

Projekt "fit-4-future"

Die Primarschule Wilderswil ist neu Teil des „fit-4-future“-Programm. „Fit-4-future“ ist ein gesundheitsförderndes Projekt in der Schweiz und behandelt die Themen Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit. Das Ziel ist vor allem, den Schülerinnen und Schülern die Wichtigkeit der Bewegung und gesunden Ernährung mitzugeben. Das Programm wird von Fachpersonen begleitet. Es können Workshops für Kinder, Lehrpersonen oder Eltern an der Schule durchgeführt werden.



In der grossen Pause steht für die Kinder eine Spieltonne bereit. Sie ist gefüllt mit Spielgeräten, die noch mehr Bewegung auf den Schulplatz bringt. Mit den Spielgeräten werden viele verschiedene Bereiche angesprochen: Kondition, Koordination, Kraft, Geschicklichkeit, Ausdauer, ...

Seit einer Weiterbildung sind Lehrerinnen und Lehrer darum bemüht, auch in ihrem Unterricht und im Schulalltag viele Bewegungssequenzen einzubauen.



Weitere Informationen zum grössten Gesundheitsförderprojekt der Schweiz finden sie auf der Homepage:

www.fit-4-future.ch