

## Wohlfühlen für Schulabgänger

### Präventionsteam der Sekundarschule „Prof. Otto Schmeil“ veranstaltet Projekttag

Krokodoko kodoko do, das ist der Rhythmus, den Shaun Gracie immer wieder vorspielt. Auf sein Handzeichen setzen die Jugendlichen ein. Die Gruppe sitzt im Halbkreis und trommelt mit den Handflächen auf der Djembé, das ist eine westafrikanische Standtrommel. Sie versuchen, den Takt zu halten, den die Trommler Shaun Gracie und Beatrix Brandt vorgeben. Gleichzeitig beobachten sie ihre Mitschüler\*innen beim Tanzen. Kofi Tengue, der Tanztrainer, lacht, denn bereits nach einer leichten Erwärmung pusten und schniefen die Mädchen und Jungen, dabei hat das Tanzen noch gar nicht richtig begonnen. Er zeigt die Grundschriffe des westafrikanischen Tanzes und die Gruppe tanzt mit.

Währenddessen steht den Schüler\*innen in der Turnhalle der Schweiß auf der Stirn. Den Workshop „Asiatische Kampfkunst“ haben sie sich entspannter vorgestellt. Aber Trainer David Eitner motiviert sie, weiter zu machen und ordentlich gegen die Bratzen zu treten: „Mit dem ganzen Fuß!“ Bratzen heißen die großen Lederkissen, mit denen trainiert wird. Die Schüler, welche die Bratzen halten, müssen genug Körperspannung aufbauen, um nicht umgestoßen zu werden. Zum Ende der Einheit möchte einer der Jungs die Bratze halten und der Trainer soll treten. Herr Eitner, einen Kopf kleiner und ca. 20 kg leichter als der Junge, tut es. Der Schüler hält sich seine schmerzende Seite und nickt anerkennend. So durchtrainiert müsste man sein!

Aus dem Musikraum schallt laute Musik. Hier wird Zumba getanzt. Die Trainerin Jeanette Schulze zeigt die Tanzschritte und die Gruppe folgt. Einige der Mädchen sind so begeistert, dass sie sich gleich nach den Trainingszeiten erkundigen und eine Schnupperstunde planen. Aber zuerst müssen die mündlichen Prüfungen geschafft werden, was ihnen und ihren Klassenkameraden gerade einigen Stress verursacht.

Um Stressbewältigung ging es an diesem Projekttag am 9.05.18, der unter der Regie des Präventionsteams der Sekundarschule „Prof. Otto Schmeil“ in Gröbers veranstaltet wurde. Den Schüler\*innen der 10. Klassen wurden, kurz vor den mündlichen Prüfungen, verschiedene Möglichkeiten des Stressabbaus vorgestellt. Zu diesem Zweck wurde professionelle Verstärkung eingeladen, wie die Afrikanische Trommel- und Tanzgruppe „Afrotanz“, die halleche Zumbatrainerin Jeannette Schulze und der Kung-Fu und Vo-Dao-Vietnam Meister David Eitner. Außerdem konnten die Schüler\*innen Meditatives Malen und Progressive Muskelentspannung ausprobieren oder sich beim Fußballspielen auspowern.

Besonders begeistert waren die Schüler von den Trommlern Shaun Gracie und Beatrix Brandt und dem Tanzlehrer Kofi Tengue. Der gebürtige Togolese vermittelte den Jugendlichen nicht nur die ersten afrikanischen Tanzschritte sondern auch westafrikanische Kultur und Lebensweise. Shaun Gracie, ein Amerikaner, der viele Jahre in Westafrika verbracht hat, zeigte den Jugendlichen westafrikanische Rhythmen auf der Djembé und erklärte, wie man damit kommunizieren kann. In einer offenen Gesprächsrunde konnten die Schüler\*innen ihre Fragen zu Afrika und dem Leben der Leute dort loswerden.

Die Regionalbereichsbeamten Herr Bröcker und Herr Bierbach, die Mitglieder des Präventionsteams sind, unterstützten den Wohlfühltag ebenfalls. Vor allem unser Hausmeister, Herr Langanki, unterstützte uns tatkräftig. Besonderer Dank geht an Frau Dörheit, die mit großem Engagement zum Gelingen des Wohlfühltages beitrug.

Dank der Spenden der Fleischerei Rieda aus Zörbig und Herrn Eckhardt von der Firma Harry-Brot konnten wir den Tag mit einer leckeren Mahlzeit beschließen.

Herzlichen Dank auch an den Förderverein der Sekundarschule „Prof. Otto Schmeil“ Gröbers, der einen Betrag spendete. Das Projekt wurde durch die Schulsozialarbeit mit Mitteln aus dem Europäischen Sozialfonds des Schulprogramms „Schulerfolg sichern“ finanziert.

Das Präventionsteam