke zum Thema „Upcycling“. Ein Material oder einen Gegenstand mehrfach zu nutzen, ist eine tolle Möglichkeit Rohstoffe zu sparen und dadurch die Umwelt zu schonen.



Der Natur zuliebe achten wir auch hier wieder auf die Verwendung von naturbelassenen Materialien zur Ausgestaltung der Henkel. Hanfseile und Leinenbänder sind gut geeignet.

In allen Jahrgangsstufen bekommen die Schülerinnen und Schüler Eindrücke zum Thema „Upcycling“. Ein Material oder einen Gegenstand mehrfach zu nutzen, ist eine tolle Möglichkeit Rohstoffe zu sparen und dadurch die Umwelt zu schonen.

Kalenderblätter, Infoflyer und Verpackungskartons werden durch die vielseitige Technik des Faltens zu kleinen Schatztruhen, Geschenkschächtelchen und stabilen Tüten, die wiederum mehrfach genutzt werden können. Girlanden für das Kinderzimmer aus Papierröllchen begeistern die Schülerinnen und Schüler. Sogar zum Weben ist das Papier geeignet. Ganz schnell entsteht ein Stiftehalter für den Schreibtisch zu Hause







## Wir sind stolz auf unseren Schulgarten!



Die Schülerinnen und Schüler aller Jahrgangsstufen haben an unserer Schule die Möglichkeit, den Entstehungsweg eines gesunden Nahrungsmittels im Laufe des ganzen Jahres mitzuerleben.



Besser noch: Sie planen den Anbau der Obst- und Gemüsesorten. Sie beziehen Aspekte der Fruchtfolge und des nachhaltigen, biologischen Anbaues mit ein. Beim Sähen, Legen, Stecken und Pflanzen der Gewächse erkennen sie, die individuellen Ansprüche der einzelnen Pflanzen und trainieren dabei ihre Sinne und die Wahrnehmungsfähigkeit durch genaues Beobachten von Abläufen und Veränderungen im Laufe der Zeit.

Diese Sinneserfahrung wiederum hat zur Folge, dass sich die Kinder gerne und selbstverständlich verantwortlich für die Gewächse in ihrem Garten zeigen und auch die stetige und ausdauernde Pflege übernehmen.

Belohnt werden die Mühen mit tollen Erlebnissen im Schulgarten. Die Tierwelt stellt sich immer wieder vor - und plötzlich lebt der HSU-Unterricht. Dem Igel haben die Kinder einen Unterschlupf für den Winter vorbereitet. Die Vogeltränke wird das ganze Jahr mit Wasser versorgt. Insektenhotels und Vogelbruthäuschen sind selbstverständlich.



Wunderschöne Farbkombinationen und Formenvielfalt inspirieren den Kunstunterricht und regen zur Kreativität an. Somit ist der Unterricht im „grünen Klassenzimmer“ an der frischen Luft ein Geschenk an die Gesundheit der Schülerinnen und Schüler.





## Wir sind stolz auf unseren Schulgarten!



Und natürlich steht der Genuss der selbst erzeugten Lebensmittel im Mittelpunkt. Intensive Geschmackserfahrungen verschiedener regionaler und saisonaler Obst- und Gemüsesorten fördern eine große Wertschätzung der Lebensmittel und der eigenen Gesundheit bei den Kindern. Das Bewusstsein im Umgang mit der Natur und die eigene Verantwortung werden den Kindern bewusst.

Auch Vorratshaltung ist ein wichtiges Thema. So profitieren die Kinder auch während des Jahres von ihren selbst erzeugten Früchten.

Erdbeermarmelade schmeckt wirklich jedem Kind. Blumen und Gemüsesamen werden für das nächste Anbaujahr gesammelt und die Gartenabfälle werden zu Kompost.



Und zu guter Letzt - Erntedank! Wir erleben die Fülle der Naturschätze auf einem Blick und sind überwältigt von der Vielfalt. Der Dank für ein Jahr im Garten!







## Friedrich-Rückert-Grundschule Schweinfurt

Gunnar-Wester-Str. 9, 97421 Schweinfurt

Telefon: 09721/51942

Fax: 09721/51940

E-Mail: [friedrich-rueckert-vs@schweinfurt.de](mailto:friedrich-rueckert-vs@schweinfurt.de)

Homepage: [www.friedrich-rueckert-schule-sw.de](http://www.friedrich-rueckert-schule-sw.de)

---

### **‘Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit’: Kultusstaatssekretärin Anna Stolz besucht Friedrich-Rückert-Grundschule Schweinfurt**

„Weil wir es den Kindern nach zwei Jahren Pandemie, nach Krieg, nach Flucht, nach alldem, was sie in der letzten Zeit mitmachen mussten, einfach schuldig sind“, so begrüßte die Rektorin der Friedrich-Rückert-Grundschule, Sabrina Neckov, die Staatssekretärin im Kultusministerium Anna Stolz zur großen Aktionswoche der Gesundheit und Nachhaltigkeit. Gerade wegen des hohen Migrationsanteils von über 90 Prozent und der über 30 Nationen an der Schule - und trotz Lehrermangels - , bot die Schulfamilie der Friedrich-Rückert-Grundschule ihren Kindern ein sehr umfangreiches und vielfältiges Programm zum nachhaltigen und gesunden Lernen und Leben an. Sowohl die Staatssekretärin als auch Dr. Christiane Brunner, vom Kompetenzzentrum für Ernährung, zeigten sich äußerst beeindruckt von der Vielzahl der Angebote, vor allem aber vom liebevoll gestalteten Schulgarten und den eigenen Rückert-Bienen. Es sei für eine Stadt „ein wirklich einzigartiger Schulgarten und eine Freude, ihn zu betrachten“. Zudem lobte Schulamtsdirektorin Stefanie Schiffer die gut durchdachte Woche und die Vielzahl der Projekte.

Die Aktionen in dieser Woche sind:

- Arbeiten im Schulgarten (Kompost anlegen, Unterschlupf für Igel bauen, Gräser und Stauden zurückschneiden, ...)
- Rückert-Bienen (Gewinnung des eigenen Honigs, Abfüllen und Etikettierung durch die Kinder)
- Ausflüge in den SOLAWI-Garten nach Bergheinfeld, Gemüse ernten und zu Suppe verkochen (Kooperation mit Frau Glöckner)
- Walderlebnistag der dritten Klassen (Kooperation mit dem Städt. Forstamt, Hr. Haensel)
- Besuch der Schweinfurter Kindertafel: Wir helfen mit! (Stefan Labus)
- Mutter-Kind-Tag zur gesunden Ernährung mit einer Ökotrophologin (in Kooperation mit Bürgermeisterin Lippert)
- Kinderyoga (in Kooperation mit dem Yogastudio von Gisela Staffort)



- Trommeln gegen Stress (Angebot der Jugendsozialarbeit)
- Progressive Muskelentspannung und Klopfen zur Stressreduktion (Angebot der Schulpsychologin)
- Sinnesparcours (Kooperation mit dem AELF, Fr. Köhler)
- Wir backen Brot (vom Korn schroten, Sauerteig herstellen bis hin zum fertig gebackenen Brot)
- Nachhaltigkeit: wir verwenden die Tüten der Schweinfurter Kindertafel wieder und basteln Geschenktüten daraus
- Nachhaltigkeit/Upcycling: alte Kalender erfahren eine Transformation (zu Stiftehaltern und Geschenkboxen)
- Nachhaltigkeit/Upcycling: wir basteln aus alten Milchtüten Blumentöpfe und pflanzen Kresse an
- Resilienz: Unterrichtsprojekt Bilderbuchkino „du bist großartig“ (Angebot der Schulpsychologin)
- Unterrichtsprojekt „WERTvoll macht Schule“ der 3./4. Klassen (Projekt gegen Lebensmittelverschwendung)
- Einführung der „Lebensmittelfreunde“ durch Mitarbeiter des AELF (Projekt gegen Lebensmittelverschwendung)
- „Gemeinsam Klasse sein“: Mobbing-Prävention

Ermöglicht wurde diese Woche mit ihren vielfältigen Angeboten durch das unglaubliche Engagement der ganzen Schulfamilie und durch zahlreiche außerschulische Partner und Kooperationen wie dem Verein „Jugend mit Zukunft“ unter Leitung von Eva Dümmler, der die ganzheitliche Förderung von Kindern und Jugendlichen in Bildung und Erziehung in den Fokus stellt, dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, der Schweinfurter Kindertafel, dem Städtischen Forstamt, SOLAWI in Bergrheinfeld, Bürgermeisterin Sorya Lippert, dem Yoga-Studio von Gisela Stafford und vielen weiteren Partnern, die der Friedrich-Rückert-Grundschule mit tollen Angeboten zur Seite standen. Auch die Auen-Mittelschule mit Rektor Marco Forner beteiligte sich mit dem Nachhaltigkeitsprojekt „aus alten Jeans werden Einkaufstaschen“ an der Aktionswoche. „Diese Woche soll für unsere Kinder etwas Besonders sein. Wir möchten ihnen als Schule eine Bildung nicht nur für den Kopf, sondern auch mit Herz und Hand ermöglichen“, so Neckov. „Und wenn ich in die strahlenden Kinderaugen des ersten Tages schaue, dann hat sich jegliche Arbeit gelohnt!“



## **Impressum**

Druck:	Hausdruckerei Stadt Schweinfurt Markt 1, 97421 Schweinfurt
V. i. S. d. P.:	Friedrich-Rückert-Schule Schweinfurt Gunnar-Wester-Str. 9, 97421 Schweinfurt Sabrina Neckov, Rektorin
Texte und Bilder:	FRS und Kooperationspartner
Layout und Grafik:	©Corinna Merkl
E-Mail:	Friedrich-Rueckert-VS@Schweinfurt.de



