Erich Kästner
Gemeinschaftsschule
mit Oberstufe
ELMSHORN

AOK
AOK NordWest
Die Gesundheitskasse.

Gemeinsame Pressemitteilung

AOK-Schulprojekt ‚natürlich erleben' an der Erich Kästner Gemeinschaftsschule Elmshorn:
Spaß und Lernen mit allen Sinnen

Kreis Pinneberg (13.05.2022). Raus aus den Schulklassen – hinein in die Natur: Das AOK-Schulprojekt ‚natürlich erleben' verspricht Unterricht der besonderen Art, der den Präventionsgedanken berücksichtigt und dafür sensibilisiert, die Vielfalt der Natur zu erkennen und diese zu erhalten. Die Klasse ‚6d' der Erich Kästner Gemeinschaftsschule aus Elmshorn erlebte vier spannende ‚natürlich erleben-Tage' im Grünen auf dem Gelände der Bildungsstätte des Kreisjugendrings (KJR) in Barmstedt im Kreis Pinneberg. „Unser Ziel ist es, dass sich Jugendliche wieder mehr im Freien aufhalten und die Natur mit ihrer biologischen Vielfalt als einen Ort für Bewegung und Entspannung entdecken. Die erlebnispädagogischen Aktionen sollen auch dazu beitragen, Grenzen auszuloten, das Selbstbewusstsein zu stärken und den Teamgeist zu fördern. Gerade diese Erfahrungen sind enorm wichtig für die Gesundheit. Mit dem ‚Lernen im Grünen' wollen wir Familien dabei unterstützen, dass Jugendliche gesund aufwachsen", sagt AOK-Teamleiter für Prävention Manfred Ebel.

Bei ‚natürlich erleben' wird Schule zum Abenteuer im Freien mit spannenden Aktionen. Viele Kinder und Jugendliche bewegen sich zu wenig und halten sich kaum noch draußen auf. Mit zunehmendem Alter nimmt die körperliche Aktivität immer weiter ab - bei Mädchen mehr als bei Jungen. So erreichen nur noch 13,6 Prozent der Jungen und 8,6 Prozent der Mädchen im Alter von 15 Jahren die Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO), wonach sich Kinder und Jugendliche mindestens eine Stunde täglich bewegen sollten. Die dringend notwendige tägliche Bewegung konkurriert mit Spielkonsole, Computer und Handy. In den letzten zwei Jahren kamen die Corona-Beschränkungen in Schulen und Vereinen erschwerend hinzu. Welche positive Wirkung die Natur auf die Gesundheit hat, kennen und erleben viele Jugendliche daher nicht.

Konzipiert wurde das Projekt von der AOK NordWest und der Fakultät für Gesundheitswissenschaften der Universität Bielefeld. Die Aufgaben sollen alle Sinne ansprechen. Als langjähriger Projekt- und Kooperationspartner vor Ort führt der Kreisjugendring Pinneberg e.V. die gesunde Aktion mit erfahrenden und ausgebildeten Erlebnispädagogen durch. Der Outdoor-Unterricht wird von den Teamern des Kreisjugendrings begleitet, die ebenso mit großem Engagement die verschiedenen Aktionen wie den Moorpfad und das schwingende Tor anleiten.

„Das Projekt ´natürlich erleben` passt hervorragend zum Kreisjugendring Pinneberg e.V. Unsere außerschulische Kinder- und Jugendarbeit umfasst seit Jahren schon den Baustein Bildung für nachhaltige Entwicklung, den wir als Querschnittsaufgabe unserer alltäglichen Arbeit betrachten.“, so Simon Schütt.

„Alle Einheiten unseres Schulprojektes beinhalten Bewegung, Naturerlebnis und eine Reflexion für die nachhaltige Wirkung. Bei den Teambuilding-Maßnahmen wie zum Beispiel der Bewegungsolympiade oder dem Naturerkundungsgang steht aber hauptsächlich der Spaß im Vordergrund. Denn nur über den Spaß wird auch die Nachhaltigkeit erreicht“, so AOK-Spezialistin für Bewegungsberatung Saskia Voigtsberger.

Durchhaltevermögen und gute Zusammenarbeit wurden von allen Schülern eingefordert, um als gesamte Klasse die verschiedenen Gruppenziele zu erreichen. Die Klassenlehrerin sagt dazu: „Es war schön zu sehen, wann die Schüler als Gruppe und wann sie gemeinsam als Team agieren. Besonders die Übungen, bei denen sie nicht sprechen dürfen und sich anders verständigen müssen, sind spannend. Ihr Kollege ergänzt: “Das AOK-Projekt ‚natürlich erleben‘ ist wichtig, da insbesondere Jugendliche im Alter von 13 bis 15 Jahren von der wohltuenden Wirkung der Natur in hohem Maße profitieren. Die vielfältigen Aktionen im Wald rund um Bewegung, soziales Miteinander und Umwelt bieten sowohl Gelegenheit, der Natur zu begegnen, als auch einen anderen Zugang zum Lernen und zur Kommunikation im Klassenraum zu finden.“

Die Mädchen und Jungen aus Barmstedt hatten viel Spaß. Zuhören, respektvoll sein und Absprachen treffen. Darum ging es auch in den vergangenen Tagen. Alle waren sich in der Feedbackrunde einig: Ein Unterricht der ganz anderen Art ging viel zu schnell zu Ende. Eine rundum gelungene Schulwoche im Grünen, bei der viel Neues ausprobiert werden konnte und die allen Beteiligten viel Spaß machte. Eine Zeit, in der die Jugendlichen stundenlang problemlos auf ihr Handy verzichten konnten.

Interessierte Schulen können sich informieren und für den nächsten freien Projektzeitraum (zwischen März und Oktober 2022) bewerben unter Telefon 0800 2655- **504790** oder per Mail bei Saskia.Voigtsberger@nw.aok.de.

Weitere Informationen zu ‚Natürlich erleben‘ gibt es im Internet unter www.aok.de/nw Stichwort Natürlich erleben.

Hintergrund

Konzipiert wurde das Schulprojekt ‚natürlich erleben‘ von der AOK NordWest und der Fakultät für Gesundheitswissenschaften der Universität Bielefeld. Ein Pädagogenteam aus Lehrern, Wald- und Erlebnispädagogen begleitet Schülerinnen und Schüler der sechsten bis achten Klasse und bietet erlebnisorientierten Unterricht im Grünen. Spaß und Lernen mit allen Sinnen ist das Ziel. Langfristig geht es um ein gesundes Leben im Gleichgewicht.

Hinweis an die Redaktionen:

Diese Bilder sind Copyright geschützt und dürfen nur im Zusammenhang mit dieser Presseinfo, nicht aber anderweitig verwendet werden. Vielen Dank für Ihr Verständnis!

Ihre Gesprächspartnerin:

Birte Jansen, Spezialistin Presse Serviceregion
AOK NordWest – Die Gesundheitskasse.
Edisonstr. 70, 24145 Kiel

Telefon	0800 2655-506089
Mobil	0173 5214755
E-Mail	presse@nw.aok.de
Internet	aok.de/nw/presse