

„fit4life“

An der HS Scheiblingkirchen wird zur Vorbereitung auf das Leben sehr praxisorientiert gearbeitet. Die SchülerInnen sollen anhand von lebensnahen Beispielen ihren Horizont erweitern, Praxisnähe erfahren, gesundheitsfördernde Maßnahmen kennenlernen und erfolgreich auf das zukünftige Leben vorbereitet werden.

Folgende Projekte werden unter anderem an der HS Scheiblingkirchen durchgeführt:

- Bauernhoftag (1. Klasse): Füttern der Tiere; Stallarbeit; Vertraut werden mit Tieren; Körbe flechten; Obst pressen; Nüsse klaben; Butter rühren; Brot backen;...
- Besuch einer Biobäuerin – Vollkornweckerl backen (3. Klasse)
- Gesunde Jause: Vollkornkekse, -brot backen, Aufstriche mit Kräutern; (3. und 4. Klasse für alle SchülerInnen)
- Umfrage, bzw. Erhebung: Ernährungsgewohnheiten der SchülerInnen (1. und 4. Klasse)
- Verarbeiten der Früchte einer Hecke (z. B. Brombeermarmelade einkochen, Hollersaft herstellen,...) (2. Klasse)
- Besuch der Gynäkologie und der Geburtenstation des KH in Neunkirchen (Mädchen der 4. Klassen)
- Wave-board Einschulung (1. – 4. Klassen)

Kräuterspirale:

Nichts schmeckt so frisch wie die Kräuter aus dem eigenen Garten. Was liegt also näher, als seine Kräuter selbst anzubauen und damit immer frisch zur Hand zu haben? Die SchülerInnen der 3. Klassen haben sich das zu Herzen genommen und im Schulhof eine Kräuterspirale angelegt, die auch liebevoll betreut wird. Die schmackhaften Kräuter finden in unserer Schulküche Verwendung und tragen zur gesunden Ernährung bei.

Wer schön sein will, muss nicht immer leiden:

Was passt zum Thema HAUT besser als der Besuch einer Kosmetikerin? Die SchülerInnen der 4. Klassen werden mit Peelings, Masken und hautreinigenden Lotions von der Kosmetikerin Frau Dagmar Schuh verwöhnt. Dabei wird den Teenagern auch erzählt, was bei der Hautpflege wichtig ist und wie man die Cremes richtig anwendet.

Besuch im SGZ Aspang:

Da das Thema Gesundheit und Fitness in unseren Zeiten immer wichtiger wird, besuchen die SchülerInnen der 4. Klassen auch das SGZ Aspang (Sport- und Gesundheitszentrum), wo sie in einer Schnupperstunde Kraft und Energie tanken können.

Für die nahe Zukunft sind geplant:

- Bewegte Pause
- Freiluftklasse
- Gesundheitsprogramm für die LehrerInnen (gemeinsames Walken, ..)
- Gesundheitstag an der Schule für SchülerInnen, Eltern und LehrerInnen