



Felix Nussbaum Schule

Oberschule in Walsrode

Newsletter Mai 2019

+++ 7. Serenade auf dem Hof +++ Alltags-Fitness-Test beim SVN Düşhorn +++ Afrika: Projekt der Lebenshilfe und Klaus-Dieter-Haehn-Schule +++

Alltags-Fitness-Test für Männer: Schüler führen unter der Leitung von Frau Biermann Projekt beim SVN Düşhorn durch



(BIE). „Zuerst hat uns Frau Biermann selbst getestet, wie fit wir sind. Dann haben wir das Projekt mit den Männern entwickelt.“ So die Aussage der vier Schüler der Felix Nussbaum Schule in Walsrode, Ron Savage, Dennis Milke, Laurin Eggersgluß und Robin Cooper. Die Frage stand im Raum: Wie fit werdet ihr in 40, 60 oder 90 Jahren noch sein? Auf dem Stundenplan der 10. Klasse steht berufsvorbereitender Unterricht, das Profil *Gesundheit und Soziales*. Mathe, Deutsch, Englisch kennt jeder, aber Profilunterricht? Der von Diplom-sportlehrerin Roswitha Biermann geleitete Kurs beschäftigt sich mit Pflegeeinrichtungen, Biographiearbeit, Demenz, Rollstuhlführerschein, Mobilität und Fitness im Alter. Berufsorientierend haben die Schülerinnen und Schüler des Profils die Möglichkeit, hinter die Kulissen einzelner Gesundheits- und Sozialeinrichtungen zu schauen und zu er-

fahren, welche sozialen und fachlichen Kompetenzen in den jeweiligen Berufsfeldern notwendig sind. Ein wichtiger Unterrichtsschwerpunkt ist die Projektarbeit. Der Projektname wurde schnell gefunden: *Alltags-Fitness-Test für Männer*. Auf Anfrage war die Männergruppe *Sport für Männer über 40 Jahre* des SVN Düşhorn unter der Leitung von Kurt Marschewski gerne bereit, den Test am Montag, den 25. März, 2019 zu absolvieren. Im vorigen Jahr wurden schon die Frauen der Gymnastikgruppen erfolgreich getestet. Die älteste war bereits 83 Jahre alt. Da die Menschen immer länger leben, wird es zunehmend wichtiger, die körperliche Verfassung für eine erfolgreiche Alltagsbewältigung im Auge zu behalten. Viele ältere und auch viele junge Menschen kommen oftmals wegen ihres bewegungsarmen Lebensstils bereits bei normalen Alltagsaktivitäten nahe an ihre körperliche Leis-

tungsgrenze. Entscheidend ist, frühe Anzeichen von körperlichen Schwächen zu entdecken und die Bewegungsgewohnheiten rechtzeitig in geeigneter Weise zu verändern. Mit dem Alltags-Fitness-Test des DOSB kann dies ermittelt werden. Hierbei wird in sechs gezielten Übungen die für den Alltag wichtige Fitness überprüft, so dass individuelle Stärken und Schwächen erkennbar sind. Darauf hatten sich die vier Schüler der 10. Klasse intensiv im Projekt vorbereitet, denn alle nehmen außerdem auch an der Schülerfirma Fitness in der Oberschule teil. An sechs Stationen testeten sie Bein- und Armkraft, Ausdauer, Beweglichkeit sowie Geschicklichkeit der teilnehmenden Männer. Die Aufgaben an den Stationen, die von den Schülern demonstriert und erläutert wurden, geben auch Auskunft, wie gut die momentane körperliche Leistungsfähigkeit für ein selbständiges Leben mit 90 Jahren beschaffen ist. Die Testergebnisse wurden von den Schülern in Diagramme übertragen und ausgewertet. Jeder der Teilnehmer kann so nachvollziehen, wie sich seine Fitness verändert hat. Den Männern, die sich regelmäßig montags zum Sport treffen, hat es sichtlich Spaß gemacht und gut gefallen. Die Schüler haben das Projekt erfolgreich durchgeführt und gezeigt, dass sie die im Unterricht vermittelten sozialen Kompetenzen, sportorganisatorische Fähigkeiten und generationenübergreifende Aktionen auch in der Praxis umsetzen können.

Bei der 7. Serenade im Hof scheint endlich wieder die Sonne



(Th). Nachdem in den letzten Jahren immer wieder Sturm und Regen die Musiker zum Umzug in die Mensa gezwungen hatte, konnte die diesjährige und insgesamt bereits siebte Serenade im Hof endlich wieder bei Sonnenschein im Innenhof der Felix Nussbaum Schule stattfinden. Wie in den letzten Jahren auch, war der Jahrgang 7 für die Rah-

mengestaltung und die Verpflegung an diesem Tag zuständig. Frau Lange, die auch musikalisch mit zwei Gesangseinlagen zum Gelingen der Serenade beitrug, hatte mit ihrer Klasse den Innenhof künstlerisch aufwendig gestaltet. Neben dem Auftritt der VHS Big Band mit Schulleiter Rüdiger Strack gehörte auch der Auftritt der Lehrerband mit

Gerd Jäger, Uli Zerdick und Kirsten Kasfeld-Grotjahn, Organisatorin der Serenade, zu den Highlights. Musikalisch abgerundet wurde die Veranstaltung durch Beiträge der Musikklassen aus den Jahrgängen 6, 7 und 8 sowie dem Bläserkreis aus den Jahrgängen 9 und 10 unter der Leitung des Musiklehrers Gerd Jäger.

Das Musical *Afrika*, *Afrika* wird zu einem großen Erfolg

(Th). In Kooperation mit der Klaus-Dieter-Haehn-Schule und den Berufsbildenden Schulen führte die Kooperationsklasse der Felix Nussbaum Schule unter der Leitung von Angela Gruber bei zwei gut besuchten Veranstaltungen in der Walsroder Stadthalle das Musical *Afrika*, *Afrika* auf. Rund 60 Schülerinnen und Schüler führten dabei die Zuschauer mit

probt, passende Lieder für die Rahmenhandlung gefunden und das Bühnenbild gestaltet werden. Auch das Musical schrieben die beteiligten Lehrkräfte selbst. Die Requisiten für die Bühne wurden von dem Fachgymnasium Soziales an den Berufsbildenden Schulen angefertigt. Neben der Zusammenarbeit der Schülerinnen und Schüler und Lehr-



vielen musikalischen Einlagen, Tanz und Kostümen durch *Afrika*. Katja Nagler, Lehrerin an der Klaus-Dieter-Haehn-Schule fungierte dabei als Erzählerin, die den Rahmen für die musikalische Reise bildete. Die Vorbereitungen für das Musical hatten schon im August begonnen. Mit den Schülerinnen und Schülern mussten aufwändige Choreographien ge-

kräfte verschiedener Schulen und Schulzweige war ein besonders wichtiger Aspekt das Zusammenwirken von Menschen mit und ohne Behinderung. Die beiden gelungenen Musical-Aufführungen waren außerdem die letzten Veranstaltungen in der Walsroder Stadthalle, die demnächst renoviert und modernisiert werden soll.



Felix Nussbaum Schule
OBERSCHULE IN WALSRODE

IMPRESSUM

FELIX NUSSBAUM SCHULE
OBERSCHULE IN WALSRODE
OSTDEUTSCHE ALLEE
29664 WALSRODE
Tel.: 05161 - 48894 0
V.I.S.D.P.: KEVIN THRIEN

BEITRÄGE ZUM NEWSLETTER

SPANNENDE STORY?
IDEEN UND VORSCHLÄGE?

DANN SOFORT EINE E-MAIL AN:

PRESSE@OBSWALSRODE.DE

VORSCHAU AUF DEN JUNI

SCHÜLERFEUERWEHR AN DER
MOTORSÄGE AUSGEBILDET

356 SCHÜLER UND SCHÜLERINNEN
ERHALTEN IHR SPORTABZEICHEN

LET'S START: JAHRGANG 9

FUßBALL-TURNIER
DER 7. UND 8. KLASSEN