



# Mittelschule Lichtentanne

Hauptstr. 77 • 08115 Lichtentanne • Telefon 0375/523761, Fax-Nr.: 0375/5609639, E-Mail: Mittelschule.Lichtentanne@t-online.de

Lichtentanne, den 14. 10. 2010



## Qualitätsbericht 2010 der Mittelschule Lichtentanne

zur Rezertifizierung „Gesunde Schule“

---

Im Dezember 2007 erhielt unsere Schule im Rahmen eines Audit-Verfahrens der Sächsischen Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. Dresden das Zertifikat „Gesunde Schule“.

Die Bedingungen und Aktivitäten für eine gesunde Schule wurden seit dieser Zeit weiter verbessert und erfolgreich fortgeführt.

Deshalb verfolgen auch alle Schüler, Eltern und Lehrer das Ziel, durch die Teilnahme am Rezertifizierungsverfahren 2010 den Titel wieder erringen zu können.

Gesundheit im umfassenden Sinne als Gesundsein ist an unserer Schule konkret und fühlbar. Wir verwirklichen unsere Vorhaben und Vorstellungen als gemeinsames Projekt mit Schülern, Lehrern und Eltern sowie mit Partnern aus dem schulischen Umfeld.

Folgendes Zitat könnte dafür als Präambel stehen:

Gute Gesundheit unterstützt erfolgreiches Lernen.  
Erfolgreiches Lernen unterstützt die Gesundheit.  
Erziehung und Gesundheit sind untrennbar.

(D.O'Byrne)

Unsere Mittelschule ist eine zweizügige Schule mit 14 Klassen. Dabei ist die Klassenstufe 6 und 8 sogar dreizügig besetzt. In den Klassenstufen 7 und 9 gibt es darüber hinaus auch jeweils Hauptschulgruppen.

Zurzeit lernen an unserer Schule 317 Schüler. Diese werden von 30 Lehrern unterrichtet.

Das Einzugsgebiet erstreckt sich auf Lichtentanne mit seinen Ortsteilen Stenn, Ebersbrunn und Schönfels. Unsere Schüler kommen aber auch zu einem erheblichen Teil aus den umliegenden Stadtteilen von Zwickau wie Marienthal und Planitz sowie aus Steinpleis, einem Ortsteil der Stadt Werdau.

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 110. Jahrestag ihrer Gründung.

Durch den Schulträger, der Gemeinde Lichtentanne, wurden in den letzten Jahren eine Menge an Investitionen getätigt, so z.B. die Außensanierung des Schulgebäudes und die Sanierung der Sanitäranlagen. Im Jahr 2009 wurden die 1. Etage neu rekonstruiert. Neben hellen und freundlichen Klassenunterrichtsräumen entstanden spezielle Fachkabinette für Chemie und Biologie und für Informatik mit modernster technischer Ausstattung.

Darüber hinaus bietet jetzt auch das neue, größere Lehrerzimmer beste Arbeitsbedingungen für alle Kollegen.

Im Oktober 2010 erfolgte eine Erneuerung unseres Sportplatzes.

Die Gemeinde Lichtentanne grenzt unmittelbar an die Stadt Zwickau und befindet sich in Westsachsen im Landkreis Zwickau.

Die Idee von einer gesunden Schule wird an unserer Mittelschule seit dem Jahr 2003/04 aktiv gelebt – denn damals nahmen wir als Mitglied im Projektverbund „Gesundheitsfördernde Schulen in Sachsen“ an einer WHO - Studie teil. Schon zu dieser Zeit wurde dies in einem Schulkonzept festgeschrieben. Inzwischen hat die gesunde Schule einen festen Platz im Schulprogramm unserer Schule erhalten.

Mit unserem Motto „Die Mittelschule Lichtentanne - eine Schule im Grünen“ soll bei allen Schülern und Lehrern die gesundheitsfördernde und gesundheitserhaltende Lebensweise weiterentwickelt und gefestigt werden. In diesen Prozess sind auch die Eltern involviert.

Uns ist es 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 Jahr 2006 arbeiten wir im Netzwerk der Sächsischen Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. Dresden mit. Unsere Schule hat ihre Mitarbeit dabei auf 3 Schwerpunkte gelegt, die auch heute noch Leitgedanken unseres Handelns sind:

- 1. Gesunde Ernährung**
- 2. Sport und Gesundheit**
- 3. Das Klassenzimmer im Grünen**

## Zu 1.

Eine lange Tradition hat das Gesunde Frühstück, das immer donnerstags unter der Leitung von Frau Ullsperger und den Mädchen der Hauswirtschaft vorbereitet wird. Die Schüler verkaufen die leckeren Schnittchen, die ausschließlich nach gesunden Richtlinien zubereitet werden, im Schulhaus an ihre Mitschüler. Das Schülercafe hat jeweils am Dienstag den „Tag des gesunden Frühstückes“. Die Firma Kessler gestaltet dies immer als Angebot der Woche. Von den Schülern werden solche Möglichkeiten gerne angenommen.

Im Rahmen der Gesundheitsförderung findet jedes Jahr in den Herbstwochen, ebenfalls schon einer guten Tradition folgend, ein Projekt zur gesunden Ernährung statt. Weitere Themen seit dem letzten Audit waren:

- 2008 – Apfelsaft - ein gesundes Getränk
- 2009 – Die Kartoffel - die tolle Knolle
- 2010 – Käse - ein gesundes Nahrungsmittel aus Milch

Von den Schülern werden dabei die angebotenen Verkostungen besonders geliebt. Gesunde Nahrungsmittel überzeugen eben am besten durch einen praktischen Test. Dabei ist die Zusammenarbeit mit einem Partner aus dem jeweiligen Produktionsbereich besonders wichtig, nicht nur wegen der gesponserten Produkte, sondern auch wegen ihrer praktischen Kenntnisse und Erklärungen.

Die Aktivitäten an diesen Tagen tragen aber ebenso mit dazu bei, 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.

## Zu 2.

Für besondere sportliche Leistungen wurde unserer Schule bereits im Jahr 2000 vom Kultusminister der Titel „Sportfreundliche Schule“ verliehen.

Unsere Mittelschule gehört seitdem zu den aktivsten Schulen im Landkreis und in Sachsen. Das beweisen u. a. die herausragenden Ergebnisse im Bundeswettbewerb der Schulen von Kreis- bis Landesebene in den verschiedensten Sportarten, z.B.

- 4. Platz Fußball Mädchen WK II 2009
- 5. Platz Basketball Mädchen WK II 2009
- 5. Platz Basketball Jungen WK IV 2009
- 4. Platz Basketball Mädchen WK IV 2010
- 4. Platz Basketball Jungen WK IV 2010
- 6.. Platz Basketball Jungen WK III 2010

Erfolgreich nehmen unsere Schüler auch an den Kreisjugendspielen und am Olympiacross teil sowie seit 17 Jahren am jährlichen Anti-Drogen-Cup im Fußball (mit je 5 Mannschaften, 3Ju/2Mä ) der jeweils in den Winterferien von der Sächsischen Bildungsagentur Zwickau, vom Gesundheitsamt Zwickau und vom FC Sachsen Werdau organisiert wird.

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

Unsere Partner auf sportlichem Gebiet sind der Kreissportbund, der TSV Lichtentanne, das Gesundheitsamt Zwickau, der Schulförderverein und die AOK.

Seit 1999 nimmt unsere Schule am Sportabzeichenwettbewerb des Landes Sachsen teil. Dabei wurden immer vordere Plätze belegt.

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: - Olympische Spiele
- Klasse 8: - Gesunde Ernährung - in den Kochtopf geschaut
- Klasse 9: - Fußball

Inzwischen auch zur Tradition geworden ist das alljährlich im Mai stattfindende Familiensportfest. Dieser sportliche Höhepunkt wird vor allem von den Lehrern der Schule in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt Zwickau, Frau Hösl, 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.

Auch im Rahmen der Ganztagsbetreuung werden unseren Schülern vielfältige Angebote speziell für gesundheitsbewusste Schüler gemacht.

Hier einige Schwerpunkte:

- Entspannungsübungen (jeden Tag in der Mittagspause)
- Sport und Spiele
- Handball
- Rugby
- Übungen am Pferd, ADS, ADHS
- Antiaggressionstraining
- Konzentrationstraining

### Zu 3.

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

Als weitere wichtige Aktionen im Rahmen der Gesundheitsförderung an unserer Schule müssen genannt werden:

- die jährliche Teilnahme am Nichtraucherwettbewerb
- die Drogenprävention (Alkohol, Rauchen, Drogen) innerhalb von Projekttagen in Zusammenarbeit mit der Polizei, der AOK und dem Gesundheitsamt des Landkreises Zwickau

Über unsere Veranstaltungen, Höhepunkte und Erfolge im Schulalltag berichten wir regelmäßig in der Ortszeitung „Pleißentalrundschau“ oder in der Tagespresse. Somit werden auch die Einwohner über das Schulgeschehen informiert, die noch kein Kind bzw. kein Kind mehr an unserer Einrichtung haben.

Wir haben auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung an unserer Schule viel erreicht. Um die Qualität der Angebote weiter zu verbessern, werden regelmäßig interne Evaluationen durchgeführt.

Die Arbeitsgruppe Sport und Gesundheit an unserer Schule konzentriert sich dabei weiterhin besonders auf die Schwerpunkte Schülersgesundheit, Zusammenarbeit mit den Eltern und der Gesundheitsförderung bei Lehrern.

.....  
Stefan Trompelt  
Projektleiter

.....  
Ute Göppert  
Schulleiterin