

## PROJEKTTAG Bewegung und Entspannung an der GGS Von-Bodelschwingh-Straße



### Sportliche Grundschüler

Sportlich ging es am Bewegungs- und Entspannungstag der Gemeinschaftsgrundschule Von-Bodelschwingh-Straße zu. Die Schüler konnten sich in verschiedenen Disziplinen körperlich betätigen, um anschließend ausgiebig zu entspannen. „Wir haben acht Gruppen mit je zwölf Schülern gebildet, die jeweils acht Stationen – je zur Hälfte mit Be-

wegungs- und mit Entspannungsmöglichkeiten – durchlaufen“, sagte Michaela Jubouri, ehemalige Lehrerin und heute ehrenamtlich an der Schule tätig. An den Stationen gab es die Möglichkeit zu boxen, einen Roller-Parcours zu absolvieren oder über Hürden zu springen. Seilspringen, Gewichtheben und Liegestütze standen ebenfalls auf dem Pro-

gramm. Zur Entspannung gab es unter anderem Yoga, Massage oder eine Vorlesestunde. Die Gruppen waren gemischt – jede Klassenstufe war vertreten. „Die Schüler hatten so die Möglichkeit, sich gegenseitig besser kennenzulernen“, begründete Jubouri. So werde auch das Gemeinschaftsgefühl gestärkt. (aef)  
Foto: Schäfer

