

22. November 2008

## Obstsalat für 250 Kinder

### Samstagsunterricht am Gesundheitstag der Toni-Pfülf-Hauptschule mit Ernährung und Bewegung

So einen Tag wünschten sich die 250 Toni-Pfülf-Schüler öfter – und das sogar am Samstag. Ab 7:15 Uhr schnipselten bereits die engagierten Elternbeiräte köstliche einheimische und exotische Früchte für den Obstsalat, den sie den 250 Schülerinnen und Schülern im Rahmen des Gesundheitstages anbieten wollten. Dank großzügiger Spenden der Lebensmittelmärkte REWE (Franz-Fackler-Straße 3) und EDEKA (Feldmochinger Straße 222) entstand ein delikates Obst-Buffer, an dem sich die einzelnen Klassen nacheinander bedienen durften. Die Kinder und Jugendlichen ließen sich das nicht zweimal sagen. Mit großer Freude und gesundem Appetit nahmen sie das Angebot dankend an.



Aber nicht nur Obst stand auf dem Stundenplan. Auf verschiedenste Weise informierten sich die Klassen über gesunde Ernährung. Welche Nähr- und Vitalstoffe enthalten unsere Speisen und Getränke. Welche Nahrungsmittel und –mengen sowie wie viele Mahlzeiten sind empfehlenswert. Mit einer Ernährungsampel sortierten die Schüler konkrete Lebensmittel in drei Gruppen. Am Computer berechneten sie ihren täglichen Energieverbrauch bzw. –bedarf.



In der Sporthalle begeisterte die jungen Fitnessfreaks ein Bewegungsparcours. Beim Balancieren auf einem modernen Gurtband (Slackline), Trampolinspringen, Schwingen und Hangeln an Seilen konnten sie ihre Koordination und

Kraft mit großem Spaß testen und trainieren. Natürlich kann der einzelne erlebnisorientierten Tag das Gesundheitsbewusstsein nur anstoßen – die Gesundheitserziehung muss im Alltag mit Ausdauer fortgesetzt werden..



## Informationsabend "Berufswahl"

### Kurzweiliger Elternabend stößt auf erfreuliche Resonanz bei Eltern und Schülern – BR Filmteam dokumentiert Maßnahmen der Berufsorientierung

Am vergangenen Donnerstag, 20. November 2008 fand um 19:00 Uhr ein Elternabend zum Thema "Berufswahl" für die 7. bis 9. Klassen in unserer Aula statt. Eingeladen waren die Eltern und die Schüler. Schulleiter Clemens Hauck präsentierte zunächst die schulischen Maßnahmen der Berufsorientierung. Über die Dienste der Agentur für Arbeit informierte die Berufsberaterin Frau Reich. Die anschließende Talkrunde mit den Experten moderierte kompetent die Konrektorin Frau Weinberger. Ihre Gesprächspartner Herr Fröhlich vom OBI Heimwerkermarkt und Herr Köppl von der Deutschen Bahn, zusammen mit dem Azubi Tobias S. konnten wertvolle Erfahrungen und Tipps zur Berufswahl und zur Bewerbung geben. Spannend wurde es, als die Schülerinnen der 8. Klassen Fragen an die Firmenvertreter stellen konnten. Die Fragen an den Auszubildenden fanden dabei besonderes Interesse. Mit einem kurzen Referat stellte Herr Niedermeier von der Handwerkskammer München und Oberbayern die Vielfalt der beruflichen Möglichkeiten im Handwerk. Mit einer Liste von Aufgaben für die Erziehungsberechtigten rundet der Schulleiter die Veranstaltung ab. Der Abend wurde teilweise von einem Filmteam des Bayerischen Fernsehens BR-alpha begleitet. Es filmte bereits den ganzen Tag an unserer Schule Maßnahmen der Berufsorientierung. Über den genauen Sendetermin werden die Eltern und Schüler in Kenntnis gesetzt.

### Links zur "Berufswahl"

<http://www.arbeitsagentur.de/>

<http://www.planet-beruf.de/>

<http://infobub.arbeitsagentur.de/berufe/index.jsp>

<http://www.br-online.de/br-alpha/ich-machs/index.xml>

<http://www.deutschebahn.com/site/schueler/de/start.html>

[http://www.obl.de/de/markets/maerkte/Muenchen\\_Nord/index.html](http://www.obl.de/de/markets/maerkte/Muenchen_Nord/index.html)

Weitere interessante Links finden Sie auf unserer Homepage: <http://www.hspfuelf.musin.de>