



## B-Team

# Eine gute gesunde Schule gestalten!

### Frühstücksolympiade – Gesundes Frühstück für kluge Köpfe



#### ZIEL

Schülerinnen und Schüler der neuen 5. Klassen werden über die Bedeutung eines gesunden Frühstücks Zuhause und in der Schule aufgeklärt.

#### INHALT

Die Kinder bekommen die Gelegenheit, ihre Geschicklichkeit und Fitness unter Beweis zu stellen, den eigenen Geschmacks- und Geruchssinn zu testen oder Fragen zum Thema zu stellen.

#### ABLAUF

Die Schülerinnen und Schüler durchlaufen vier Stationen, in denen sie viele Informationen darüber erhalten, was ein gesundes Frühstück ausmacht und weshalb es für sie so wichtig ist.

### Bewegungspause im Unterricht – Fit und aktiv durch den Schultag

#### ZIEL

Durch praktikable Aktivierungsangebote in den Klassenräumen wird konzentriertes Arbeiten anhand von Bewegungspausen ermöglicht.

#### INHALT

Durch Bewegung wird das Herz-Kreislauf-System in Schwung gebracht und somit das Gehirn mit mehr Sauerstoff versorgt. Dadurch fühlt man sich wacher und kann sich besser konzentrieren.

#### ABLAUF

In den 2 Minuten einer Bewegungspause würfelt die Lehrperson für die gesamte Klasse so oft wie möglich und sagt den Schülerinnen und Schülern an, welche Übungen wie oft zu absolvieren sind.

#### MATERIAL

Anleitung, Bewegungsaufgaben und Würfel sind in den Klassenräumen der Unterstufe angebracht worden. Das B-Team stellte das Konzept in den Klassen vor und erprobte die Umsetzung.



### Steckbrief des Friedrich-Ebert-Gymnasiums

Schulform: Gymnasium  
Ort: Bonn  
Anzahl Schülerinnen/Schüler: ca. 1200  
Anzahl Lehrkräfte: 102

Wir machen fit für die Welt!

Die Vermittlung der modernen Fremdsprachen Englisch, Französisch und Spanisch liegt uns am Friedrich-Ebert-Gymnasium besonders am Herzen. Zusammen mit einem umfangreichen naturwissenschaftlichen und kulturellen Programm bilden wir in der Bonner Bildungslandschaft ein einmaliges Angebot.

### Ihr erreicht das B-Team über:

Name: Friederike Wingerath  
Tel.: +49 (0)228.7775 -19/-20  
Adresse: Ollenhauerstraße 5, 53113 Bonn  
E-Mail: [feg.sekretariat@schulen-bonn.de](mailto:feg.sekretariat@schulen-bonn.de)  
Webseite: [www.feg-bonn.de](http://www.feg-bonn.de)