

Gesundheitsaudit für Schulen - Qualitätsbericht

Das Gebäude, in dem sich heute die Mittelschule Lichtentanne befindet wurde am 30. Mai 1900 feierlich eingeweiht. In diesem Jahr beging unsere Bildungseinrichtung also bereits den 107. Jahrestag ihrer Gründung.

Durch den Schulträger, der Gemeinde Lichtentanne, wurde in den vergangenen Jahren eine Menge an Investitionen getätigt, so z. B. die Sanierung der Außenfassade, des Daches, aber auch die Zimmer wurden modernisiert und es erfolgte der Einbau neuer Sanitäranlagen. Die Lern- und Arbeitsbedingungen für unsere Schüler und Lehrer haben sich damit in den letzten Jahren spürbar verbessert.

Die Gemeinde Lichtentanne grenzt unmittelbar an die Stadt Zwickau und befindet sich in Westsachsen im Landkreis Zwickau-Land. Zur Zeit lernen an unserer Schule 314 Schüler. Diese werden von 30 Lehrern unterrichtet.

Das Einzugsgebiet erstreckte sich 1992 bei der Gründung der Mittelschule zunächst auf die eingemeindeten Ortsteile Ebersbrunn, Schönfels und natürlich Lichtentanne. Inzwischen kommen unsere Schüler auch aus dem weiteren Umfeld, so z. B. aus Hüttelsgrün, Cainsdorf, aus Stadtteilen von Zwickau wie Planitz und Marienthal sowie aus einem Ortsteil von Werdau, Steinpleis.

In diesem Schuljahr konnten erstmalig drei neue 5. Klassen gebildet werden. Diese hohe Anzahl von Neuanmeldungen an unserer Mittelschule kann besonders auch als Spiegel für unsere solide Arbeit im Schulalltag gesehen werden. Die Schüler fühlen sich wohl an unserer Einrichtung sowohl beim Lernen als auch bei der Nutzung vielfältiger den Unterricht ergänzender und außerschulischer Angebote.

Seit unsere Schule im Jahr 2003/ 2004 als Mitglied im Projektverbund „Gesundheitsfördernde Schule in Sachsen“ an der WHO-Studie erfolgreich teilnahm, hat sich der Gedanke der Gesundheitsförderung in unserem Schulkonzept festgeschrieben. Gemäß unserem Motto „Die MS Lichtentanne – eine Schule im Grünen“ möchten wir all unseren Schülern und beteiligten Lehrern eine gesundheitsfördernde und gesundheitserhaltende Lebensweise nahe bringen, entwickeln und festigen. auch die Eltern sind dabei mit eingebunden. Uns ist somit gelungen neben dem Fachunterricht unseren Schülern ein breites Betätigungsfeld anzubieten, das es ihnen ermöglicht ihre sozialen Kompetenzen, Lerntechniken und individuellen Fertigkeiten zu entwickeln und zu festigen.

Seit dem Schuljahr 2003/ 2004 arbeitet die Mittelschule Lichtentanne mit der Sächsischen Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. Dresden zusammen. Bis zum Jahr 2006 geschah das im Rahmen des Projektverbundes für „Gesundheitsfördernde Schulen in Sachsen“ in Zusammenarbeit mit der TU Dresden im Rahmen einer Studie der WHO.

Bereits innerhalb unseres Gesundheitsprojektes der WHO hat sich unsere Schule auf 3 Schwerpunktbereiche verlegt, die besonders im Mittelpunkt unserer Arbeit stehen:

- Gesunde Ernährung
- Sport und Gesundheit
- Das Klassenzimmer im Grünen

Die Mittelschule Lichtentanne war eine von 13 teilnehmenden Schulen und die einzige im damaligen Regionalschulamtsbezirk Zwickau. Nach erfolgreichem Abschluss dieses Projektes wird jetzt die Arbeit im Netzwerk für Gesundheitsfördernde Schulen in Sachsen weitergeführt.

Neben verschiedenen Unterrichtsprojekten werden den Schülern vielfältige Angebote im Rahmen der Ganztagsbetreuung gemacht. Einige Beispiele aus dem sportlichen Bereich sollen hier genannt sein:

- Volleyball
- Fußball
- Allgemeiner Sport
- Badminton
- Tischtennis
- Leichtathletik
- Inline Skaten
- Entspannung auf dem Pferd
- Handball
- Gesundes Pausenfrühstück

Bei Sportwettkämpfen von Kreis- bis Landesebene erzielen unsere Schüler gute und sehr gute Ergebnisse. So beteiligen sich Mannschaften unserer Schule bei „Jugend trainiert für Olympia“, Kreis-Kinder-Jugendspielen mit ersten Plätzen im Fußball, im Handball, im Volleyball, in der Leichtathletik, im Basketball, im Tischtennis und im Olympiacross. Für die besonderen sportlichen Leistungen und Aktivitäten wurde unserer Schule vom Kultusministerium im Jahr 2000 der Titel „Sportfreundliche Schule“ verliehen. Unsere Mittelschule gehört zu den sportfreundlichsten Schulen Sachsens. Das beweisen u. a. die herausragenden Ergebnisse im Bundeswettbewerb der Schulen von Kreis- bis Landesebene in den verschiedenen Sportarten, wie z. B.:

Landessieger FB WK IV Mädchen 2006

2. Platz HB Mädchen WK III 2006

2. Platz BB Mädchen WK III 2006

2. Platz TT Mädchen WK III 2006

2. Platz HB Jungen WK II 2004

3. Platz Leichtathletik Jungen WK III 2007

3. Platz BB Mädchen WK III 2007

5. Platz BB Jungen WK III 2006

Erfolgreich nehmen unsere Schüler auch an den Kreisjugendspielen, am Olympiacross sowie seit 14 Jahren am jährlichen Anti-Drogen-Cup im Fußball teil (mit jeweils 5 Mannschaften, 3 Jungen/ 2 Mädchen), der jeweils in den Winterferien von der SBA, vom Gesundheitsamt Zwickauer-Land und vom FC Sachsen Werdau organisiert wird.

Weitere sportliche traditionelle Höhepunkte im Jahr sind der Schulsporttag im September, das HB-Turnier der Klassen 5 und 6 zu Weihnachten, das BB-Turnier der Klassen 7 und 8 vor den Winterferien, das VB-Turnier der Klassen 9 und 10 vor den Osterferien, das Schulsportfest im Mai und das Schwimmfest im Juli.

Unsere Partner auf sportlichen Gebiet sind der Kreissportbund, der TSV Lichtentanne, das Gesundheitsamt Zwickau-Land, der Schulförderverein und die AOK. Seit 1999 nimmt unsere Schule am Sportabzeichenwettbewerb des Landes Sachsen teil. In diesem Jahr wurden wir für 180 erworbene Sportabzeichen auf einer Auszeichnungsveranstaltung im Sächsischen Landtag geehrt (2. Platz).

In den großen Pausen stehen unseren Schülern auf dem Schulhof Möglichkeiten zu einer „bewegten Pause“ zur Verfügung. Wer möchte kann Volleyball, Fußball oder Tischtennis spielen. Rege wird auch der Basketballkorb zum Zielwurf bzw. zum Streetball genutzt.

Im Bereich Neigungskurs werden Kurse mit sportlichen und gesundheitlichen Themen den Schülern angeboten z. B.:

- Klasse 7: - Ausdauersport, Sport und Gesundheit
- Klasse 8: - Fußball, Olympische Spiele
- Klasse 8: - Gesunde Ernährung – in den Kochtopf geschaut
- Klasse 9: - Ausbildung zum Sportassistenten

Die Ausbildung zum Sportassistenten ist ein gemeinsamer Modellversuch mit dem Landessportbund Sachsen. Bisher wurden 27 Sportassistenten ausgebildet, die jetzt den Übungsbetrieb in ihren Sportvereinen unterstützen. Der Einsatz dieser Schüler erfolgt als Kampfrichter und Helfer beim zentralen Kindergartenfest der Gemeinde Lichtentanne, beim Grundschulsportfest „Am Windberg“ in Zwickau sowie beim Kreisjugendsportfest der LA Zwickauer-Land.

Inzwischen zur Tradition geworden ist das alljährliche im Mai stattfindende Familiensportfest. Dieser sportliche Höhepunkt wird vor allem von den Lehrern der Schule in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt Zwickau-Land, Frau Wittenberg, dem Kreissportbund, dem Lichtentanner Sportverein, der AOK, dem Schulförderverein und den Eltern geplant und durchgeführt. Die Kinder bilden mit ihren Eltern oder Großeltern jeweils eine Mannschaft und durchlaufen die verschiedenen Stationen. Am Ende zählt die Teilnahme und die Freude an der Bewegung. Vom Gesundheitsamt werden an einer Saftbar gesunde Drinks und Obst ausgereicht.

Das Klassenzimmer im Grünen, das im Rahmen des WHO-Projektes angelegt wurde, wird in der schönen Jahreszeit von den Klassen rege genutzt, um den Unterricht dort abzuhalten.

Im Rahmen der Gesundheitsförderung gab es folgende Projekte bei denen ebenfalls Aspekte für eine gesunde Lebensweise unserer Schüler im Mittelpunkt standen:

- das gesunde Frühstück
- Verkostung von einheimischen Obst aus dem Marienthal
- Verkostung von Milch und Milchprodukten
- Verkostung verschiedener Brotsorten

- Ausstellung Essstörung von der SifG
- Alkohol-Parcour
- Anti-Drogen-Parcour
- Ausstellung Trink-Limit der SifG

Bewährt hat sich dabei die Zusammenarbeit mit unseren Partnern, z. B. den Krankenkassen, Obstproduzenten, der Vogtlandmilch GmbH Plauen, das Gesundheitsamt Zwickau-Land u. a.

So standen im Vorjahr am Projekttag allen Schülern der Schule 14 verschiedene Brotsorten zum Verkosten zur Verfügung. Dazu gab es von den Mädchen im WTH-Unterricht zubereitete leckere Schnitten mit gesundem Aufstrich gesponsert von der Vogtlandmilch Plauen.

Die Schüler der Klassen 6a und 7a hatten dann im Rahmen ihres Biologieunterrichts Gelegenheit, den Weg vom Korn zum Brot besonders kennen zu lernen. Proben zum Anfassen der verschiedenen Getreidesorten erleichterten den Einstieg in das Thema. Dabei standen natürlich auch Fragen zur gesunden Ernährung im Mittelpunkt und der respektvolle Umgang mit unseren Nahrungsmitteln.

Den Schülern wurde klar, wie viel Mühe und Arbeit notwendig sind von der Getreideaussaat bis zum Biss in die belegte Schnitte.

Die Aktivitäten an diesem Tag haben garantiert mit dazu beigetragen, den Gedanken zu einer gesunden Lebensführung bei unseren Schülern weiter zu vertiefen, denn nur ein gesunder Körper hat die Kraft und Energie um erfolgreich zu lernen.

Als weitere Aktionen im Rahmen zur Gesundheitsförderung an unserer Schule müssen erwähnt werden:

- die jährliche Teilnahme am Nichtraucherwettbewerb
- die Drogenprävention in Zusammenarbeit mit der DAK und der Polizei
- das gesunde Frühstück, einmal wöchentlich durch eine Schülergruppe im Rahmen des WTH-Unterrichts unter Leitung einer Kollegin
- Rückenschule
- DRK-Lehrgang im NK Sport und Gesundheit

Um die Qualität der Angebote weiter zu verbessern werden regelmäßig interne Evaluationen durchgeführt. Die Arbeitsgruppe Sport und Gesundheit an unserer Schule konzentriert sich dabei auch weiterhin besonders auf die Schwerpunkte Schülersgesundheit, Zusammenarbeit mit den Eltern und der Gesundheitsförderung bei Lehrern.

Stand: Dezember 2007