

# **Gesundheitsförderung an der KGS Südstraße**

## **1. Grundsätze**

- Der Begriff Gesundheit wird im ganzheitlichen Sinne gemäß der Definition der Weltgesundheitsorganisation WHO („Gesundheit als ein Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens“) verstanden. Die Gesundheitsförderung umfasst daher die drei Säulen Bewegungsförderung – gesunde Ernährung – psychosoziale Gesundheit.
- Die Gesundheitsförderung an der Katholischen Grundschule Südstraße folgt dem in den Leitsätzen der Schule verankerten Grundgedanken des Miteinanders. Sie ist eine gemeinsame Aufgabe von Schule, Elternhaus und Kindern.
- Das Thema Gesundheit steht im Kontext der Mitwirkung des Menschen an der Schöpfung Gottes. Das Leben und der menschliche Leib sind Gaben Gottes, dem Menschen ist die Verantwortung für seine Gesundheit und den bestmöglichen Erhalt seiner Lebenskraft übertragen.

## **2. Ziele**

### Erziehung

- zu einem gewaltfreien und respektvollen Umgang miteinander
- zur Körperhygiene
- zur gesunden Ernährung
- zur regelmäßigen und gründlichen Zahnpflege
- zu einem offenen und souveränen Umgangs mit dem Thema Sexualität
- zu einem gesundheitsbewussten Freizeit- und Konsumverhalten

### Förderung

- der Bewegungsfreude
- der Körperkenntnis und des Körperbewusstseins
- der Sozialkompetenz
- von Sach- und Methodenkompetenz

### Stärkung

- der Persönlichkeit und des Selbstwertgefühls
- der Empathiefähigkeit
- der Verantwortung für den eigenen Körper und den anderer

### Schutz und Vorbeugung

- Schutz vor Missbrauch
- Unfallschutz- und Krankheitsvorbeugung
- Sucht- und Drogenprävention
- Gewaltprävention

### 3. Wege und Maßnahmen

#### 3.1 Intensive Elternarbeit

Eine von Offenheit und Vertrauen geprägte Zusammenarbeit mit den Erziehungsberechtigten ist Grundvoraussetzung für das Gelingen schulischer Förderung der Kinder. Dies gilt in besonderer Weise auch für den Bereich der Gesundheitsförderung. Die Eltern erhalten bereits erste Informationen im Rahmen eines Elternabends (z.B. zur Zusammenarbeit, Grundhaltungen wie Geduld, Ermutigung, Vertrauen) vor der Einschulung sowie detailliertere Hinweise während der ersten Klassenpflegschaftssitzung (z.B. Gesundes Frühstück / gesunde Ernährung, Schulweg, Tornister). Im Laufe der vier Grundschuljahre stehen immer wieder Gesundheitsthemen (z.B. Ernährung, Sexualität, Infektionsschutz) auf den Tagesordnungen der halbjährlich stattfindenden Pflegschaftssitzungen. Bei Dringlichkeit können auch zusätzliche Sitzungen einberufen werden. Im Bedarfsfall werden entsprechende Themen in der Schulpflegschaft und in der Schulkonferenz besprochen.

Vor der Durchführung von Klassen- und klassenübergreifenden Projekten werden die Eltern umfassend, ggf. im Rahmen eines Informationsabends, über Inhalte und Ziele unterrichtet, nach Möglichkeit auch in die Projektvorbereitung, -durchführung und -gestaltung mit einbezogen.

Bei etwaigen Auffälligkeiten und Problemen einzelner Schülerinnen und Schüler sucht die Klassenlehrkraft den persönlichen Kontakt zu den Erziehungsberechtigten und führt, ggf. unter Hinzuziehung der Schulleitung und / oder außerschulischer Experten, ein Beratungs- und Problemlösungsgespräch. Sie zeigt dabei schulinterne Förder- und Hilfsmaßnahmen auf, verweist auf die Notwendigkeit häuslicher Unterstützung und fordert ggf. dazu auf, außerschulische Hilfe (z.B. Jugendamt, Gesundheitsamt, Kinderarzt, Logopädie o.ä.) in Anspruch zu nehmen.

*Darüber hinaus könnte Elternarbeit in Form von entsprechenden Fortbildungsveranstaltungen (Elternseminaren) stattfinden. Ebenso ist ein sog. Eltern- oder Erziehungsvertrag denkbar, der u.a. Vereinbarungen zur Gesundheitserziehung beinhaltet. Dazu müsste in den Gremien beraten und diskutiert werden.*

#### 3.2 Zusammenarbeit mit Experten

Die Schule kooperiert mit außerschulischen Experten und Institutionen:

- BAD Gesundheits- und Sicherheitstechnik GmbH (u.a. Arbeitsschutz, Mutter-schutz)
- Kreisgesundheitsamt (u.a. Schuleingangsuntersuchung, Schulpsychologie, Infektionsschutz, LRS, Dyskalkulie, Sehtest, gesunde Ernährung, Zahnpflege und -untersuchung)
- Polizei (u.a. Verkehrserziehung, Gewaltprävention)
- Stadtverwaltung
- Stadtjugendamt (u.a. Beratung, Betreuung, Hilfe in Erziehungsfragen)
- Sonderpädagogen (AOSF / GU)
- Kinderärzte
- Kirche, Caritas, Diakonie, Kinderschutzbund
- Sportvereine

### 3.3 Unterrichtliche (Förder-)Maßnahmen

Im Rahmen der Schulaufnahme, der ersten Schulwochen und im weiteren Schulalltag sind verschiedene Maßnahmen zur Diagnose und Förderung der Kinder verankert (siehe hierzu auch das schulinterne Förderkonzept):

- Erziehung zu gesunder Ernährung (gesundes Frühstück, Schulumilch/Kakao, Mineralwasser), zu Konfliktbewältigung ohne Gewalt, zur Einhaltung von grundlegenden Regeln des Mit- und Füreinanders, zu gegenseitigem Helfen und Trösten
- Eingangsdagnostik (Wahrnehmungsbereiche, Motorik, Sozialität, Emotionalität, Sprachstand, Mathematik)
- Sportförderunterricht (bei Empfehlung des Gesundheitsamtes aufgrund entsprechender Beobachtungen bei der Schuleingangsuntersuchung sowie aufgrund eigener Beobachtungen; Voraussetzung: entsprechend ausgebildetes Lehrpersonal)
- regulärer, lehrplangemäßer Sportunterricht
- Vorbereitung und Durchführung von Sportveranstaltungen wie Bundesjugendspiele (Erwerb von Sport- und Schwimmbzeichen)
- Prinzip der individuellen Förderung durch innere, ggf. auch äußere Differenzierung (spezielle Förderunterrichtsstunden in Mathematik und Deutsch); Erstellung und Fortschreibung individueller Förderpläne  
*Bei einer verbesserten Raumsituation wäre auch ein Lernstudio (AO-GS §4 Abs. 2) denkbar.*
- Durchgängig in allen vier Jahrgangstufen: Sexualerziehung (schwerpunktmäßig in Klasse 4) und Verkehrserziehung (Schwerpunkte: sicherer Schulweg in Klasse 1, Radfahrübungen in Klasse 2, Radfahrtraining mit abschl. Prüfung in Klasse 4)
- Pausenspiele (Kletterwand, Fußballfeld, Hüpfspiele, Twister, Basketballkorb, Tischtennisplatte)
- *Verbesserungswürdig (?) und wichtig: Bewegungspausen und –spiele, Erweiterung des Pausenspielangebots*

### 3.4 Außerunterrichtliche Angebote

Wir sind stets bestrebt, im Rahmen der personellen, finanziellen und räumlichen Ressourcen und mit Unterstützung von Eltern und anderen fachkundigen und pädagogisch kompetenten Personen sowie in Kooperation mit Vereinen o.ä. Einrichtungen außerunterrichtliche Angebote zur Bewegungsförderung und Freizeitgestaltung anzubieten, die z.T. auch im Nachmittagsbereich stattfinden.

Beispiele:

- Basketball-, Fußball-, Handball- sowie Golf-AG
- Kunst-AG (Landesprogramm „Kultur und Schule“)
- Chor, Orchester, Flöten-AG, JEKI („Jedem Kind ein Instrument“)
- Garten-, Wald-AG

### 3.5 Maßnahmen und Angebote im Offenen Ganztag

Seit dem Schuljahr 2007/08 ist die Katholische Grundschule Südstraße eine Offene Ganztagschule. Nach dem Unterricht werden die dort angemeldeten Kinder bis 16 Uhr betreut. Sie erhalten ein Mittagessen, Hausaufgabenbetreuung und verschiedene Bildungsangebote (Näheres siehe OGS-Konzept.).

Gesundheitsfördernde Maßnahmen im Bereich des Offenen Ganztags sind:

- Auswahl des Mittagessens nach dem Prinzip „Gesundheit und Ausgewogenheit“
- ständiger Vorrat an und Zugriff auf gesunde Zwischenmahlzeiten (Obst)
- Zahnputzpflicht nach den Mahlzeiten
- freies oder angeleitetes Spiel- und Bewegungsangebot in den Betreuungsräumen, in der Aula, auf dem Schulhof und/oder in der Turnhalle
- verschiedene Bildungsangebote wie Erste-Hilfe-Kurs, Koch-AG, MiniBaskets, Schwimmkurs, Bastel- und Mal-AG
- verschiedene Unternehmungen wie Wanderungen, Schlittenfahren, Besuch eines Kräutergartens u.ä.

### 3.6 Weitere Projekte

Es gibt weitere Projekte und Maßnahmen, die klassenbezogen, aber auch jahrgangsstufen- und/oder klassenübergreifend durchgeführt werden. Hier sind zu nennen:

- „Klasse2000“ – ein ganzheitliches Programm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltprävention, das mit finanzieller Unterstützung von Gesundheitspaten und in enger Zusammenarbeit der Lehrkräfte mit einem externen Klasse2000-Gesundheitsförderer in allen Klassen fächerübergreifend umgesetzt wird. „Klasse2000 fördert die positive Einstellung der Kinder zur Gesundheit und vermittelt Wissen über den Körper. Bewegung, gesunde Ernährung und Entspannung sind ebenso wichtige Bausteine von Klasse2000 wie der Umgang mit Gefühlen und Stress, Strategien zur Problem- und Konfliktlösung. So unterstützt Klasse2000 die Kinder dabei, ihr Leben ohne Suchtmittel, Gewalt und gesundheitsschädigendes Verhalten zu meistern.“ (Kurzinfo des Vereins Klasse 2000)

Klasse2000 wurde an unserer Schule im Schuljahr 2006/07 eingeführt.

- „Mut tut gut“ – ein Programm zur Gewaltprävention der Emanzipatorischen Jugendarbeit em-jug (Polizei und VHS Oberberg, Polizeisportverein NRW/D), das ebenfalls ganzheitlich angelegt ist mit dem Ziel, dass die Kinder „sich ihrer Situation bewusst werden und Neinsagen lernen. Dies bezieht sich auf Situationen, in denen sie in Zukunft unter Druck gesetzt werden (ob nun von Erwachsenen oder Kindern) etwas zu tun, was sie nicht wollen oder sich selbst in Gefahr zu bringen, z.B.: Drogen auszuprobieren, körperliche Gewalt einzusetzen, Klassenkeile angedroht zu bekommen, erpresst zu werden die Hausaufgaben herzugeben, sich "komisch" berühren zu lassen, die Jacke zu "verschenken", Schutzgelder zu bezahlen, Mutproben zu bestehen oder das Pausenbrot zu "tauschen". Jungen und Mädchen haben in diesen Trainings die Möglichkeit, Konfliktbewältigungsstrategien spielerisch auszuprobieren und sich darüber klar zu werden, wo und wie sie Hilfe erfahren, wenn sie mit Problemen und Schwierigkeiten nicht zurecht kommen.“ (Auszug aus dem „Mut tut gut“-Konzept“)

Dieses Programm wurde erstmals im Frühjahr 2008 mit allen Klassen durchgeführt. *Vorgeschlagen wurde eine regelmäßige Durchführung in Klasse 3.*

- „Zirkus Lollipop“ – ein Mitmachzirkus, der die Kinder innerhalb einer Schulwoche in verschiedenen Disziplinen (Akrobaten, Trapezkünstler, Dompteure, Clowns etc.) „ausbildet“ und ihnen so die Möglichkeit neuer und vielfältiger Körpererfahrungen, Darstellungs- und Bewegungsmöglichkeiten gibt. Zum Abschluss bieten die Kinder ihren Eltern und Verwandten eine richtige Zirkusvorstellung in einem richtigen Zir-

kuszelt. Hier werden zudem das Selbstwertgefühl des einzelnen Kindes wie auch das Zusammenhörigkeitsgefühl der Schulgemeinschaft gestärkt.

Dieses Projekt wurde erstmals im Schuljahr 2005/06 durchgeführt und soll nach Möglichkeit alle vier Schuljahre wiederholt werden.

- mehrtägige Klassenfahrten, die traditionell im vierten Schuljahr stattfinden und wegen der schlüssigen Konzeption und vielfältiger Möglichkeiten zur Naturerfahrung und -erkundung in den vergangenen Jahren das Jugendwaldheim in Arnsberg-Obereimer zum Ziel hatten; auch hier spielen zudem Gemeinschaftserfahrungen und die Möglichkeiten neue und unbekannte Körper- und Bewegungserfahrungen zu machen, eine wichtige Rolle.

### 3.7 Untersuchungs- und Präventionsmaßnahmen des Gesundheitsamtes

- Einschulungsuntersuchung
- Untersuchung im Rahmen eines AOSF-Verfahrens
- Zahnputzaktion und gesundes Frühstück
- Zahnuntersuchung in allen vier Jahrgangstufen
- Sehtest in Klasse 4
- Infektionsschutzmaßnahmen

### 3.8 Hygieneplan und Schulordnung

Der schuleigene Hygieneplan sowie die Schulordnung sind in ihren aktuellen Versionen Bestandteile des Schulprogramms und für jedermann verbindlich zu beachten und einzuhalten.

---

Dieses Konzept wurde im Frühjahr 2009 in der Lehrerkonferenz und in der Schulpflegschaft beraten und von der Schulkonferenz am 29.04.2009 verabschiedet. Es soll spätestens nach zwei Jahren evaluiert werden.