

3. Mittelschule Hoyerswerda „Am Planetarium“



Collinsstr. 29 02977 Hoyerswerda 03571 978292

Gesundheitsaudit für Schulen – Qualitätsbericht

Bewegen sich unsere Schüler genug? Ernähren sie sich zumindest ansatzweise gesund und ausgewogen? Wie können wir die Schüler unserer Schule dazu bringen, nicht mehr oder erst gar nicht zur Zigarette zu greifen? Dies sind nur drei von vielen Fragen, die sich unser Kollegium tagtäglich stellen.

Um Antworten und Lösungen zu finden, entschloss die 3. Mittelschule „Am Planetarium“ 2003 dem Netzwerk gesundheitsfördernder Schulen beizutreten.

Unsere Schule befindet sich in einer ruhigen Wohnanlage am Rande der Neustadt von Hoyerswerda. Sie verfügt über ein großes Schulgelände mit einem Schulhof, einschließlich eines Planetariums und einer weiteren Freifläche, auf der die Turnhalle steht und sich außerdem eine Außensportanlage anschließt. An unserer Schule lernen derzeit 400 Schüler, unter ihnen auch viele Aussiedler-, Ausländer- und Asylbewerberkinder in den unterschiedlichen Klassen.

Unsere Grundgedanken zur Durchsetzung eines einheitlichen, gesundheitsfördernden Konzepts sind folgende:

- Förderung des Gefühls der Gemeinsamkeit, Entwicklung der Teamfähigkeit, Toleranz untereinander, faires Verhalten in jedweder Situation
- Sicherstellung eines ausgewogenen Klimas zwischen Schülern, Eltern und Lehrern
- Identifizierung der Schüler und Lehrer mit unserer Schule
- Förderung und Fordern eines jeden Schülers nach seinen individuellen Voraussetzungen durch differenzierte Angebote
- Entwicklung von Sozial- und Handlungskompetenz
- Erhöhung der Qualität des Unterrichts durch kontinuierliche Weiterbildung, durch die Arbeit mit neuen Lehr- und Lernmethoden, durch die Aneignung von Medienkompetenzen

Wir vertreten ein Konzept, dass Bewegung, gesunde Ernährung, Wahrnehmung seiner selbst und die psychosoziale Gesundheit einbezieht.

So startete auch wieder im Schuljahr 2005/ 2006 der Nichtraucherwettbewerb „Be smart – don` t start“. Daran nahmen sieben Klassen der Klassenstufen 6, 7 und 8 teil. Insbesondere die Klassen 7b und 8b waren sehr erfolgreich. Sie gingen kreativ mit der Problematik um und neben der Einhaltung aller Regeln dieses Wettbewerbs wurden sie in

Dresden offiziell ausgezeichnet. Die gesamte Klasse 7b war eingeladen und durfte ihren Showtanz nochmals aufführen. Die Klasse 8b erhielt im Rahmen dieser Veranstaltung eine Geldprämie.

Unsere Schule arbeitet seit diesem Schuljahr sehr intensiv an dem Projekt „Rauchfreie Schule“. Jeder Kollege ist bemüht, die Richtlinien durchzusetzen. Das Rauchen auf dem Schulgelände und im Gebäude ist untersagt. Schüler, die dagegen verstoßen, müssen mit Sanktionen rechnen. Der Raucherordner, der an unserer Schule geführt wird, wurde auf der Fachtagung der SLfG im November 2005 an der VHS Hoyerswerda vorgestellt. Des Weiteren berichteten wir über unsere Erfahrungen während der Auswertungsveranstaltungen des „Be smart“-Wettbewerbes am 31. Mai 2006 in Dresden.

Im Vordergrund steht natürlich die Prävention. So sieht unsere Schule eine Alternative in der „Bewegten Pause“. Seit Mai 2006 haben die Schüler jeden Mittwoch die Möglichkeit sich sportlich auf dem Freigelände zu betätigen. Geräte sind vorrätig, der Fundus muss natürlich erweitert werden. Bei Gelingen und Annahme der „Bewegten Pause“ durch die Schüler steht die Option, sie mehrmals in der Woche durchzuführen.

Nicht nur die Pausen, sondern auch der Unterricht steht mehr und mehr unter dem Stern der Bewegung. Einige Kollegen unserer Schule nahmen am 05.11.2005 am 2. Schulgesundheitsforum in Leipzig unter der Schirmherrschaft der Unfallkasse Sachsen teil. Dort bekamen sie eine Unmenge guter Ideen, bewegten Unterricht in den verschiedenen Fächern umzusetzen. Diese Ideen fanden in unserer Schule fruchtbaren Boden. So durchläuft unser 6. Jahrgang im Rahmen der Projekttag ein Projekt, in welchem die Bewegung, die Entspannung, die Konzentration im Zentrum stehen.

Des Weiteren arbeiten seit November 2005 engagierte Kollegen regelmäßig in einem Arbeitskreis „Gesundheitsfördernde Schule“ zusammen. In ihm wird einmal pro Monat Bilanz über den Stand der Aktivitäten an unserer Schule gezogen und an der Planung und Umsetzung neuer Projekte gearbeitet.

Unsere Schüler nehmen regelmäßig an Sportwettkämpfen teil. Über die Auszeichnung „Sportlichste Schule“ durften wir uns auch schon freuen.

Von März 2006 bis Juni 2006 begleitete uns ein Schulcoach namens Herr Urban. Dieses Vorhaben wurde unterstützt durch den Bildungscent e.V. Berlin. Seine Aufgabe war es, ein Konzept zur Problematik „Bewegte Schule“ zu erarbeiten.

Während unserer Arbeit gewannen wir eine Reihe an Kooperationspartnern:

- Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Dresden
- Schulkino Dresden
- Bildungscent e.V. Berlin
- BzgA
- Krankenkassen: DAK, AOK, Barmer
- Jugendamt Hoyerswerda
- Gesundheitsamt Hoyerswerda
- Stadtsportbund und Sportclub Hoyerswerda
- Volkshochschule Hoyerswerda
- Sächsische Zeitung, Lausitzer Rundschau, Wochenkurier und der lokale Fernsehsender
- Aussiedlerverein

Viele Aktivitäten wurden in der Presse und im Fernsehen veröffentlicht und stießen auf großes Interesse.

In diesem Schuljahr steht die Gesundheitsförderung auf zwei Säulen:

1. Rauchfreie Schule
2. Bewegte Schule

Chronik der bisherigen Aktivitäten:

Schuljahr 2005/ 2006	Neigungskurs „Fit for life“ Klasse 7 Neigungskurs Ersthelferausbildung Klasse 8 Ständige Teilnahme an außerunterrichtlichen Sportwettkämpfen
September 2005	„KlarSicht“ – ein Mitmachparcours für die 8. und 9. Klassen zur Sucht- und Drogenprävention von der BzGA Antidrogenprojekte der Stadt Hoyerswerda vom 10. bis 14.10.2002 Teilnahme von Schülern und Lehrern an der Fachtagung „Gesundes Schulklima“ in Dresden
November 2006	Elternabend „Bewegte Schule“ Klasse 7 Umweltmobil „Planaria“ zum fächerübergreifenden Thema „Lärm“ Gesundheitsforum „Was bewegte Schule bewirkt“ in Leipzig Fachtagung „Rauchfreie Schule“ in der VHS Hoyerswerda
November 2005 bis April 2006	Nichtraucherwettbewerb „Be smart – don` t start“ Klasse 6 bis 8
März 2006	Beginn Arbeit Schulcoach Neigungskurs Rückengesundheit Klasse 7 Vorbereitung der Gesundheitswoche und des Projektes „Trinklimit“ Elternarbeit Klasse 6: Vorstellung der Projekte „Bewegung macht stark“ und „Bewegte Pause“
April 2006	Curriculum Anti-Raucherkurs => Training von Lehrern in Bautzen Auditorenschulung
Mai 2006	Welt-Nichtrauchertag in Dresden => Auszeichnung der „Be smart“-Klassen und Referat über Erfahrungen zur Umsetzung des Projektes „Rauchfreie Schule“ an der 3. MS Eröffnung des Projektes „Bewegte Pause“

Juni/Juli 2006

Teilnahme einer 6. Klasse an der „Mini WM“ in Hoyerswerda
Projekttag „Bewegung macht stark“ für alle 6. Klassen und „Bewegter Elternabend“
„Mach-Bar-Tour“ in der Verbraucherzentrale Hoyerswerda zu Trendgetränken und deren Inhalten
(NK 7)

Ausblick und Ziele

- Start einer Projektgruppe, die adipösen Kindern hilft, ihr Problem in den Griff zu bekommen (Antrag auf Unterstützung durch die TK gestellt), für kommenden Jahre
- Erweiterung der „Bewegten Pause“ auf weitere Wochentage
- Vermittlung wichtiger Tipps zur gesunden Ernährung im Rahmen der Neigungskurse
- Fortsetzung und Intensivierung der Arbeit im Arbeitskreis „Gesundheitsfördernde Schule“
- konsequentes Fortführen der Projekte „Rauchfreie Schule“ und „Bewegte Schule“
- Teilnahme am Projekt „Trinklimit“ der SLfG für die Klassenstufen 8-10
- Bereitstellung der interaktiven Ausstellung im Rahmen der „Sucht- und Drogenwoche“ für andere Schulen und Institutionen der Umgebung
- Thematisierung des „Bewegten Unterrichts“ für alle Lehrkräfte bei Fortbildungen, Lehrerberatungen und in der pädagogischen Arbeit
- Rückenschule für Lehrer geplant

Stand: Juli 2006