

Start > Tandemer, der er bevagende > Skoleprojekter > Centriatlon

» Skoleprojekter

- » Min sund skole
- » Sund skole
- » Føl dig i form
- » **Centriatlon**
- » Videreudvikling af GEbbi
- » Skolegårdslege – gamle lege opdages nyt
- » Cirkusprojekt
- » Brød og pålæg til pausen
- » Skolegårdsudformning og skolekiosk
- » Skolemad
- » Kogning med friske fødevarer og "Thermomixen"
- » Kroppen i skolen
- » Ernering og motion
- » Rytme og bevegelse
- » Folkehøjskoleprojekter
- » Kommunale projekter
- » Højskole
- » Workshops

Centriatlon

» Lyt

Projektets karakteristika

Projektets navn:	Centriatlon
Skolens navn:	Zentralschule Harrislee
Deltagende lærer	Ulrike Allais, Nils Lagerpusch
Studentermedarbejder Universitet Flensburg	Meike Erichsen
Projektets mål	Skabelse af motivation og glede henholdsvis bevegelse og ernering
Projektbeskrivelse	Centriatlonen er en triatlon fra fjerde til niende klasse. Eleverne deltog i stafetløb eller enkeltvis i en svømnings-, cykle- og en derpå følgende løberute. Til yngre elever fandtes der en stor legeplane på sportspladsen . Her var det elever fra niende klasse, der hjalp ved stationerne.
Projektets tidsrum	Skoleåret 2012/2013
Peer Education tilgang	Studentermedarbejderen, lærerne og de uddannede elever (WPU sundhed) fra niende klasse arbejdede sammen med triatlonens stationer, forklarede de yngre elever i forfæltet dagens forløb, sports disciplinerne og stod dem til rådighed.

Projektets presentation**Vellykket Centriatlon i Zentralschule Harrislee**

Det var en perfekt sommerdag, da Centralskolen Harrislee's "Centriatlon" fandt sted. Over 290 atleter fra fjerde til niende klasse deltog alene eller i stafetløb inden for kapløbet. Ved registreringen om morgenen var der allerede mange mennesker. Hver deltager fik et startnummer, herefter blev cyklerne bragt i den rigtige position og **sportsbekledningen** lagt parat. Det første startskud faldt kl. 08.45 i centralskolens svømmehal. Herefter gik det videre per cykel og så ud på løbeturen, ligesom de professionelle gør det. Afslutningen blev afholdt på **sportspladsens** løbebane. Løbets mål var på **sportspladsens** tartanbane. Til styrkelse gav det vandbaserede drikkevarer og frisk frugt, som blev uddelt af medhjælperne.

Til alle, der ikke deltog i centralonen, var der opbygget en stor legeplane. Her fandtes der: faldskærm, mode **sports**arter som slackline eller "Hockern", fodbold, bordfodbold, kast på mål og klatrevæg. Alle samledes endnu engang ved en fælles vinderpresentation på **sportspladsen** og fejrede sammen en vellykket dag.





Stolt præsenterer tre centriatleter deres medaljer, som de fik for at svømme fire baner, at cykle 5,4 km og for at løbe 700 m.



Altid i trav... centriation-eleverne løb ud fra svømmehallen, hen til cyklerne til den 5,4 km lange rute.

[Tilbage til sidens begyndelse](#) Sidenr. 21071 [Permalink](#) 01-06-2016

© 2020 Europa-Universität Flensburg (EUF)

[Mobil version](#) [Print side](#) [Åbn som PDF](#) [Kolofon](#) [Søg](#) [Webmail](#)

Europa-Universität Flensburg
Auf dem Campus 1
24943 Flensburg
Tyskland

Telefon: +49 461 805 02
Fax: +49 461 805 2144
Internet: www.uni-flensburg.de

