

**GRUNDSCHULE IPRUMP-STICKGRAS
LANGENWISCHSTR. 108
27751 DELMENHORST
TEL.: 04221/72322 · FAX : 04221/72323**

Gesundheitskonzept der Grundschule Iprump-Stickgras

- **Einleitung**

- **Leitlinie: „Wir setzen uns für eine gesunde Lebensweise ein.“**

- **Leitfaden u. Umsetzung des Gesundheitskonzeptes**

- **„Ist“ am Standort Stickgras**

- **„Ist“ am Standort Iprump**

- **„Soll“ an beiden Standorten**

- **Evaluation**

Einleitung

Die Schule nimmt in der Gesellschaft einen großen Stellenwert bei der Entwicklung der Kinder und Jugendlichen ein. In der heutigen Zeit, in der immer mehr Grundlagen der Erziehung vom Elternhaus vernachlässigt werden, muss Schule diese auch übernehmen.

Vor diesem Hintergrund gewinnt das Thema an Bedeutung, dass im Rahmen der Verantwortlichkeit der Gesellschaft die Unterstützung der Gesunderhaltung und der gesunden Lebensführung aller Schüler, Lehrkräfte und des Personals einen wichtigen Platz im „Lebensraum Schule“ einnimmt.

Die Förderung von Lebenskompetenzen sowie präventive Maßnahmen sind die Schwerpunkte unseres schulischen Gesundheitskonzeptes.

Des Weiteren leistet die Gesundheitsförderung einen wichtigen Beitrag zur Förderung der Lern- und Leistungsbereitschaft, sowohl der Schülerinnen und Schüler als auch der Lehrpersonen; sie trägt bei zur Zufriedenheit und zum Wohlbefinden aller Beteiligten.

In der Umsetzung dieses Konzeptes lehnen wir uns schwerpunktmäßig an die Aktion „Gesund Leben lernen“ der Landesvereinigung für Gesundheit Niedersachsen e. V. an.

Auf dieser Basis arbeitet auch die „Idefix-Studie“ der UNI Bremen, Bremer Institut für Präventionsforschung und Sozialmedizin (BIPS), die vor einigen Jahren an der GS Stickgras sowie an der GS Iprump durchgeführt wurde.

Grundidee der Studie:

Ausbau zur eigenverantwortlichen Schule, Qualitätsverbesserung, wie sie im Orientierungsrahmen Schulqualität besonders in den Punkten

3.1 „Schule als Lebensraum“ und

3.2 „Gesundheitsförderung im Schulalltag“ gefordert wird.

Projektbeschreibung:

„Gesund Leben lernen“ ist ein Kooperationsprojekt der Spitzenverbände der Krankenkassen und der „Landesvereinigungen für Gesundheit in Niedersachsen“, mit dem Ziel, „die Organisation Schule“ zu einer gesunden Lebenswelt für alle in ihr Arbeitenden und Lernenden zu entwickeln.

Dabei setzt man auf Verhaltens- und Verhältnisänderungen.

Ziele:

- Entwicklung der „Organisation Schule“ zu einem gesunden Lebensraum
- Gesundes Lernen und Lehren
- Steigerung der Leistungsfähigkeit
- Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden
- Verbesserung von Gesundheitswissen und –verhalten
- Einbeziehung elterlicher Verantwortung, Kompetenzen und Ressourcen

Wesentliche Prinzipien der sind:

**Ganzheitlichkeit
Partizipation
Integration**

In dieses Gesundheitskonzept sind bewusst Themen nicht aufgenommen worden, die im Unterricht sowieso behandelt werden oder nur an der Peripherie oder im weitesten Sinn mit Gesundheitserziehung in der Grundschule zu tun haben.

Das sind zum Beispiel Themen wie:

- Wir sind eine Familie
- Sexualkundeunterricht
- Als ich ein Baby war (Entstehung und Entwicklung von Leben)
- Nahrungsherstellung im regionalen Raum
- Transportwege von Nahrungsmitteln aus fernen Regionen
- Müll / Müllvermeidung – Kompostierung und Wiederverarbeitung im Garten
- Schulgarten – pflanzen, säen und ernten z. B. von Kräutern im Schulgarten
- Klassenraumausstattung – körpergerechtes Mobiliar
- Bedeutung des Unterrichts an frischer Luft (grünes Klassenzimmer)
- Lärm in unserem Umfeld
- Umgang mit hoher Sonnenintensität und Ozonwerten
- Verkehrserziehung – Verhalten im Straßenverkehr - Warum Helm tragen?
- Umweltschutz – Energiesparmaßnahmen
- u. v. a. m.

**„Wir setzen uns für eine gesunde Lebensweise ein“
(Leitlinie 3 des Schulprogramms)**

Ist:

- 1. Zusammenarbeit mit dem Fachdienst „Gesundheit“ der Stadt Delmenhorst**
- 2. Zusammenarbeit mit der Kinderklinik des Städtischen Klinikums Delmenhorst**
- 3. „Fit in Deutsch“; Durchführung der Sprachstandsfeststellung in Zusammenarbeit mit den Kindergärten, aus denen die GS Stickgras Kinder eingeschult werden (ein Jahr vor der Einschulung)**
- 4. Informationen an Schüler und Eltern bezüglich gesunder Ernährung und Lebensweise weitergeben
Bezug: „Idefix-Studie-Europa“ „gesund leben lernen“, durchgeführt an der GS Stickgras von der UNI Bremen, Bremer Institut für Präventionsforschung und Sozialmedizin (BIPS)**
- 5. Bereitstellung von Obst, Gemüse, Wasser und Säften durch den**

Förderverein bzw. Eltern

Unterrichtseinheiten zu: gesunder Ernährung, Körperhygiene, Zahngesundheit

(s. Schulinterne Curricula Sachunterricht Klassen 1 – 4)

- 6. Rhythmisieren des Unterrichts in Phasen der Anspannung und Entspannung**
- 7. Bewegungsangebote in den Pausen, AG-Stunden und während der Betreuungszeit**
- 8. Rauchen und Konsum alkoholischer Getränke auf dem gesamten Schulgelände sind verboten.** (Erlass des MK vom 01.08.2005)
- 9. „Sicher und Stark“, Gewaltpräventionskonzept der Deutschen BKK**
(s. Schulprogramm Pkt. 6; Das Konzept der Gewaltprävention; hier: Pkt. 6.3)
- „Faustlos“, Konzept zur Konfliktbewältigung und Ich-Stärkung**
(s. Schulprogramm Pkt. 6; Das Konzept der Gewaltprävention; hier: Pkt. 6.4)

Soll:

- 1. Mindestens zwei Unterrichtsstunden Sport pro Woche**
- 2. „Wir-gehen-zu-Fuß“- Aktion (gegen den Autotransfer durch die Eltern)**
- 3. Obst- und Gemüsefrühstück einmal pro Woche**
- 4. Informationsveranstaltungen für Eltern zu „Lebensweise“-Themen**
- 5. Kochen, Backen, Vermittlung von „Esskultur“ (Tisch decken, Benehmen am Tisch, Tischhygiene); im Rahmen des Unterrichts und in Arbeitsgemeinschaften durchführen**
- 6. Den „aid-Ernährungsführerschein“ im 3. oder 4. Schuljahr durchführen (freiwillig; Entscheidung liegt bei der Klassenleitung in Absprache mit der Klassenelternschaft)**
- 7. „Klasse 2000“ - Projekt zur Gesundheitsförderung und Suchtvorbeugung an Grundschulen. Dieses wurde entwickelt vom Institut für Präventive Pneumologie des Klinikums Nürnberg. Umsetzbarkeit wird im geprüft.**

Leitfaden und Umsetzung des Gesundheitskonzeptes

„Ist-Stand“ an der Grundschule Stickgras

1. Die Zusammenarbeit mit dem Fachdienst „Gesundheit“ der Stadt Delmenhorst

- Ärztliche Schuluntersuchung im Frühjahr vor der Einschulung
parallel dazu: Hör- und Sehtest, Überprüfung des Impfschutzes
- Jährliche zahnärztliche Reihenuntersuchung der Klassen 1 – 4
- Jugendzahnpflege, Mundhygiene, Gruppenprophylaxe der Klassen 2 – 4 (jährlich)
- Schulärztliche Untersuchung der Schüler der Klasse 4
Parallel dazu: Hörtest, nochmalige Überprüfung des Impfschutzes
- Erstellung und Evaluation eines Hygieneplans d. d. o. g. Fachdienst

2. Zusammenarbeit mit der Kinderklinik des Städtischen Klinikums Delmenhorst (durchgängig in der Grundschulzeit).

- Gespräche mit den entsprechenden Medizinerinnen bezüglich Auffälligkeiten bei Schülern bei Verdacht auf ADHS, Übergewichtigkeit und anderen, eventuell medizinisch zu hinterfragenden Auffälligkeiten.

3. Informationen an Schüler und Eltern bezüglich gesunder Lebensweise und Ernährung weitergeben (durchgängig in der Grundschulzeit) Bezug: u. a. Idefics und die Infos für die Kinder und die Eltern

- Sport und seine Bedeutung für die gesundheitliche Entwicklung im Kindesalter und allgemein für die Gesundheit
- Informationsbroschüre über das zulässige Gewicht eines Schulranzens und sporadische Kontrolle des Gewichtes.

4. Bereitstellung von Obst, Gemüse, Wasser und Säfte durch den Förderverein bzw. Eltern (durchgängig in der Grundschulzeit) z. Zt. ein Obst- und Gemüsefrühstück 14-täg; Wasser dauerhaft in den Klassen)

- Förderung des Obst- und Gemüsekonsums (s. Pkt. 3 der Leitlinien)
Info-Broschüre „Wie schmeckt eigentlich Brokkoli?“

5. Unterrichtseinheiten und Anregungen zu: gesunder Ernährung, Körperhygiene und Zahngesundheit (durchgängig i. d. Grundschulzeit)

- Bestes aus Hafer“, Rezepte: „Ernährungsfibel für kleine Helden“, Kölln-Werke, Elmshorn
- „Vom Korn zum Brot“, Unterrichtswerk
- „Körner ernähren die Welt“; Bausteine Grundschule
- Info-Broschüre der BZgA: „Ernährung, Bewegung und Entspannung“
- „Schulfrühstück“, Materialien f. d. Klassen 1 – 4; Klett Verlag
- „Mit Freunden essen – mit Freude“; Bertelsmann Stiftung
- „Die Kräuter- und Fruchtee-Werkstatt (3. u. 4. Jahrgang);
Wirtschaftsvereinigung Kräuter- und Fruchtee e. V., Hamburg
- „Nahrhaft“, Schmackhaft und gesund!; Bausteine Grundschule;
- „Fit und gesund durch Bewegung und richtige Ernährung“;
Ratgeber der Deutschen Schulsportstiftung
- „Leichter lernen durch Bewegung“, Spielideen zur täglichen
Bewegungszeit in der Grundschule
- „Bärchens märchenhafter Tag“
Ergebnispädagogische Materialien zur Ernährungserziehung
- „Wenn Frenzel auf Reisen geht“ – Vitamine -- DVD
- Anregungen zu einem gesunden Frühstück und „Beobachtung“ der
Umsetzung
 - gemeinsames Frühstück atmosphärisieren (vorlesen, Musik hören)
 - bei Geburtstagen zum Frühstück keine Süßigkeiten mitbringen; das
Kind darf sich ein Bewegungsspiel wünschen.

6. Rhythmisieren des Unterrichts in Phasen der Anspannung und Entspannung (durchgängig in der Grundschulzeit)

- „Gemeinsam schmausen in den Pausen“
Broschüre der Landesvereinigung der Milchwirtschaft Niedersachsen

7. Bewegungsangebote in den Pausen, AG-Stunden und während der Betreuungszeit (durchgängig in der Grundschulzeit)

- Bewegungsanregender Pausenhof / Außengelände der Schule und die entsprechende Nutzungsmöglichkeit – auch nachmittags.
Info-Broschüre „Draußen spielen macht Freu(n)de“
- „Gemeinsam schmausen in den Pausen“
Broschüre der Landesvereinigung der Milchwirtschaft Niedersachsen
- Förderung der Bewegung statt Fernsehkonsums;
Info-Broschüre „Familie genießen statt in die Röhre schauen!“
- Fit und gesund durch Bewegung und richtige Ernährung“;
Ratgeber der Deutschen Schulsportstiftung
- „Leichter lernen durch Bewegung“, Spielideen zur täglichen Bewegungszeit in der Grundschule
- Jährliche Durchführung der BJSp der Klassen 3 und 4;
zeitgleich: Spielefest der Klassen 1 und 2

Evaluation

Dieses Gesundheitskonzept soll zeitnah nach Beschluss umgesetzt werden. Es erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und ist zu jeder Zeit ergänzbar.

Eine interne Evaluation findet voraussichtlich im Schuljahr 2016 / 2017 statt und wird von den entsprechenden Gremien der Schule begleitet.