

Eine Produktion des Enrichment-Programms des TGK

Mai 2026

Die Artikel...



Maja Völkert erklärt, welche Umweltprobleme es weltweit gibt – und was wir als Schule unternehmen können.



Im Artikel "Das TGK – eine tolle Schule! Aber ist sie auch barrierefrei?", zeigt Ida Bruhn, dass Barrierefreiheit am TGK fehlt und warum das ein Problem ist.



Larissa Gauß erklärt, wie Essen unser Gehirn beeinflusst – und warum das für Schüler wichtig ist.



Henrike Berner, Sophia Glawe und Leonardo D.P.P klären über die neue Unterrichtsform "Segeln" auf.



Im Artikel erklärt Marie Degenkolb, warum Bildung der Schlüssel zu fairen Chancen ist und wie groß ihr Einfluss weltweit ist.



Die Redaktion stellt sich vor...

Die Globalen Umweltherausforderungen

Was sind eigentlich globale Umweltherausforderungen?

Es gibt verschiedene Arten von ihnen. Zumal gibt es den Klimawandel und die Globale Erwärmung. Dies gefährdet die direkte Verfügbarkeit sauberem Wasser und Nahrungsmitteln und erhöht zudem die Häufigkeit der Tode. Dann gibt es noch mehrere negative Folgen wie der Anstieg des Meeresspiegels, Verluste biologischer Vielfalt, Versauerung des Ozeans, wirtschaftliche und soziale Kosten und vieles mehr. Der Klimawandel verändert das Wetter und somit auch das Niederschlagsmuster was zu einer Wasserknappheit führen kann. Jedoch spielt die Wachstum der Bevölkerung, die Landwirtschaft und die Industrien auch eine sehr große Rolle. Ein anderer negativer Punkt ist zudem die Abfallwirtschaft und die Überbevölkerung, weil das Abfallmanagement oft nicht mit den anfallenden Müllmengen mithalten kann. Außerdem Leuten Chemische Abfälle auch zu Bodenverschmutzung.

Wie werden wir als Schule Aktiv?

Auch Schulen können einen entscheidenden Beitrag zu den Globalen Umweltherausforderungen leisten. Es ist wichtig das auch die nächsten Generationen informiert und motiviert sind, da der Klimawandel immer drängender wird.

Aber was könnte man als Schule tuen um so einen Beitrag zu leisten?

Wir könnten bei der kleinsten Sache beginnen, nämlich beim Müll trennen. Es ist sehr wichtig das wir recyceln, da es die Umwelt schont, Energie spart, die Verluste biologischer Vielfalt begrenzt, Ressourcen spart und den Schutz der Umwelt für die nächsten Generationen zu bewahren.

Die nächste Idee wäre ein Workshop bzw. eine AG in der man Schülern mehr über die Umweltherausforderungen informiert und eine "Einpflanzaktion" zur Verfügung stellt. Es ist zudem noch wichtig so gut es geht Plastik zu verhindern bzw. in der Cafeteria und im WOB Plastik zu vermeiden, und regionale/saisonale Produkte stattdessen zu verwenden. Wir könnten außerdem eine Partnerschaft mit einer Umweltorganisation starten. Eine gute Idee wäre z. B. auch Bewegungsmelder, Heizungen und das Licht im Schulgebäude mit Energiesparenden Mittel zu betreiben. Man könnte eine Schulaktion wie ein "Autofreier Tag" machen, um herauszufinden wie wichtig Autos im Alltag geworden sind. Einen größeren Schulgarten oder ein Hochbeet mit Insektenfreundlichen grünem zu pflanzen wäre auch eine Möglichkeit Aktiv zu werden. Es gibt sehr viele Möglichkeiten als Schule gegen die Globalen Umweltherausforderungen Aktiv zu werden. Auch als Schule liegt es in unserer Verantwortung. Ob durch Mülltrennung, Schulprojekten oder Kooperation mit anderen Umweltschutzvereinen -jeder dich so kleine Schritt zählt. Wenn Lehrer, Eltern und Schüler zusammen handeln haben wir eine Chance Unterschied zu machen. Jeder kleine Schritt zählt, denn auch unsere Schule kann ein Vorbild im Umweltschutz sein.

Maja Völkert



Das TGK- eine tolle Schule! Aber ist sie auch barrierefrei?

Das TGK ist eine tolle Schule! Aber Menschen die im Rollstuhl sitzen oder eine andere Beeinträchtigung haben, können sie nicht besuchen- weder als Gast noch als Schüler. Wenn ein Rollstuhlfahrer das TGK besuchen möchte, stößt er auf viele Hindernisse, manche davon könnten allerdings mit relativ einfachen Mitteln behoben werden.

Ein Beispiel: Mein Bruder ist Rollstuhlfahrer. Er ist zwar selbst kein Schüler, aber zusammen haben wir den diesjährigen kulturinarenischen Abend besucht. Während des Abends konnte mein Bruder mich nicht sehen, als ich mit der Big Band gespielt habe, weil er im Rollstuhl niedriger saß als der Rest des Publikums und in der ersten Reihe alle Plätze reserviert waren. Nach dem kulturinarenischen Abend war es für ihn nicht möglich, ins WOB zu kommen und dort die leckeren Speisen und Getränke zu testen, weil es keinen Aufzug gibt. Diese Probleme könnten in Zukunft beide vermieden werden. Zum einen wäre es schön, wenn beeinträchtigte Menschen auch einen Platz in der ersten Reihe bekommen könnten, zum anderen könnte man Schilder aufstellen, die dem Rollstuhlfahrer den Weg zum WOB über den Schulhof weisen.

Leider lassen sich nicht alle Probleme so leicht beheben. Ein Rollstuhlfahrer könnte ohne sehr viel Hilfe nicht auf die Toilette gehen, da die Türen zu schmal sind.

Es gibt auch keine Griffe, so dass er sich nicht neben der Toilette festhalten könnte. In diesem Falle müssten Rollstuhlfahrertoiletten eingebaut werden. Noch ein Problem, was keiner erwarten würde sind die Türen. Unsere Türen müssen sehr oft nach hinten gezogen werden um sie zu öffnen. Für einen Rollstuhlfahrer sind diese Türen unpassierbar, weil er nicht gleichzeitig nach hinten fahren und die Tür öffnen und hindurchfahren kann. Um das zu verhindern müssten überall elektronische Türöffner eingebaut werden. Natürlich sind bauliche Maßnahmen wie der Einbau neuer Türen oder rollstuhlgerechter Toiletten mit sehr großem Aufwand und hohen Kosten verbunden und nicht schnell umzusetzen. Aber es wäre schön, wenn einige kleine Veränderungen, wie z.B. das Aufhängen von Schildern beim Kulti oder das Ausweisen eines Rollstuhlfahrerplatzes im Theaterraum in Zukunft möglich gemacht werden könnten.

Ida Bruhn



Die Rolle von Essen für das Gehirn

Das Taunusgymnasium in Königstein wird seit mehreren Jahren vom Taunus Menü Service (TMS) mit Schülern versorgt. Schon seit Langem beklagen sich Schülerinnen und Schüler über den hohen Preis und den Geschmack der Mahlzeiten. Doch was steckt wirklich hinter dem Schülern und wie unterstützt es die Leistungsfähigkeit unseres Gehirns?

Was ist der TMS?

Die Taunus Menü Service GmbH ist ein Unternehmen aus dem Hochtaunuskreis, das seit 2004 Speisen für öffentliche und soziale Einrichtungen, darunter Schulen, herstellt. Täglich werden bis zu 5.500 Menschen mit warmen Mahlzeiten beliefert. Wie wird das Essen hergestellt?

Das Cook-&-Chill-Verfahren

Der TMS setzt beim Zubereiten seiner Menüs auf das sogenannte Cook-&-Chill-Verfahren („Kochen und Kühlen“). Dabei werden die Lebensmittel, zum Beispiel Nudeln, zu 90 Prozent vorgekocht und anschließend gekühlt. Die Speisen lagern bei 3 °C und werden kurz vor dem Verzehr auf 72 °C erhitzt. So können die Gerichte bis zu 72 Stunden transportiert und gelagert werden, ohne Qualitätsverluste zu erleiden. Dieses Verfahren minimiert Nährstoffverluste, die beim Warmhalten auftreten könnten. Wer ein gesundes Gericht wählen möchte, sollte trotzdem einen Blick auf die Zutatenliste werfen.

Wichtige Nährstoffe für Schülerinnen und Schüler

Schülerinnen und Schüler verbringen oft bis zu elf Stunden in der Schule. Den ganzen Tag über sind sie mit Denken, Sport und kreativen Aufgaben beschäftigt. Dafür ist eine gesunde Ernährung essenziell, da der Körper ausreichend Energie benötigt. Das Gehirn bezieht seine Energie hauptsächlich aus Glukose und benötigt täglich etwa 120–140 g. Fehlt diese, sinkt die Leistungsfähigkeit. Kohlenhydratreiche Lebensmittel wie Haferflocken liefern diese Energie gleichmäßig und ballaststoffreich. Nüsse liefern zudem wichtige B-Vitamine, die für die Signalübertragung zwischen Nervenzellen notwendig sind. Eiweißreiche Lebensmittel wie Eier, Quark, Kichererbsen oder Sojabohnen liefern Proteine, die das Gehirn für Lernen und Erinnern braucht. Obst, insbesondere Beeren und Tomaten, enthält Antioxidantien, die die Nervenzellen vor Stress schützen.

Menüauswahl

Das TMS-Menü bietet viele Optionen, die reich an Kohlenhydraten sind wie Nudeln, Reis und Kartoffeln, wodurch das Gehirn ausreichend Glukose erhält. Auch Eiweißquellen wie Quark, Eier, Hülsenfrüchte und manchmal Fleisch sind vorhanden, ebenso wie vegetarische oder vegane Alternativen. Allerdings werden frisches Gemüse und Obst, die wichtige Vitamine und Antioxidantien liefern, selten angeboten. Das liegt zum Teil am Cook-&-Chill-Verfahren: Frisches Gemüse eignet sich nur schlecht für das lange Lagern und Aufwärmen und wäre zudem teurer. So fehlt ein entscheidender Baustein für eine ausgewogene, gehirnfreundliche Ernährung.

Meinung der Schülerinnen und Schüler

Trotz des breiten Angebots und der schonenden Zubereitung sind viele Schülerinnen und Schüler unzufrieden. Sie kritisieren vor allem Geschmack und Preis-Leistungs-Verhältnis. Anbei sind einige Meinungen von Schülern aus dem TKG: Das Essen schmeckt nicht gut. Die Konsistenz ist oft seltsam, und die Menüs wiederholen sich häufig. Aber manchmal gibt es keine andere Möglichkeit, weil man keine Zeit hat, etwas zu kaufen.“ – B.T., Q1T03 „Mein Bruder darf aus gesundheitlichen Gründen weder Gluten noch Laktose essen. Ich finde es schade, dass es dafür keine passenden Optionen gibt.“ – A.W., Jahrgang 10 „Das Preis-Leistungs-Verhältnis stimmt nicht. Die Portionen sind klein und zu teuer, oder das Essen schmeckt einfach nicht.“ – C.W., Q1T04

Das TMS stellt sicher, dass die Schülerinnen und Schüler Glukose und Eiweiß erhalten, die für Energie und Konzentration wichtig sind. Allerdings mangelt es an frischem Gemüse und Obst, die für Vitamine, Antioxidantien und langfristige Gehirngesundheit entscheidend sind. Das Schülern deckt damit nur teilweise die Bedürfnisse des Gehirns und zeigt, wie Budget, Lagerverfahren und Preisgestaltung die Qualität der Mahlzeiten beeinflussen.

Larissa Gauß



Was ist SegeLn eigentlich?

SegeLn ist eine vom TKG neu eingeführte Unterrichtsform. Bisher segeLn die fünften und sechsten Klassen, sowie seit Schuljahr 2025/26 auch die siebten Klassen, allerdings segeLn diese anders als die unteren Klassen. In diesem Artikel geht es nur um das SegeLn in den fünften und sechsten Klassen. In jedem Hauptfach gibt es einen sogenannten SegeLplan, welchen man in einem bestimmten Zeitraum bearbeiten muss. Das ist ein DIN A4 Blatt Papier auf welchen Pflichtbojen sind, es sind Kästen mit Aufgaben die man bearbeiten MUSS. Diese Aufgaben können Buchaufgaben, Arbeitsblätter oder kreative Aufgaben sein. Wenn man noch nicht alles verstanden hat, kann man zusätzlich die Rettungsringe bearbeiten. Das sind kleine Kästen mit Merkblättern, Übungsaufgaben oder Erklärvideos, die einem helfen sollen das Thema zu verinnerlichen. Häufig gibt es Schüler, die schneller fertig sind, sie haben die Möglichkeit Speedboote zu bearbeiten. Das sind kreative Aufgaben, damit man etwas sinnvolles zu tun hat und das Thema noch einmal verinnerlicht. Alle Aufgaben die man bearbeitet, korrigiert man mit Hilfe von Lösungsblättern. SegeLn ist die Abkürzung zu SElbstGEsteuertesLerneN. Schüler müssen selbst entscheiden wann sie welche Aufgaben bearbeiten wollen, dies halten sie in ihrem Logbuch fest.

Das Logbuch

Das Logbuch ist das wichtigste Material beim SegeLn, in diesem Heft trägt man ein, was man in der SegeLstunde schaffen möchte, wo man arbeitet und mit wem. Im Logbuch gibt es die Wochenreflexion, bei der man seine Woche mit Hilfe vom Wochenziel, welches man am Anfang der Woche festlegt hat, reflektiert. Bei dem Wochenziel kann man sich z.B. vornehmen sich in einem bestimmten Fach öfter zu melden oder jeden Tag direkt alle Hausaufgaben zu machen. Am Ende jeder Stunde hakt man ab, was man geschafft hat, was man besser machen könnte usw. Abgesehen davon trägt man im Logbuch seine Hausaufgaben und Entschuldigungen für Fehlstunden ein.

Arbeitsbereiche

Beim SegeLn gibt es drei Orte, an denen man arbeiten kann: das ganz normale Klassenzimmer, den Stillarbeitsraum und die Lernlandschaft. Im Stillarbeitsraum herrscht absolute Ruhe. Dort kann man z.B. arbeiten, wenn man sich besser konzentrieren oder vorankommen will.

Die Lernlandschaft eine Art Gruppenarbeitsraum. Dort stehen mehrere Tische mit Stühlen an denen man zusammen mit seinen Klassenkameraden aber auch alleine arbeiten kann. Im Klassenraum ist meistens eine Lehrkraft anwesend, die man fragen kann, wenn man noch Probleme bei den Aufgaben hat. Hier kann man alleine oder auch zusammenarbeiten.

Ablauf vom SegeLn

Das SegeLn hat vier Phasen:

Die erste ist der Check In, beim Check In setzt man sich ein Ziel, das heißt man überlegt sich woran man arbeiten will (welche Bojen). Das schreibt man dann ins Logbuch. In so einem Eintrag sollte stehen, welche Bojen man mache will und wie lange sie brauchen. Am Anfang der Woche setzt man sich während des Check in auch noch das Wochenziel. Als zweites folgt die Stillarbeit. Dort arbeitet man 15-25 Minuten nur im Klassenraum. Während der Stillarbeit wird nicht geredet, vorausgesetzt es handelt sich nicht um irgendwelche Fragen.

Die dritte Phase ist das freie SegeLn. Währenddessen darf man in jedem Raum und mit jeder Person arbeiten mit der man will, wenn man sich gut verhält und die Lehrkraft es erlaubt.



Als letztes kommt der Check Out. Dabei wertet man aus, was man geschafft hat. Man guckt, ob man sein Ziel erreicht hat. Wenn es Freitag ist macht man zusätzlich auch noch die Wochenauswertung. Man schaut was man in der Woche alles geschafft hat, und beantwortet unten die Fragen, die im Logbuch stehen.

SegeLn auf dem Stundenplan.

SegeLn ist nicht wirklich ein eigenes Fach. Es geht wie schon erwähnt in die mündliche Mitarbeitsnote vom jeweiligen Fach ein. Auf dem Stundenplan steht trotzdem immer SegeLn. Pro Woche gibt es pro Fach ein bis zwei SegeLstunden. In jeder SegeLstunde ist immer ein Fachlehrer anwesend. Meist segeLt man dann auch das Fach was der Fachlehrer, der anwesend ist, unterrichtet. Es steht einem aber trotzdem frei, ob man nun Mathe Deutsch, Englisch oder Französisch/Latein segeLt, manchmal ist es auch so, dass die Fachlehrer statt einer SegeLstunde eine ganz normale Fachstunde einlegen. Dies wird aber meist vorher angekündigt oder steht auf dem Vertretungsplan.

Vor und Nachteile vom SegeLn

Jeder Schüler kann individuell in seinem eigenen Tempo arbeiten, was gut gegen Druck oder Stress ist. Außerdem muss jeder allein lernen sich zu

organisieren, um alle Pläne rechtzeitig beenden zu können. Das ist wichtig für das spätere Leben und eine sehr gute Eigenschaft. Pro Woche hat man eine Ankerstunde pro Fach, so nennt man den ganz normalen Unterricht in den Hauptfächern, muss aber mit dem Wissen einen ganzen SegeLplan bearbeiten und möglicherweise am Ende sogar eine Klassenarbeit schreiben. Vor allem das kann schwierig werden, weil man beim SegeLn so gut wie keinen Input von den Lehren erhält. Es gibt Vor- und Nachteile vom SegeLn, das SegeLn ist ein sehr gutes Konzept, bei dem man gut üben kann, wenn Schüler aber von den Lösungen abschreiben oder auf andere Weisen das SegeLn ausnutzen, lernen sie eben nichts, aber das fällt dann nur ihnen zur Last. Das SegeLn ist ein gutes Konzept, um zu lernen sich zu organisieren und/oder stressfreier ein Thema zu üben. Es ist sehr präzise ausgearbeitet worden und man lernt Themen mit mehr Spaß durch Gruppenarbeit und anderen großartigen Methoden.

Henrike Berner, Sophia Glawe und Leonardo D.P.P.

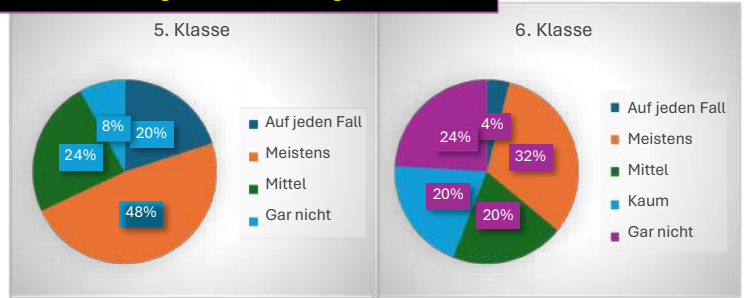
SegeLn-Umfrage

- Vor den Osterferien 2025 haben wir eine Umfrage zum Thema SegeLn gemacht, um die Meinungen der Fünft- und Sechstklässler zu diesem Thema zu hören. Dabei nahmen jeweils 25 Kinder der Klassenstufen 5 und 6 teil.
- Hier sind die Ergebnisse:

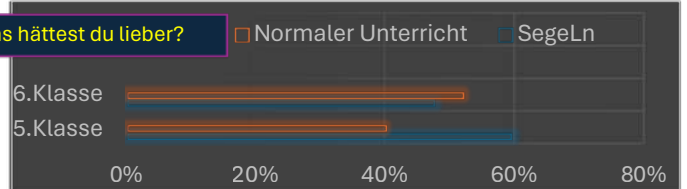
Lieblingsbereiche:



Verbessert das SegeLn deine Planung?



Was hättest du lieber?



Chancengleichheit beginnt mit Bildung

Bildung spielt eine zentrale Rolle in unserer Gesellschaft. Ein guter Bildungsstand, wie zum Beispiel ein erfolgreicher Schulabschluss, verbessert nicht nur die Chancen auf dem Arbeitsmarkt und ermöglicht bessere berufliche Perspektiven, sondern schafft auch notwendige Voraussetzungen für ein unabhängiges Leben. Aber was ist „Bildung“ überhaupt und warum ist sie so wichtig? Der Begriff „Bildung“ stammt von dem althochdeutschen Wort „bildunga“ ab, was so viel wie „Vorstellungskraft“ bedeutet. Mit „Bildung“ bezeichnet man den Lernprozess, also den Erwerb neuer Fähigkeiten und das Aneignen von neuem Wissen. Dabei ist Wissen die Basis für Partizipation, egal ob politisch, sozial oder kulturell. Ohne Bildung können Menschen ihr Potenzial nicht ausschöpfen, zudem wird die individuelle Entwicklung erschwert. Aus diesem Grund ist Bildung ein Menschenrecht, d.h., dass jeder die Chance dazu haben sollte, zu lernen und zur Schule zu gehen. Dies leitet sich aus Art. 7 GG ab und ist in den Schulgesetzen aller Bundesländer festgeschrieben. Doch das ist leider nicht die Realität. Bildung ist noch immer von Herkunft, finanziellen Mitteln oder Geschlecht abhängig, sodass nicht jeder die gleichen Möglichkeiten hat. In Deutschland sind Kinder, die aus sozial schwächeren Familien kommen, häufig „schwächer“ in der Schule. Das liegt daran, dass ärmere Kinder im Durchschnitt geringere Bildungschancen haben. Doch wie kommt es dazu? Um diese Frage beantworten zu können, muss man sich erstmal klar machen, wo Bildung beginnt. Bildung bzw. Ungleichheit beginnt schon bei der Geburt. Kinder, deren Eltern finanziell gut aufgestellt sind, bekommen beispielsweise häufig vorgelesen. Das kann zu einem umfangreicheren Wortschatz führen und die Kreativität fördern. Außerdem nehmen sie meist schon früh an Sportangeboten teil und/oder erlernen Musikinstrumente, was zur individuellen Entwicklung beitragen kann.

In anderen Ländern wie zum Beispiel Indien, Afghanistan, Pakistan und Somalia besteht eine noch viel größere Ungleichheit in Bezug auf Bildung. In diesen Ländern haben Frauen und Mädchen einen niedrigeren sozialen Status als Männer, was dazu führt, dass sie oft keinen ausreichenden Zugang zu Bildung erhalten. Besonders deutlich wird diese Benachteiligung von Mädchen am Beispiel Indiens - einem Land, zu dem wir dank unserer Partnerschule in Amguri einen direkten Bezug haben. In diesem Zusammenhang habe ich ein Interview mit Herrn Brinkmann geführt.

„In vielen Regionen Indiens gibt es immer noch die Vorstellung, dass Mädchen eine Belastung für die Familie darstellen und das Ziel ist, sie so schnell wie möglich zu verheiraten.“ Darunter leidet die Ausbildung der Mädchen, da 40% meist schon nach der 4.Klasse von der Schule abgehen bzw. sie beenden. Dieser frühzeitige Abbruch der Schule hat negative Auswirkungen auf ihre Zukunft, da sie später dann nur noch Berufe ausüben können, die keine Ausbildung voraussetzen. Dies ist wiederum nicht gewinnbringend. Grundsätzlich kann man sagen, „dass jedes Schuljahr das Leben einer Frau durchschnittlich um vier Jahre verlängert“ (Herr Brinkmann). Angesichts dieser Herausforderungen ist es umso bedeutender, sich für ein besseres Bildungssystem einzusetzen. Das Taunusgymnasium engagiert sich deshalb für Bildungsprojekte, die auch Mädchen einen guten Abschluss möglich machen sollen. Zum Beispiel organisiert die Amguri-AG viele Spendenaktionen und besucht die Partnerschule regelmäßig, was zu einer besseren Zukunftsgestaltung der indischen Kinder beiträgt, bzw. eine gute Schulbildung ermöglicht. Grundlegend kann man sagen, dass „es neben Gesundheit fast nichts wichtigeres als Bildung gibt und wir in Deutschland dankbar dafür sein können, dass hier jeder das Recht auf Bildung hat.“ „Dennoch ist bei der Gleichstellung der Geschlechter auch in Deutschland in vielen Bereichen noch einiges zu tun“ (Thomas Brinkmann).

Marie Degenkolb

Ich möchte mich bei Herrn Brinkmann für das Interview bedanken!



Redaktion

Maja Völkert	Klasse 8c	Die globalen Umweltherausforderungen.
Ida Bruhn	Klasse 6f	Barrierefreiheit am Taunusgymnasium.
Larissa Gauß	Kurs Q1T06	Die Rolle von Essen für das Gehirn.
Henrike Berner, Sophia Glawe und Leonardo De Paoli Pepler	Klasse 7f	Was ist SegeLn eigentlich?
Marie Degenkolb	Klasse 10c	Chancengleichheit beginnt mit Bildung.

Wir danken Frau Herrmann und Herrn Meinikmann für ihre Unterstützung.

Alle Bilder sind entweder durch künstliche Intelligenz generiert oder eigenhändig fotografiert worden.