

fit+ rank

Projektname	fit+ rank
Kanton(e)	SO
Projektbeschreibung Projekthalte	Essen – Bewegen – Entspannen Bewusstsein für gesundes Ernährungs- und Bewegungsverhalten im Kindesalter bilden, fördern und unterstützen. Dies soll gelingen, indem der Früchte- und Gemüsekonsum gesteigert und das Bewegungs- und Entspannungsverhalten gefördert werden. Dadurch werden optimale Voraussetzungen für eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung geschaffen.
Wie lange besteht dieses Angebot bereits in der heutigen Form?	Seit 2005
Ist es ein dauerhaftes Projekt?	<input checked="" type="checkbox"/> Ja / <input type="checkbox"/> Nein
Wieviele Schulen/Klassen haben im Schuljahr 2012/2013 teilgenommen?	2 Schulen, 4 Kindergärten, 5 Primarschul-Klassen Total ca. 500 SchülerInnen
Wie viele Schulen/Klassen haben bis anhin total teilgenommen?	Total rund 25-30 Schulen
Angesprochene Schulstufe(n)	Kindergarten bis 4. Primarschul-Klasse, 5./6. Klasse sind auf Grund Stufenübertritt im Projekt nicht mehr berücksichtigt, eignen sich jedoch hervorragend für die Umsetzung eines Teilprojekts im Ganzen (z.B. Znünikiosk, Bewegungstag planen/durchführen).

Hauptzielgruppe	Kinder (Kindergarten bis 4. Primarschulstufe)		
Weitere Zielgruppe(n)	Eltern der Kinder, Kinder der 5. bis 6. Primarschul-Klasse		
Weitere Beteiligte	Ganzer Schulbetrieb, Lehrpersonen, Eltern, externe Ernährungsberaterin, evt. Schularzt		
Ansatz/Methodik	Gruppenarbeiten mit diversen altersgerechten Hilfsmitteln (Fachliteratur, vorbereitete Lektionen, Spiele, Broschüre, Dartfit, CD-ROM etc.), Lektionen Ernährungsberaterin, Znünikurs, Organisieren einer Gesundheitsmesse/eines Znünimarkts, Bewegungstage an der ganzen Schule		
Intensität der Bewegungsaktivität	<input type="checkbox"/> hoch (schwitzen und beschleunigte Atmung, zum Beispiel Ballspiele oder Streetdance, Hüpfspiele, Trampolin)	<input checked="" type="checkbox"/> mittel (etwas ausser Atem kommen, zum Beispiel jonglieren, gehend vorlesen oder Gleichgewichtsübungen)	
Projektziele	<ul style="list-style-type: none"> - Wissensziele: Kinder kennen Lebensmittelpyramide, kennen Logo 5amTag, kennen gesunde Getränke und Znüni, wissen Beschäftigung und Essen zu trennen, kennen Bedeutung von Bewegung und Entspannung, kennen Zusammenhang von Energieverbrauch und –aufnahme - Verhaltensziele: Kinder steigern Gemüse- und Fruchtekonsum um 1 Portion täglich, lernen gesunde Zwischenverpflegung auszuwählen, trinken täglich 1 Liter Flüssigkeit ohne Zucker, bewegen sich mindestens 1h pro Tag, legen Schulweg zu Fuss/mit dem Fahrrad zurück, kennen mindestens 1 Entspannungstechnik 		
Bewegungszeit pro Klasse/Schule	Über welchen Zeitraum läuft das Angebot pro Klasse/Schule?	Wie oft findet das Angebot in der Klasse/Schule statt?	Wie lange dauert ein einzelnes (Teil-) Angebot jeweils?
	Projektwoche bis 1 Schuljahr	Nach Ermessen/Planung der Projektverantwortlichen in der Schule	Nach Ermessen/Planung der Projektverantwortlichen in der Schule
Zeitaufwand der Lehrperson für die Planung	Abhängig von der beteiligten Lehrkraft bzw. Projektverantwortlichen		

Zeit und Ort des Angebots	<i>Zeitpunkt der Aktivität:</i> X Unterricht X Pause X Schulweg <input type="checkbox"/> Anderes: <i>Ort der Aktivität:</i> Drinnen und Draussen
Zusätzlich benötigter Raumbedarf	Nebst Raum, den die Schule und das Schulareal bietet, keiner.
Zur Verfügung stehende Materialien von den Projektanbietenden	Gratis zum Ausleihen: 4 Boxen: Basiskoffer, Kindergarten, 1.-2. Klasse, 3.-4. Klasse Mit Unterrichtsmaterialien, Informationen, Anschauungsmaterial, Projektordner, Projektunterlagen
Zusätzlich benötigte Materialien	Keine
Teilnahmebedingungen	Keine
Aufgaben, Kompetenzen und Verantwortung der Schule	Abschlussbericht, Resultate, Aufstellung Aufwand und Kosten
Aufgaben, Kompetenzen und Verantwortung der Anbietenden	Abschlussbericht, Resultate, Aufstellung Aufwand und Kosten
Evaluation und Dokumentation des Projekts	Abschlussbericht, Resultate, Aufstellung Aufwand und Kosten
Kosten für Schulen	Je nach Zeitdauer des Projekts und Anzahl teilnehmender Kinder beteiligt sich das Gesundheitsamt an den effektiven Aufwandkosten.
Kontakt und Support	www.so.ch > Verwaltung > Departement des Innern > Gesundheitsamt > Gesundheitsförderung + Prävention > Ernährung > fit+ rank 032 627 93 74 manuela.meneghini@ddi.so.ch