

GRUNDSCHULE ENGELSKIRCHEN

Bergische Str.56 ★ 51766 Engelskirchen
Tel: 02263/1447 ★ Fax: 02263/20460
grundschule@ggs-engelskirchen.de



Gesundheitsförderung

Leitbild „Gesunde Schule“



Stand November 2018

„Gesunde Schule“ - ein großes Entwicklungsziel

Seit dem Schuljahr 2016/17 haben wir uns die Themen „Gesunde Ernährung“ und „Bewegung“ zur Aufgabe gemacht.

Kinder sind bei ausgewogener Ernährung und ausreichender Bewegung leistungsfähiger und können den schulischen Anforderungen besser entsprechen. Es ist uns daher ein großes Anliegen, die notwendigen Grundlagen zu schaffen und verschiedene Angebote in den Schulalltag zu integrieren.

Seit dem Schuljahr 2016/17 nehmen wir an dem Projekt *fit4future* der DAK und der Cleven Stiftung teil. Hierbei handelt es sich um eine ganzheitliche Initiative mit den Modulen „Bewegung“, „Ernährung“, „Brainfitness“ und „Verhältnis-Prävention/System Schule“. In regelmäßigen Abständen finden Workshops für LuL statt, deren Inhalte dann wiederum in das Kollegium getragen und sukzessive in den Schulalltag integriert werden.

Die Grundschule Engelskirchen verfolgt die Umsetzung der Schwerpunktthemen:

- **Leitbild „Gesunde Schule“** und
- **„Schulverpflegung“**

Eines unserer großen Ziele ist es darüber hinaus, das Bewegungsangebot für Kinder am Vormittag merklich zu erhöhen. Mit Hilfe eines eigens dafür eingerichteten Arbeitskreises, der aus Eltern und Lehrkräften besteht, werden Inhalte thematisch erarbeitet und Aktionen geplant. Zur Zeit wird überlegt, einen Elternabend mit Expertenvortrag zum Thema Gesunde Ernährung zu initiieren.

Baustein Ernährung

Das Schulfrühstück (bestehend aus einem belegten Brot sowie Rohkost und Obst) wird 10 Minuten vor der Hofpause gemeinsam mit der Lehrkraft sitzend im Klassenraum eingenommen. Die Kinder haben die Möglichkeit, das Mineralwasser der Schule zu trinken. (7 € pro Halbjahr)

In Ausnahmefällen (z.B. Geburtstag, Karnevalsfeier) gibt es in Maßen Süßes oder Kuchen.

Die Eltern werden über eine gesunde und ausgewogene Ernährung unterrichtet. Ergänzend geben wir die Broschüren „*Gemeinsam aktiv*“ und „*Gemeinsam Kochen und Essen*“ der Cleven Stiftung an alle heraus.

SuS, die unter Lebensmittelunverträglichkeiten leiden, werden bereits bei der Schulanmeldung erfasst. Bei Ausflügen oder der Betreuung im offenen Ganztage wird hierauf besondere Rücksicht genommen.

Jeden Freitag gibt es seit Sommer 2018 ein Klassenfrühstück, das in Buffetform im Klassenraum aufgebaut wird. Die dafür benötigten Lebensmittel bringen die Kinder und Lehrer/Innen von zu Hause mit.

Zweimal im Jahr gibt es ein großes Schulfrühstück, das von Eltern vorbereitet und auf den Fluren in der 1. und 2. Etage aufgebaut wird. Einen ökologischen Beitrag leisten wir, indem

jedeR sein Besteck und Geschirr von zu Hause mitbringt, so dass wir komplett auf Einweggeschirr verzichten können.

Unsere erstmalige Bewerbung im Frühjahr 2018 um beim Programm „Schulobst NRW“ teilnehmen zu können, konnte leider nicht berücksichtigt werden. Für das nächste Jahr ist eine erneute Bewerbung vorgesehen.

Baustein Bewegung

Alle Kinder unserer Schule haben drei Wochenstunden Sport in der schuleigenen, großen Turnhalle neben dem Hauptgebäude.

Im 2. Halbjahr nehmen alle SuS des 3. Jahrgangs am Schwimmunterricht teil, der im Schwimmbad der Nachbargemeinde (Parkbad in Lindlar) stattfindet.

In den Pausen haben die Kinder die Möglichkeit, sich auf dem großen Schulhof frei zu bewegen. Das Fußballfeld, der Basketballkorb, das Klettergerüst, die Slackline und die Balancierbalken bieten einige Bewegungsmöglichkeiten und greifen die Interessen der Kinder auf. Das 2018 neu eröffnete Spielehäuschen, schließt eine bis dahin dagewesene Lücke mit einem umfangreichen Angebot an Spiel- und Sportmaterialien.

Aber nicht nur in den großen Pausen spielt Bewegung bei uns eine Rolle. Auch im Unterricht finden Bewegungsspiele statt, u.a. mit Materialien aus der Brainfitnessbox. (Material des *fit4future* Programms)

Besonders beliebt bei den Kindern ist unsere Mobilitätswoche im Juni/ Juli in der es je nach Jahrgang unterschiedliche Einheiten rund um das Thema Verkehrserziehung gibt. In dieser Woche bringen die Kinder ihre eigenen Fahrräder, Roller, Inliner, Skateboards, ... oder Ähnliches mit. Bewegungsspiele bei denen Reaktion und Konzentration gefördert werden sollen, sind ebenso Inhalte, wie das Rollen und Gleiten auf Rollbrettern in der Turnhalle.

Am „24-Stunden-Schwimmen“ im Rahmen der „Himmlisch-fit“ Woche der Gemeinde Engelskirchen nimmt mehr als ein Drittel unserer Schülerschaft sowie ein Teil des Lehrerkollegiums motiviert teil.

Baustein Klima

Eine freundliche, respektvolle und lernförderliche Atmosphäre zu schaffen, ist uns ein besonderes Anliegen. (*vgl. hierzu auch das Leitbild und die Leitgedanken im Schulprogramm*)

Möglichkeiten der Einflussnahme/Mitarbeit an schulischen Themen für die einzelnen Gruppen:

- SuS → Klassenrat, Kinderparlament
- Eltern → Klassenpflegschaft, Schulpflegschaft, Schulkonferenz
- LuL → Lehrerkonferenzen, Arbeitskreis Gesunde Schule, Schulkonferenz, Lehrerrat

Beispiele, wie eine positive Atmosphäre geschaffen wird:

- Rege Beteiligung an außerschulischen Aktionen.
- Für alle gelten festgelegte Klassen- und Schulregeln.
- Gemeinsames Planen, Gestalten und Durchführen von Festen und Feiern (Adventsfeiern, die gemeinsame Karnevalsfeier sowie Schulfeste fördern das Gemeinschaftsgefühl)



- Ende November 2018 wurde die *Regel der Woche* durch das Kinderparlament ins Leben gerufen. Sie setzt eine der Schulregeln in den Fokus und spornt die Kinder an, auf die Einhaltung dieser Regel eine Woche lang ganz besonders zu achten.

Unterricht

Einzelne Bausteine zu gesunder Ernährung, Klima und Bewegung finden im Unterricht unterschiedliche Gewichtung, die der unten abgebildeten Tabelle entnommen werden können.

In allen Jahrgängen	Thematische Auseinandersetzung/ Erarbeitung Wöchentliches Freitagsfrühstück 2x im Schuljahr ein großes Schulfrühstück Vielfältiges Spielangebot für die Pausen (DAK Tonne, Spielehäuschen) Brainfitnessbox Mobilitätswoche Bundesjugendspiele Präventionstheater Zartbitter Teilnahme an Sportaktivitäten (ASC Lauf, 24-Stunden-Schwimmen, Sportlerehrung)
Jahrgang 1	Themenschwerpunkte: Ernährung und Gesundheit Kennenlernen der 5 Ernährungsbotschaften Obst/ Gemüse gesund - ungesund Zähne Zahnprophylaxe Geplant: Gewaltpräventionstraining „Mut tut gut“
Jahrgang 2	Themenschwerpunkte: Körper, Ernährung und Gesundheit Unsere Sinne Vertiefung 5 Ernährungsbotschaften Coole Kids kochen selbst
Jahrgang 3	Themenschwerpunkte: Gefühle Geplant: Gewaltpräventionstraining „Mut tut gut“ Geplant: Streitschlichterausbildung
Jahrgang 4	Themenschwerpunkte Mein Körper und Ich

	Sexualität / Der menschliche Körper (Blutkreislauf, menschliche Organe und deren Funktionen, ...)
	Trauerprojekt Sexualkundeprojekt MfM Zahnprophylaxe
OGS	<i>In Arbeit ...</i>

Eltern

Damit Gesundheitsförderung auch im Elternhaus stattfindet, ist uns eine gute Zusammenarbeit wichtig.

Interessierte haben die Möglichkeit, sich an verschiedenen Projekten/ Angeboten (z.B. Schulfrühstück, Mobilitätswoche, Bundesjugendspiele, ...) aktiv zu beteiligen. Auch ist es möglich, Mitglied im Arbeitskreis „Gesunde Schule“ zu werden, der sich ca. fünfmal pro Schuljahr trifft und mit Themen zur Gesundheitsförderung auseinandersetzt.

Sicherheit und Gesundheit

Mindestens einmal im Jahr (am Montag vor dem Schulstart nach den Sommerferien) trifft sich das Krisenteam und führt eine Gefährdungsbeurteilung durch. Mitglieder sind neben der Schulleitung und der Sicherheitsbeauftragten auch ein Vertreter der Polizei, der Hausmeister, die Sekretärin und die Leitung der OGS.

Auch der Lehrerrat und die Ansprechpartnerin für Gleichstellungsfragen werden in den Prozess mit eingebunden. Im Rahmen einer der ersten Lehrerkonferenzen werden Kollegiumsmitglieder und MitarbeiterInnen umfassend in einzelnen Sicherheitsaspekten unterwiesen.

Das Verhalten in Notfallsituationen wird mit den SuS zweimal jährlich geübt. Eine zentrale Sprechanlage steht seit Sommer 2018 im Lehrerzimmer der Schule zur Verfügung.

Alle Lehrkräfte und Mitarbeiterinnen der OGS nehmen regelmäßig an einer Erste-Hilfe Fortbildung teil.

Im Erste-Hilfe Raum (im Verwaltungstrakt) steht neben einem großen Erste-Hilfeschrank eine Liege zur Verfügung. Ein abschließbarer Medikamentenschrank befindet sich im Lehrerzimmer.