



Fit wie ein Astronaut: Internationales Schülerprogramm startet im DLR_School_Lab in Köln

Freitag, 21. Januar 2011

Wer Astronaut werden will, muss körperlich und geistig fit sein. Dazu gehören unter anderem viel Training und eine ausgewogene Ernährung. Am 21. Januar 2011 kamen rund 70 Mädchen und Jungen ins Schülerlabor des Deutschen Zentrums für Luft- und Raumfahrt (DLR) nach Köln, um zu lernen, wie Astronauten trainieren. Tipps und Tricks gab unter anderem Astronaut Dr. Reinhold Ewald, Astronaut der europäischen Weltraumorganisation ESA.

Internationales Projekt

Das Event im Kölner DLR_School_Lab ist die nationale Auftaktveranstaltung zum Projekt "Mission X: Train Like an Astronaut", einer Initiative von 15 Weltraumorganisationen und Teilnehmern in weltweit zehn Ländern. Kinder zwischen 8 und 12 Jahren sollen durch das Beispiel der Astronauten angeregt werden, Sport zu treiben und sich gesund zu ernähren. Denn laut einer Studie der Weltgesundheitsorganisation (**World Health Organisation, WHO**) ist Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen eines der größten gesundheitlichen Probleme des 21. Jahrhunderts.

"Es ist extrem wichtig, Sport zu treiben und sich gesund zu ernähren. Gerade, solange man jung ist. Wenn man fit ist, fühlt man sich besser in seiner Haut und erreicht seine Ziele einfacher, bis zum Weltall!" bestätigt der deutsche ESA-Astronaut Reinhold Ewald.

Im Team ans Ziel

Genau wie bei den "echten" Astronauten ist auch bei der "Mission X" Teamarbeit gefragt. In Fünfer-Teams müssen die Schüler in den kommenden Wochen während des Schulunterrichts bestimmte Übungen machen und Aufgaben lösen. Dabei soll die Freude an der Bewegung und am Lernen nicht zu kurz kommen.

Denn dass die Kinder Spaß haben, zu lernen, weiß der Leiter des Kölner DLR_School_Lab, Dr. Richard Bräucker, aus eigener Erfahrung: "Es ist für mich immer wieder schön zu sehen, mit welcher Begeisterung gerade die jungen Schülerinnen und Schüler an die Themen herangehen. Die Lehrer bestätigen mir regelmäßig, dass die Motivation auch noch Wochen nach einem Besuch bei uns im Schülerlabor anhält."

Die Lehrer haben bei der "Mission X" die Aufgabe, Punkte für die erfüllten Trainingseinheiten zu vergeben. Diese werden dann auf der Internetseite von "Train Like an Astronaut" eingetragen. Hier können auch die Trainingsaufgaben heruntergeladen werden. Nach sechs Wochen wird es in Deutschland, England, Frankreich, Italien, Kolumbien, den Niederlanden, Österreich, Spanien und den USA je ein Gewinnerteam geben. Belgien, Japan und die Tschechische Republik wollen im nächsten Jahr ebenfalls teilnehmen.

Insgesamt nehmen 131 Teams aus neun Ländern mit rund 3800 Kindern teil. In Deutschland sind es 300 Schüler.

Kontakte

Michel Winand

Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt (DLR)

Kommunikation Köln

Tel.: +49 2203 601-2144
Michel.Winand@dlr.de

Dr. Richard Bräucker
Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt (DLR)
DLR_School_Labs
Tel.: +49 2203 601-3093
Fax: +49 2203 601-13093
richard.braeucker@dlr.de

Weltraumspaziergang einmal ohne Raumanzug



Kinder zwischen acht und 12 Jahren sollen durch das Beispiel der Astronauten angeregt werden Sport zu treiben und sich gesund zu ernähren, denn laut einer Studie der Weltgesundheitsorganisation WHO ist Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen eines der größten gesundheitlichen Probleme des 21. Jahrhunderts.

Quelle: NASA..

Warum schwebt diese Kugel?



Neben Sport und gesunder Ernährung steht das gemeinsame Lernen bei der "Mission X" im Vordergrund.

Quelle: DLR (CC-BY 3.0).

Was passiert in einem Vakuum?



Nicht nur im DLR_School_Lab wird gelernt: In Fünfer-Teams müssen die Schüler in den kommenden Wochen während des Schulunterrichts bestimmte Übungen machen und Aufgaben lösen. Dabei soll die Freude an der Bewegung und am Lernen nicht zu kurz kommen.

Quelle: DLR (CC-BY 3.0).

Kontaktdaten für Bild- und Videoanfragen sowie Informationen zu den DLR-Nutzungsbedingungen finden Sie im Impressum der Website des DLR.