

## Gesundheitsförderung und Gesundheitsschutz– Konzept für unsere Schülerinnen und Schüler

„Laut Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) wird Gesundheit als ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur als das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen verstanden. Auch Schulen sind im Rahmen ihres Auftrages zur Gesundheitsförderung und zum Gesundheitsschutz aufgefordert, auf die physische und psychische Gesundheit sowohl der Schülerinnen und Schüler als auch der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu achten.“

*Referenzrahmen Schulqualität NRW, Erläuterung zu Kriterium 3.5.1 „Die Gestaltung der schulischen Arbeit und der Prozesse ist geprägt von einem umfassenden Gesundheitsverständnis. (...).“*

Zum Leitbild unserer Schule gehört neben der Erziehung zum Lernen und Leisten und der Erziehung zu sozialem Miteinander auch die Unterstützung der Persönlichkeitsentwicklung der Kinder. Kinder sollen durch den Unterricht und verschiedene kleinere und größere Projekte auch durch unsere Schule in der Entwicklung des Selbstbewusstseins, des Verantwortungsbewusstseins sowie dem Bilden und Vertreten der eigenen Meinung unterstützt werden.

Um Kinder optimal in ihrer Entwicklung zu unterstützen und zu selbstbewussten und starken Persönlichkeiten zu erziehen, haben wir an unserer Schule ebenfalls ein Präventionsprogramm installiert, das körperliches, geistiges und soziales Wohlergehen der Kinder unterstützen soll. Dieses sieht verschiedene Präventionsprojekte und schulische Maßnahmen vor, die auf unterschiedliche Bereiche des gesellschaftlichen Lebens zielen und in verschiedenen Jahrgangsstufen durchgeführt werden, um unsere Schülerinnen und Schüler nachhaltig zu stärken.

Besondere Projekte sind in den einzelnen Jahrgangsstufen verankert:

In der Jahrgangsstufe 1: Fußgängerführerschein (In Kooperation mit der Polizeidienststelle Düsseldorf-Wersten)

In der Jahrgangsstufe 2: Gesund und fit: „Meine Ernährung“ (in den Fächern Deutsch /Sachunterricht, sowie Durchführung des Sport-Checks, (In Kooperation mit dem Schulträger)

In der Jahrgangsstufe 4: Fahrradprüfung (In Kooperation mit der Polizei Düsseldorf)

In der Jahrgangsstufe 3,4: Schutz vor sexuellem Missbrauch (In Kooperation mit der Theaterpädagogischen Werkstatt Osnabrück)

„Schule nimmt bei der Prävention gegen sexuelle Gewalt eine Schlüsselrolle ein. Denn nur dort können nahezu alle Kinder und Jugendlichen erreicht werden...“ (*Schule NRW, 10/2016*)

Angesichts der gesellschaftlichen Bedeutung des Themas und der Vermittlung der Problematik des sexuellen Missbrauchs bietet die Konzeption „Mein Körper gehört mir!“ der Theaterpädagogischen Werkstatt Osnabrück mit dem interaktiven Agieren der Schauspieler/Innen mit den

## Gesundheitsförderung und Gesundheitsschutz– Konzept für unsere Schülerinnen und Schüler

Schülerinnen und Schülern, der Nachbesprechung im Unterricht und der Einbindung der Erziehungsberechtigten ein Gesamtprogramm, das überzeugende Arbeit zur Prävention anbietet.

Neben den besonderen Projekten, die jedes Schuljahr durchgeführt werden, sind auch viele Maßnahmen zur Gesunderhaltung fest in unserem Schulalltag verankert:

Dazu gehören u.a.:

- Bewegte Pause: Pausenspielzeug in allen Klassen, um Bewegungsmangel von Kindern entgegenzuwirken
- Bewegungspausen auch während des Unterrichts für alle Kinder bei Bedarf („Flitzepause“)
- Gesundes Frühstück: das Thema „Gesundes Frühstück“ wird in allen Jahrgangsstufen behandelt (möglichst zum Tag der gesunden Ernährung)
- Einmal jährlich „Aktion Zahngesundheit“
- Kurze Entspannungsübungen für alle Kinder bei Bedarf während der Unterrichtszeit, z. B. durch:
  - Auflockerungsübungen
  - Wahrnehmungsübungen
  - Fantasiereisen
  - Mandalas malen ....
- Beachtung eines positiven Lernklimas (Gesprächsregeln, Klassenregeln, Schulordnung...)
- Besprechen und beachten allgemeiner Hygienemaßnahmen in allen Klassen
- Teilnahme an zahlreichen sportlichen Wettbewerben
- Regelmäßiger Austausch zur Qualität unserer Mittagsverpflegung in der Offenen Ganztagschule
- Vielfältiges Bewegungs- und Entspannungsangebot im Rahmen der Angebote der Offenen Ganztagschule und ggf. der schulischen AGs
- Streitschlichterprogramm im Rahmen der Schulsozialarbeit

Um unseren Schülerinnen und Schülern ein möglichst hohes Maß an Sicherheit auf dem Weg zur Schule zu ermöglichen, werden in allen Klassen die „Notinseln“ in Wersten angesprochen. „Laufgruppen“, die sowohl das Zurücklegen des Schulwegs zu Fuß fördern, als auch die Sicherheit der Kinder auf dem Weg zur Schule erhöhen, werden bereits bei der Klassenbildung der ersten Schuljahre berücksichtigt.