

Gesundheitskonzept

Das Gesundheitskonzept der GGS St. Andreas mit katholischem Teilstandort Loverich hat sich dem Modell der Salutogenese verschrieben. Die Schulgesundheit ist einer der Eckpfeiler unserer pädagogischen Arbeit.

Salutogenese verstehen wir an der GGS ST. Andreas als ein Rahmenkonzept, das sich auf Faktoren und dynamische Wechselwirkungen bezieht, die zur Entstehung und Erhaltung von Gesundheit führen. Aaron Antonovsky (1923–1994) prägte den Ausdruck in den 1980er Jahren als komplementären Begriff zu Pathogenese. Salutogenese sieht die Gesundheit nicht als Zustand, sondern als Prozess. So stehen an unserer Schule Risiko- und Schutzfaktoren in einem steten Wechselwirkungsprozess.¹

I. Rechtliche Grundlagen

- a. Schulgesetz
- b. Richtlinien / Rahmenplan

II. Schulische Schwerpunkte

1. Unterricht

- a. Radfahrprüfung
- b. Schwimmunterricht
- c. bewegte Schule

2. Spezielle Förderangebote

- a. Motorik-, Konzentrations- und Wahrnehmungstraining
- b. Gemeinsames Lernen
- c. Cooldown-Training
- d. Flöten- und Chor-AG
- e. Fußball-AG

3. Besuch externer Spezialisten

- a. Klaro-Programm (Klasse 2000)
- b. Zahnpflege
- c. Gesundheitswoche

4. Außerschulische Lernorte

- a. Ausflüge
- b. Sport- und Spielefest
- c. Kleeblattwanderung
- d. Walking-school-day

¹ vgl. dazu Sefik Tagay: Salutogenesis. In M. Gellmann & J. R. Turner (Hrsg.), Encyclopedia of Behavioral Medicine (S. 1707–1709). New York 2013, Springer.

5. Feste und Feiern
 - a. Gesundes Frühstück
 - b. Auftritte
6. Betreuung und OGS
 - a. Betreuung
 - b. OGS
7. Übergänge

I. Rechtliche Grundlagen
a. Schulgesetz

§ 54 Schulgesundheit

- (1) Die Schulgesundheitspflege hat das Ziel, Krankheiten der Schülerinnen und Schüler vorzubeugen, sie frühzeitig zu erkennen und Wege zu ihrer Heilung aufzuzeigen. Die Aufgaben der Schulgesundheitspflege nehmen die unteren Gesundheitsbehörden in Zusammenarbeit mit der Schule und den Eltern wahr.
- (2) Für jede Schule bestellt die untere Gesundheitsbehörde im Benehmen mit dem Schulträger eine Schulärztin oder einen Schularzt. Der schulärztliche Dienst umfasst insbesondere:
1. ärztliche Reihenuntersuchungen, insbesondere zur Einschulung und Entlassung, und zahnärztliche Untersuchungen,
 2. eine besondere Überwachung der Schülerinnen und Schüler, deren Gesundheitszustand eine fortlaufende Kontrolle erforderlich macht,
 3. schulärztliche Sprechstunden für Eltern, Schüler und Lehrerschaft,
 4. gesundheitsfürsorgende Maßnahmen für die Schülerinnen und Schüler,
 5. Beratung der Lehrerinnen und Lehrer in Fragen der Gesundheitspflege,
 6. Mitarbeit bei der Bekämpfung übertragbarer Krankheiten in Schulen.
- (3) Die Schülerinnen und Schüler sind verpflichtet, sich in Reihenuntersuchungen schulärztlich untersuchen zu lassen. Weitere Maßnahmen zur Schulgesundheitspflege richten sich nach dem Infektionsschutzgesetz.
- (4) Schülerinnen und Schüler, deren Verbleib in der Schule eine konkrete Gefahr für die Gesundheit anderer bedeutet, können vorübergehend oder dauernd vom Schulbesuch ausgeschlossen werden. Die Entscheidung trifft die Schulleiterin oder der Schulleiter auf Grund eines Gutachtens des schulärztlichen Dienstes. Bei Gefahr im Verzuge ist die Schulleiterin oder der Schulleiter befugt, einen vorläufigen Ausschluss vom Besuch der Schule auszusprechen.

b. Richtlinien

Für den erziehenden Unterricht gilt an unserer Schule demnach insbesondere die Bewegung als Triebmittel der Gesunderhaltung.

„Bewegung, Spiel und Sport an den Grundschulen leisten einen wichtigen Beitrag zur Entwicklungsförderung, zur Gesundheitsförderung und zur gesundheitlichen Prävention im Kindes- und Jugendalter. Ein ausreichendes Maß an Bewegung fördert die körperliche, kognitive, soziale und emotionale Entwicklung der Schülerinnen und Schüler gleichermaßen. Die Grundschule kommt dem

natürlichen Bewegungsdrang der Kinder entgegen, indem sie alle Möglichkeiten nutzt, das Lernen durch Bewegung zu unterstützen und das Schulleben durch Bewegung, Spiel und Sport als integrale Bestandteile des Lehrens, Lernens und des Lebens in der Grundschule zu rhythmisieren.“²

II. Schulische Schwerpunkte der GGS St. Andreas

Gesundheitsförderung und -erhaltung spielen gerade auf dem Schulweg, im Schulgebäude und in den Klassen eine wichtige Rolle. Deshalb ermuntern wir unsere Kinder ihren Schulweg zu Fuß zurückzulegen. Um ihre Schultaschen zu erleichtern und so den Rücken zu schonen, können die Schülerinnen und Schüler nicht benötigte Materialien in der Schule in ihren Standordnern oder Fächern lassen.

Im Schulgebäude verhalten sich die Kinder rücksichtsvoll und wertschätzend. Gerade das Eindämmen der Ansteckungsgefahr durch regelmäßiges und richtiges Waschen der Hände wird wiederholt besprochen und geübt. Die Kinder und ihre Eltern informieren über ansteckende Krankheiten, die der Klasse und ggf. dem Gesundheitsamt gemeldet werden.

In den Klassen steht den Kindern ihrer Größe gemäÙes Mobiliar zur Verfügung. Die Sitzordnung wird nach der Tafelsicht ausgerichtet und linkshändige Kinder werden besonders bedacht, um Haltungsschäden vorzubeugen und durch freie Sicht das Lernen zu erleichtern.

Unser Regelsystem „Klassenampel“ ermöglicht den Kindern ein lärmarmes und konzentriertes Arbeiten. Eine Entspannungsphase bietet auch die gemeinsame Frühstückspause in der Klasse, in der zumeist vorgelesen wird.

Die Gesundheitsförderung wird schwerpunktmäßig im Sport- und Sachunterricht anhand ausgewählter Themen (z.B. Sexualerziehung, Immunsystem, Suchtprävention, kritischer Umgang mit Werbung; vgl. dazu Lehrplan Sachunterricht NRW) aufgegriffen und verschiedentlich erarbeitet. Darüber hinaus bietet die GGS St. Andreas jedoch noch viele weitere Möglichkeiten zur Salutogenese:

1. Unterricht

a. Radfahrprüfung

In enger Zusammenarbeit mit unserem Lieblingspolizisten Herrn Bongers prüfen und reparieren die Kinder unserer Verbundschule im 3. und 4. Schuljahr ihre Fahrräder. Unterstützt durch seine Tipps und die erarbeitete Theorie im Sachunterricht freuen sich die Schülerinnen und Schüler alljährlich auf die Radfahrprüfung. Auch sind sie sich nach Erwerb des „Fahrradführerscheins“ ihrer verantwortungsvollen Rolle im Straßenverkehr bewusst. Der Stolz auf ihre selbsterbrachte Leistung und die Freude über ihre neue (Fort-) Bewegungsmöglichkeit könnten dabei nicht größer sein.

b. Schwimmunterricht

Ähnlich ist es mit dem Schwimmunterricht. Kinder, die noch ganz am Anfang der Wassergewöhnung stehen, sind bald schon die Wildesten im Schwimmbecken. Gerade sonst bewegungseingeschränkte Kinder genießen die unterstützende Wirkung des Wassers und ihre neugewonnene Leichtigkeit. Auch der Erwerb verschiedener Schwimmabzeichen in unserem Schwimmunterricht stärkt das positive Selbstbild und hilft den Kindern, sich im Wasser zunehmend sicherer zu fühlen.

² vgl. dazu Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen: Richtlinien und Lehrpläne für die Grundschule in Nordrhein-Westfalen. Frechen 2008, S. 15.

c. Bewegte Schule

Auch durch bewusste Bewegungspausen im Unterricht (z.B. Singspiele und Yoga) und die traditionellen Hofpausen ist unsere Schule stets in Bewegung. Die Hofpausen bieten klasseneigene Spielkisten aus denen die Kinder frei wählen dürfen und eine durch die Kinder selbst regulierte Pausenspielausleihe. Sowohl das reichhaltige Spiel- und Bewegungsangebot als auch die verantwortungsvolle Aufgabe der Vergabe von Spielgeräten wirken sich positiv auf Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen aus und dienen somit der Salutogenese.

2. Spezielle Förderangebote

a. Motorik-, Konzentrations- und Wahrnehmungstraining

Zum Ende der Elementarstufe verfügen die Kinder über weitreichende Kompetenzen. „Neben der Motorik und der Wahrnehmungsfähigkeit sollen [bereits in der Kita] auch die personalen und sozialen Kompetenzen sowie die sprachliche Kommunikationsfähigkeit und die Entwicklung des Zahlbegriffs so gefördert werden, dass die Kinder sich von Anfang an am Unterricht beteiligen können.“ Hier erfahren sie dann Erfolge und zeigen ihre Leistungsbereitschaft. Unsere Sonderpädagoginnen und unsere Sozialpädagogin bieten in verschiedenen Motorik-, Wahrnehmungs- und Konzentrationstrainings die Möglichkeit, Unsicherheiten und Schwächen sichtbar zu machen. Daran ansetzend erhalten die Kinder eine individuelle Förderung, die ihnen ein positives Selbstbild zur fruchtbaren Beteiligung am Schulleben ermöglicht. Auch im Rahmen des Regelunterrichts stehen sie den Schülerinnen und Schülern zur Seite und helfen so bei der erfolgreichen Teilnahme am Unterricht. „Durch Ermutigung und Unterstützung wird ein positives Lern- und Leistungsklima und damit die Voraussetzung für das Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit geschaffen. Schülerinnen und Schüler erfahren somit, dass Anstrengung sich lohnt und zu einer positiven Leistungsentwicklung führt. Die Erfahrung, allein oder gemeinsam mit anderen Leistungen erbringen zu können, stärkt Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen.“ (vgl. dazu „Inklusionskonzept“)

b. Gemeinsames Lernen

Dieses Selbstvertrauen und die Auseinandersetzung mit dem Unbekannten unterstützt an der GGS St. Andreas das Gemeinsame Lernen von Kindern mit und ohne sonderpädagogischem Förderbedarf. Dieser gemeinsame Unterricht ist in hohem Maße „bedeutsam für ein gemeinsames Leben behinderter und nichtbehinderter Menschen außerhalb der Schule. Es fördert gegenseitige Rücksichtnahme und Anerkennung.“³

c. Cooldown-Training

Die Heterogenität einer Gemeinschaftsgrundschule kann für einige Kinder eine konfliktträchtige Herausforderung sein. „Es ist deshalb wichtig, dass Mädchen und Jungen in der Schule vertrauensvolle Bindungen zu Mitschülerinnen und Mitschülern und Lehrkräften, gegenseitige persönliche Zuwendung und offenen mitmenschlichen Umgang erfahren. Solche Erfahrungen geben ihnen Sicherheit und Geborgenheit und fördern ihre Fähigkeit und ihre Bereitschaft zu sozialem Lernen und Handeln.“⁴ Insbesondere Schülerinnen und Schüler mit sonderpädagogischem Förderbedarf im Bereich emotionale und soziale Entwicklung brauchen in dieser Hinsicht oftmals Unterstützung. Das Cooldown-Training mit der Sonderpädagogin soll

³ ebd., S. 12.

⁴ ebd., S. 18.

es ihnen ermöglichen, Handlungswege zu erproben, um in ausgewählten Situationen einen selbstbestimmten Ausweg wählen zu können.

d. Flöten- und Chor-AG

„Die eigene Wahrnehmungs-, Empfindungs- und Ausdrucksfähigkeit sowie musisch-künstlerische Fähigkeiten“⁵ können die Kinder im Chor, in der Flöten-AG und im Musikunterricht entfalten. Durch psychomotorische Übungen und rhythmisch-musikalische Erziehung wird die kindliche Entwicklung an der GGS St. Andreas ganzheitlich gefördert.

e. Fußball-AG

Die Fußball-AG ist auf Bewegung in Ritualen und Strukturen ausgerichtet. Ziele sind die zielgerichtete Bewegung, die Kooperation, die Wahrnehmung des Selbst als Teil eines Ganzen und der Aufbau bzw. die Festigung der Frustrationstoleranz zur Stärkung des positiven Selbstbildes.

3. Besuch externer Spezialisten

a. Klaro-Programm (Klasse 2000)

„Mit Klasse2000 und seiner Symbolfigur KLARO erfahren die Kinder, was sie selbst tun können, damit es ihnen gut geht und sie sich wohlfühlen. Frühzeitig und kontinuierlich von Klasse 1 bis 4 lernen die Kinder mit Klasse2000 das 1x1 des gesunden Lebens – aktiv, anschaulich und mit viel Spaß. Lehrkräfte und speziell geschulte Gesundheitsförderer gestalten rund 15 Klasse2000-Stunden pro Schuljahr zu den wichtigsten Gesundheits- und Lebenskompetenzen. So entwickeln Kinder Kenntnisse, Haltungen und Fertigkeiten, mit denen sie ihren Alltag so bewältigen können, dass sie sich wohlfühlen und gesund bleiben.“ Daran ist auch uns gelegen, weswegen einige unserer Klassen sich gern an dem Programm zur Sucht- und Gewaltprävention in der Grundschule beteiligen und mit diesen externen Gesundheitsförderern zusammenarbeiten.

b. Zahnpflege

Alljährlich bekommen die Schülerinnen und Schüler Besuch von zwei Zahnärztinnen, die sich einen Überblick über die Zahngesundheit der Kinder verschaffen und sie beraten. Auch die Eltern bekommen eine differenzierte Rückmeldung über den aktuellen Stand der Zahngesundheit ihrer Kinder. Durch diesen Besuch vertiefen die Schülerinnen und Schüler ihre Kenntnis über die Zahngesundheit und messen dieser zunehmend mehr Bedeutung bei.

c. Gesundheitswoche

Der Aspekt der Zahngesundheit wird auch in unserer Gesundheitswoche erneut aufgegriffen. Die Mitarbeiterin des Gesundheitsamtes für die Staedteregion Aachen Frau Halbowski-Finken trumpt dabei alljährlich mit neuen Happenings auf. Nicht nur kleine Theaterstücke zur Zahnpflege sondern auch ein Schwarzlicht-Kariestunnel erregen die Aufmerksamkeit der multisensorisch interessierten Kinder. Doch auch darüber hinaus stehen den Kindern in dieser Woche vielseitige Zugänge zur Gesundheit zur Verfügung. Von gesunder Ernährung, über Suchtprävention hin zum menschlichen Körper werden verschiedene Interessen der Kinder aufgegriffen. Dadurch lernen die Kinder selbständige Wege zur Gesunderhaltung kennen und wertschätzen.

⁵ ebd., S. 11.

4. Außerschulische Lernorte

a. Ausflüge

„Kinder erleben ihre Lebenswelt ganzheitlich. Sie handeln in Sinnzusammenhängen, die Fächergrenzen überschreiten. Fächerübergreifendes Lernen versetzt sie in die Lage, in Zusammenhängen zu denken, ihre erworbenen Kompetenzen in vielfältigen Situationen des Alltags zu nutzen und neuen Erfordernissen anzupassen. Vernetztes Lernen erfordert die Kooperation mit anderen Fächern.“ Ganz in diesem Sinne dient ein Großteil unserer Ausflüge der Erfahrbarmachung schulischer Inhalte im Alltag. So erfahren die Kinder ihre Person und ihren Körper ganz bewusst in für sie bedeutsamen Zusammenhängen. U. a. Ausflüge zur Feuerwehr, wo Rettungssituationen nachgespielt werden, ins Continuum, das naturwissenschaftliche Experimente aus dem Alltag ermöglicht, zu benachbarten Restaurants, in denen sie selbst als Köche fungieren und ihre Sinne ganz neu und intensiv entdecken, unterstützen ein positives Selbstwirksamkeitsempfinden.

b. Sport- und Spielefest

Für unser alljährliches Sportfest trainieren alle Kinder fleißig, um die Chance auf ein Sportabzeichen in Bronze, Silber oder Gold nicht verstreichen zu lassen. Viele Kinder lernen unterjährig schwimmen. So erfüllen zunehmend mehr Schülerinnen und Schüler die Voraussetzungen für das Sportabzeichen des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). In den Disziplingruppen Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination können die Kinder der GGS St. Andreas verschiedene Übungen durchführen (800m-Lauf, Schlagball-Weitwurf, Standweitsprung, 30m/50m-Lauf, Seilspringen, Zonenweitsprung, Weitsprung).

c. Kleeblattwanderung

Doch nicht nur leichtathletisch beweisen die Kinder Ausdauer und Motivation. Auch bei der Kleeblattwanderung, an der die gesamte Schülerschaft der Lovericher Grundschule teilnimmt, werden die Kinder in ihrem positiven Selbstkonzept bestärkt. Denn dieser Sponsorenlauf unterstützt den Lovericher Förderverein. Die Kinder erfahren so, wie aktiv sie selbst zur Verschönerung ihres Lebensraums Schule beitragen können.

Die Belohnung für diese dem Alter angepassten Wanderungen bzw. Radwanderungen in alle vier Himmelsrichtungen sind nicht nur der Weg selbst sondern auch die besonders schönen Ausflugsziele, wie Reiterhöfe oder der Karl-Alexander-Park. Die Vorfreude darauf weckt in den Kindern ungeahnte Fähigkeiten.

d. Walking-school-day

An unserem Walking-school-day wandern die Schülerinnen und Schüler der beiden Standorte einander entgegen. Sie lernen u.a. dadurch schon früh ihr Umfeld näher kennen und gewinnen so an Sicherheit auch in ihrer Freizeit. Die aktive gemeinsame Spielzeit am geplanten Ankunftsort motiviert für den Spaziergang.

5. Feste und Feiern

a. Gesundes Frühstück

Obwohl wir bereits täglich den Inhalt unserer Brotdosen reflektieren und in der Betreuungsküche immer Äpfel für den Hunger zwischendurch bereitgehalten werden, findet mehrmals im Jahr vor großen Festen wie Weihnachten und Ostern usw. in den Klassen ein gesundes Frühstück statt. Alle Kinder einer Klasse beteiligen sich daran. Vorher wird natürlich immer noch einmal geklärt, welche Lebensmittel gesund und welche ungesund aber manchmal erlaubt sind. So wird außerhalb des Sachunterricht ein Spiralcurriculum erfüllt, das den Kindern schmeckt und nachhaltig ist.

b. Auftritte

Die Vorbereitungen auf öffentliche Veranstaltungen wie die Einschulung, die Verabschiedung der vierten Schuljahre, die Nikolausfeier, das Andreasfest und den Lach-Möwen-Löwentag der Stadt Baesweiler erfordert von den darstellenden Kindern Mut und Disziplin. Dafür sorgen diese Gelegenheiten jedoch auch für Anerkennung und Stolz und dadurch für eine Erfahrbarmachung der Selbstwirksamkeit. Eine gesunde Entwicklung der Selbständigkeit wird damit gefördert.

6. Betreuung und offene Ganztagschule

a. Betreuung

In der Betreuung wird Bewegung ganz groß geschrieben. Nach Möglichkeit agieren die Kinder dann im Freien. Ihnen stehen viele Spielgeräte zur Verfügung, die sowohl das Gleichgewicht als auch die Kondition fördern: Roller, Bodenflitzer, Balancierrollen, Rikschas, Kinderschubkarren, aber auch Stelzen, Kettcars und mehr. Auch Seilchen, Gummitwist und Bälle sind in täglicher Benutzung.

Im Rahmen von Arbeitsgemeinschaften oder bei schlechtem Wetter haben die Betreuer und Kinder stets Zugang zur Turnhalle, wo sie Bewegungsspiele, aber auch Fußball und Federball spielen können.

Wenn sich unverhofft ein größeres Freizeitfenster ergibt, machen die Betreuerinnen beider Standorte auch gern kleine Ausflüge, z.B. zum Settericher Burgpark.

Auch als aktiver Lernort dient die Betreuung der GGS St. Andreas, da hier nicht nur die Hausaufgaben betreut werden, sondern auch eine Kreativ-AG angeboten wird. In dieser wird gebastelt, dekoriert und genäht. Anhand ihrer eigener Hände Kraft und Ausdauer werden die Kinder sich ihrer Fähigkeiten und Fertigkeiten bewusst und erfahren sich damit als kompetent und wertvoll.

b. OGS

Auch die OGS setzt mit Bewegungsanimation im Freien (Spielgeräte usw.) sowie u.a. mit der Tanz- und der Fußball-AG einen Schwerpunkt auf Bewegung. Dazu passt, dass sie auch in der Ferienbetreuung schwimmen gehen und ins Bubenheimer Spieleland fahren.

Durch die geschickte Raumaufteilung ist den Kindern zudem eine Zonierung in Ruhe und Bewegung geboten. Ein Hausaufgabenraum, ein Legoraum, ein Kreativraum, ein Ruheraum und auch ein Raum für z.B. Gesellschaftsspiele sorgen für Lärmverzerrung. Dadurch hat jedes Kind, sich seinen Empfindungen gemäß auszutoben oder zurückzuziehen.

Das gemeinsame Mittagessen und die Koch- und Back-AG unterstützen einen gesunden Blick auf das eigene und richtige Essverhalten. Ein Bewusstsein für Genuss und Gesunderhaltung führen hier zu mehr Achtsamkeit für das scheinbar banale Essen.

Im Rahmen der Ferienbetreuung haben die Kinder interessengeleitet Gelegenheit, an verschiedenen Ausflügen teilzunehmen. Die Bestätigung im Interesse an Naturwissenschaften wie im Energeticon oder im Continuum sowie an Tieren und der Natur beim CHIO sollen bei den Kindern Freude und Wohlbefinden erzeugen.

7. Übergänge

Gerade der Übergang von der Kita in die Grundschule und der Übergang von der Grundschule in die weiterführende Schule sind für die Kinder aufregende und zuweilen beängstigende Ereignisse. Dieser Unsicherheit wollen wir vorbeugen. „Voraussetzung dazu ist eine kontinuierliche Zusammenarbeit zwischen den pädagogischen Fachkräften der

Kindertageseinrichtungen, den Eltern und den Lehrkräften der Grundschule[...]“⁶ und der weiterführenden Schulen. Sowohl vorbereitende Elternabende, intensive Kooperationsgespräche, Schul- und Schulwegbegehungen als auch die Teilnahme am ELPRI (Übergang von der Elementar- in die Primarstufe)-Konzept sollen die Kinder und Eltern beruhigen, die Ungewissheit schmälern und Vorfreude bestärken.

⁶ ebd., S. 16.