

3.08 Konzept zur Gesundheitserziehung

Der „Lehrplan Sachunterricht Grundschule“ zeigt auf, dass die Schüler u.a. zu einem verantwortungsvollen Handeln im Bereich Natur und Leben hingeführt werden sollen. Die Kinder sollen sich mit dem eigenen Körper, seiner Ernährung und Pflege beschäftigen und daraus resultierend entsprechende Einstellungen und Verhaltensweisen ableiten.

Gesundheitserziehung wird als Auftrag zur Förderung einer gesundheitsdienlichen Lebensweise und Lebenswelt im Hinblick auf die physische, psychische und soziale Gesundheit verstanden.

Dieser Bildungs- und Erziehungsauftrag wird an der Johannesschule Sundern durch folgende zusätzliche Maßnahmen im Hinblick auf die Identitäts- und Persönlichkeitsentwicklung der Schüler ergänzt:

Klasse 2000 / Gesundheitsförderung in der Grundschule (Klassen 1-4)

Ziele des Programms sind:

- Förderung der Körperwahrnehmung und eine positive Einstellung zur Gesundheit
- Stärkung der persönlichen und sozialen Kompetenzen
- Schulung eines kritischen Umgangs mit Tabak, Alkohol und den Versprechen der Werbung
- Unterstützung der Kinder beim gesunden Aufwachsen durch Eltern, Schule und Gemeinde

Gesundheitsförderer (GF) und Lehrer stimmen sich bei der Durchführung des Programms ab, das im Wechsel zwischen GF und Lehrer durchgeführt wird. Die Themen sind entsprechend für die Jahrgangsstufen differenziert.

Schulzahnärztliche Untersuchungen mit begleitender Zahngesundheitserziehung

Innerhalb des Schuljahres besucht ein Team des Gesundheitsamtes HSK die Schülerinnen und Schüler, um ihnen die Notwendigkeit von Zahnpflege und Kariesprophylaxe anschaulich zu verdeutlichen und Untersuchungen durchzuführen.

„Gesundes Frühstück“

Im Hinblick auf das ganzheitliche Konzept der Gesundheitserziehung ergeben sich

im Bereich der Ernährungserziehung folgende Konsequenzen:

- durch entsprechende Lernangebote positive Ernährungsgewohnheiten zu bilden und zu fördern und damit die Entscheidungsgrundlage für ein gesundheitsrelevantes Ernährungsverhalten zu vergrößern.
- bereits erworbene spezifische Ernährungsgewohnheiten der Kinder zu modifizieren bzw. zu stabilisieren und neue zu entwickeln. Bei diesem Prozess ist die Schule als Begegnungs- und Erfahrungsraum zu sehen, der nicht neben der Alltagsrealität der Kinder existiert, sondern integraler Bestandteil ist.
- durch „erlebbares Verhalten“ (Lehrervorbild) einen positiven Einfluss auf die Schüler auszuüben, da diese sich an der Bezugsgruppe Lehrer orientieren. Außerhalb der Schule gehen von den Eltern die stärksten Einflüsse auf die Kinder aus. Deshalb ist für eine wirksame Ernährungserziehung die Kooperation mit den Eltern wichtig.

Diese Aspekte werden an der Johannesschule in dem thematischen Schwerpunkt „Gesundes Frühstück“ besonders vertieft:

- Die Eltern der Einschulungsjahrgänge werden in den Informationsveranstaltungen von der Schulleitung und den Lehrern auf die Bedeutung eines gesunden Schulfrühstücks hingewiesen. Die Kooperation mit den Eltern ist dabei ein besonderes Anliegen.
- Die Ernährungserziehung in den Klassen 1 bis 4 wird kontinuierlich fortgeführt. Die Schüler finden es interessant, wenn sie sich mit ausgewählten Zutaten - unter ernährungswissenschaftlichen Aspekten – ein Frühstück selbst zubereiten bzw. gestalten dürfen. Eine solche Aktivität innerhalb der Klasse fördert die Akzeptanz der vermittelten Inhalte.

Teilnahme am Europäischen Schulobst- und Gemüseprogramm

Ziel des EU-Schulobst- und -gemüseprogramms ist es, mit einer kostenlosen Portion den Schülerinnen und Schülern Gemüse und Obst dreimal pro Woche wieder schmackhaft zu machen. Das bedeutet für die Johannesschule eine Förderung für 300 g pro Schüler pro Woche. So wird ihnen bereits zu Beginn der Schulzeit ein gesundheitsförderliches Ernährungsverhalten nahe gebracht. Durch die pädagogische Begleitung des Programms sollen die Ernährungskompetenzen der Kinder nachhaltig gefördert werden.

DONUM VITAE (Klasse 4)

Das Projekt bildet einen ergänzenden Baustein zur Sexualerziehung, da es die Schüler anhand geeigneter Methoden mit den Veränderungen in der Pubertät vertraut macht. Altersgerecht und sachlich werden folgende Themen erarbeitet und beantwortet:

- Gefühle zeigen und darüber reden
- Ich mag das – ich mag das nicht
- Den eigenen Körper kennen lernen

- Menstruation, Samenerguss
- Zeugung, Schwangerschaft und Geburt
- Körperhygiene

Das Projekt umfasst:

- 6 Unterrichtsstunden an einem Vormittag
- Arbeiten im Klassenverband sowie in geschlechtsgetrennten Gruppen

Inhalte werden am vorherigen Elternabend durch die Klassenleitung vorgestellt. Individuelle Absprachen bezüglich der Themenauswahl bzw. thematische Ergänzungen sind bei diesem Projekt jederzeit mit den Referenten möglich.

Zu Fuß zur Schule

siehe „Verkehrserziehung“

