

## Gesund aufwachsen – ganzheitliche Förderung von GS – Kindern – Qualitätsbericht

Unsere Schule ist ein 68er Neubau vom Typ „Erfurt“, der bis 1997 von verschiedenen weiterführenden Schulen und zuletzt von einer KITA mit genutzt wurde. Nach deren Auszug verbesserten sich die räumlichen Bedingungen spürbar, waren wir doch jetzt Herr im eigenen Haus. Von jetzt an hatte jede Klasse nicht nur ihren eigenen Klassenraum, sondern wir konnten auch Fachräume für Musik, Englisch und Gestalten einrichten und einen Computerraum in Betrieb nehmen.

Auch der Außenbereich erfuhr eine Aufwertung. Sporthalle, Mehrzweckhalle und KITA wurden rekonstruiert. Sie bilden einen freundlichen Rahmen um unser altes Schulhaus.

Vor zwei Jahren konnte mit Hilfe eines Sponsors eine Schülerküche eingerichtet werden, der Schulförderverein unterstützte uns bei der Einrichtung einer Cafeteria.

Die äußeren Bedingungen für die derzeit 155 Schüler und das 13köpfige Pädagogen-Team sind als gut einzuschätzen. Der Blick nach innen orientiert auf einen Leitgedanken des Schulprogramms: „Wir fördern den sozialen und verantwortungsvollen Umgang mit anderen und zu uns selbst.“

An dieser Stelle wollten wir konkreter werden und erweiterten unsere Gedanken um folgende Schwerpunkte:

- Wir unterstützen und bestärken unsere Schüler in ihrer Entwicklung zu selbstbewussten, toleranten, kontaktfreudigen und weltoffenen Menschen.
- Wir erziehen sie im Sinne eines fairen, kritischen und gewaltfreien Umgangs miteinander.
- Wir vermitteln Kenntnisse über gesundheitsförderndes Verhalten.

Als eine der ersten Gesundheitsmaßnahmen fand das Programm „Fit und stark fürs Leben“ Einzug in die Klassen. Der Umgang mit sich und anderen wurde zentrales Thema der „Igelstunden“. Die Kinder erlernten Entspannungstechniken und übten sich in der Streitschlichtung.

Nachdem unsere Schule Mitglied im OPUS-Netzwerk gesundheitsfördernder Schulen geworden war, gab es keinen Schuljahresarbeitsplan mehr, in dem die Schulgesundheit nicht Berücksichtigung fand. Gesund leben lernen heißt in der Schule auch Bewegungsförderung, eine gesunde Ernährung sowie ein gutes Schulklima.

Bewegung hat Einzug in den gesamten Tagesablauf gehalten. Das Mobiliar ist auf die individuelle Körpergröße unserer Schüler abgestimmt, Bälle bzw. Luftkissen ermöglichen eine entspannte Sitzposition. In offenen Unterrichtsformen, bei

Gruppen- und Partnerarbeit, im Werkstattunterricht, bei der Beschaffung von Lernmaterialien oder beim Schreiben von Lauf- oder Büchsendiktaten gehen die Kinder ungezwungen durch den Raum, systematisches, konzentriertes Lernen wird abgewechselt von Formen des sozialen, projektorientierten und selbstbestimmtem Lernens. Viele Lehrkräfte haben Entspannungshefter auf dem Tisch zu liegen, um bei Bedarf Bewegungsübungen einsetzen zu können. Erfrischungsgetränke stehen bereit und dürfen auch während des Unterrichts getrunken werden. Die Schüler der höheren Jahrgänge melden sich nur mit Blickkontakt beim Lehrer ab, wenn sie zur Toilette müssen. Um das Gewicht der Mappen zu reduzieren, wurden Möglichkeiten geschaffen, Sport- und Kunstmaterialien in der Schule zu lassen. Viele musische, kulturelle oder sportliche Angebote bereichern den Tagesablauf, an sportlichen Wettbewerben können die Kinder ebenso teilnehmen wie an Wissensolympiaden. Zu Traditionen entwickelten sich die Ausrichtung des jährlichen Talentfestes, der Gesamtwandertag mit einem gemeinsamen Ziel, die Schriftstellerlesung für die Viertklässler, der Leselöwenwettbewerb und die gemeinsame Theaterfahrt.

Jede neue Schulwoche beginnt mit einem Gesprächskreis, um den Kindern Gelegenheit zu geben, ihre Wochenenderlebnisse zu erzählen und sich so auf den neuen Tag einzustimmen. Vielen Kindern tut es gut, zu spüren, dass alle ihnen zuhören.

Sport als beliebtestes Schulfach findet beim jährlichen Schulsportfest seinen Höhepunkt (hier wird bereits die Vorschulgruppe der KITA integriert). Die Teilnahme an schulübergreifenden Vergleichskämpfen ist fester Bestandteil des Arbeitsplanes. Schwimmen lernen bei uns schon die Zweitklässler (in den letzten Jahren mit überdurchschnittlichen Erfolgen). Auf dem Schulhof steht eine Tischtennisplatte, die in allen Pausen und sogar schon vor Unterrichtsbeginn dicht umlagert ist und bei Bedarf noch durch eine weitere, fahrbare Platte ergänzt werden kann. Unser großer Schulhof wurde in Absprache mit der Gemeinde und der KITA-Leitung so umgestaltet, dass Klettergerüst, Sandkasten, Sitzbänke, Balancierbalken und Schaukeln jederzeit genutzt werden können. Eine Torwand lädt zum gezielten Schuss durch die Öffnungen ein. Kleinspielgeräte sind auf dem Schulhof ausleihbar, das Gerätehäuschen dafür stellte uns ein Baumarkt zur Verfügung.

Seit September bieten fünf Pädagogen das von der Sporthochschule Köln initiierte Programm „Klasse in Sport“ als tägliche zusätzliche Sport-AG an. Rund 100 Schüler nutzen diese Stunde ein- bis zweimal in der Woche und sind begeistert. Das Schild „Diese Schule ist Klasse in Sport“ ziert seit dem 11.03.09 unseren Eingangsbereich. Als Projektabschluss sind die Eltern zum gemeinsamen Sporttreiben eingeladen.

Der Bereich gesunde Ernährung wird während der gemeinsamen Frühstückspausen besonders beachtet. Obst und Gemüse fehlen in kaum einer Brotbüchse. Wasser und Tee werden als Durstlöcher immer öfter mitgegeben. Die gute Aufklärungsarbeit unserer Lehrer zeigt hier Erfolg. An der Schulmilchversorgung nehmen viele Kinder der jüngeren Jahrgänge teil. Einige Klassen bereiten sogar einmal wöchentlich für sich selbst ein gesundes Frühstück zu, das in der Cafeteria

eingenommen wird. Eine große Ernährungspyramide an der Wand zeigt, welche Lebensmittel bevorzugt werden sollten.

Der Mittagstisch wird vor den Mahlzeiten eingedeckt. Die Essenteilnehmer bedienen sich an ihren Tischen selbst, lernen hier, das richtige Maß zu finden und erleben obendrein Genuss und Freude an einer gemeinsamen Esskultur. Für einen sauberen Tisch sorgen die Kinder abwechselnd in eigener Verantwortung.

Viel Freude erlebten unsere Schüler durch die Beteiligung am Projekt „Streuobstwiesen“. In nahegelegenen naturbelassenen Obstgärten konnten sie Äpfel pflücken, aufsammeln und an Ort und Stelle zu Apfelsaft pressen. Obst und Saft bereicherten für einige Zeit den Frühstückstisch. Ein besonderes Erlebnis war, dass eine Schülerabordnung zur Präsentation der Ergebnisse der naturnahen Erlebnispädagogik in den Landtag eingeladen wurde. Sie empfanden Stolz darauf, an der Erringung des Umweltpreises der Katholischen Erwachsenenbildung e.V., „Streuobstwiesen entdecken, erhalten, entwickeln und vermarkten“, beteiligt gewesen zu sein.

Um den ständig wachsenden beruflichen Anforderungen gerecht zu werden und um vorbeugendes Verhalten und positiven Umgang mit Stress zu erlernen, haben alle Kollegen im vergangenen Jahr an einem Inhouse-Seminar des AMD zum Thema „Mit psychischen Belastungen in der Schule umgehen“ teilgenommen. Arbeitszufriedenheit wirkt sich auf das gesamte schulische Umfeld aus und hilft, die gesteckten Ziele immer besser zu erreichen. Teamentwicklung beginnt in unserem gut möblierten Lehrerzimmer und strahlt in Klassen- und Fachräume aus. Für eine rauchfreie Schule brauchten unsere Kollegen übrigens kein Nichtraucherschutzgesetz.

Abschließend möchten wir einschätzen, dass sich viele Interessierte und Aktive am Entwicklungsprozess der Kinder zusammengefunden haben, um den Gesundheitsgedanken mit zu tragen und unsere gemeinsamen Bemühungen unterstützen. Wir kooperieren mit der Gemeindebibliothek, mit einer Kinderpsychologin, mit einer Yogalehrerin, mit der Gemeindeverwaltung, dem Schulförderverein, dem Sportverein, vielen Eltern und Großeltern.

Ein ansprechendes Logo wurde nach Schülerideen durch eine Elternvertreterin gestaltet und schmückt jetzt die Kopfbögen der Schule und des Fördervereins. Z.Z. sind wir dabei, unsere Homepage neu aufzustellen. Auch die Schülerzeitung wird sich verstärkt als Informationsträger schulischer Arbeit entwickeln.

Zur weiteren Verbesserung der Lern- und Arbeitsbedingungen planen wir die Errichtung eines Trinkbrunnens und die Anlage eines „grünen Klassenzimmers“. Um das Raumklima und die Sichtverhältnisse positiv zu verändern, ist der Anbau von Sonnenschutzrollos an der Südseite des Schulgebäudes noch in diesem Jahr vorgesehen.

Nach den Erkenntnissen von Dr. Dieter Breithecker von der Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltung und Bewegung e.V. „braucht Lernen Bewegung“. Wir sind in unserer bewegten Schule bereit, unseren Beitrag für „schlaue Köpfe“ zu leisten.