

Gesundheit - Fit für die Zukunft

Fit und Gesund?! Ein Sketch als interaktiver Einstieg

Zeit

10 Minuten

Material

Arztkittel, Stethoskop, Reporterbrett, Stift



Ablauf

Ein/e PädagogIn in der Rolle des Reporters Herr Rastlos vom Verlag Ökonom stellt sich den Kindern und Jugendlichen vor. Er berichtet von seinem neuesten Auftrag, einen Artikel über den Gesundheitszustand von Kindern und Jugendlichen zu schreiben und bedankt sich für die Einladung zu diesem Projekttag – endlich hat er die Chance, sich selber ein Bild vom aktuellen Gesundheitszustand zu machen. Während seiner Rechercharbeiten ist er zudem auf einen interessanten Artikel gestoßen, den er den TeilnehmerInnen kurz vorliest:

Bayerns Kinder werden immer unспортlicher

Gesundheitsminister Eberhard Sinner sorgt sich um die körperliche Fitness der bayerischen Kinder. Statt 80 Prozent, wie vor zehn Jahren, schafften heute nur noch 20 Prozent der Kinder einen Klimmzug, kritisierte Sinner am Samstag in Erding. Jedes dritte Kind zwischen zehn und zwölf Jahren zeige bereits Haltungsschäden (...). (Süddeutsche Zeitung, 13.10.2003)

Herr Rastlos äußert seine Verwunderung über diesen Artikel und ist froh, jetzt persönlich den Fitness- und Gesundheitszustand der Kinder und Jugendlichen einschätzen zu können. Zu diesem Zweck hat er sich auch eine fachkundige Unterstützung dazugeholt: Frau Dr. Fit!

Ein/e PädagogIn in der Rolle einer Ärztin stellt sich den TeilnehmerInnen vor. Sie ist mit einem Arztkittel bekleidet und hat ein Stethoskop dabei. Sie bedankt sich für die Einladung und erzählt dem Reporter, dass auch sie von dieser alarmierenden Meldung gehört hat. Um festzustellen, wie der Gesundheitszustand der Gruppe nun wirklich ist, geht sie reihum und kontrolliert bei den TeilnehmerInnen Puls, Atmung, Muskeltonus usw. Zwischendurch weist sie die TeilnehmerInnen darauf hin, aufrecht zu sitzen, da sonst auf Dauer Haltungsschäden und Rückenbeschwerden auftreten. Je nach Gruppe kann sie auch einige bitten Liegestütze vorzumachen. Herr Rastlos begleitet sie während ihrer stichprobenartigen Untersuchungen und befragt die TeilnehmerInnen beispielsweise, ob sie viel Sport machen, sich gesund ernähren und wie sie ihren Fitness- und Gesundheitszustand bewerten würden. Als Abschluss kommen die Ärztin und der Reporter zu dem gemeinsamen Schluss, dass sich der Inhalt des Zeitungsartikels in dieser Gruppe nicht bewahrheitet und diese Gruppe ziemlich fit ist!