



Tilman-Riemenschneider-Gymnasium
Osterode am Harz

Gesundheitskonzept

**Konzept zur Gesunderhaltung und
gesunden Lebensweise**

Dörgestr. 34

37520 Osterode am Harz

Tel.: 05522-916870

Fax: 05522-6066

E-mail: trg-oha.de

Das Gesundheitskonzept ist ein dynamisches Konzept, das regelmäßig anzupassen, zu ergänzen und fortlaufend auf seine Funktionalität hin zu überprüfen ist.

„Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht allein das Fehlen von Krankheit und Gebrechen“ (Definition der WHO). Sie ist ein hoher individueller und gesellschaftlicher Wert. Sie zu sichern und zu fördern muss auch ein vorrangiges Anliegen von Schule sein. Der gesundheitsorientierte Ansatz unserer Schule soll Handlungskompetenzen entwickeln und fördern, die die Erlangung und Erhaltung körperlicher, geistiger, seelischer und sozialer Gesundheit der uns anvertrauten Schülerinnen und Schülern in zusammenhängenden Schwerpunktbereichen ermöglichen.

Nur wer ausgeglichen und emotional stabil ist, vermag zuzuhören, zu lernen sowie zu lehren, vermag Krisensituationen erfolgreich zu bewältigen. In einer größtmöglichen Wohlfühlatmosphäre soll mit Freude gelernt, gelehrt, gearbeitet sowie gelacht werden. Die Gestaltung der Räume und des Hauses, das persönliche Miteinander in Toleranz sowie gegenseitiger Achtung sind wichtige Voraussetzungen für die Realisierung dieser Ziele.

Gliederung des Sicherheitskonzeptes:

1. Schulklima
2. Bewegung
3. Ernährung
4. Prävention

1. Schulklima

Die Förderung der Gesundheit darf sich nicht nur auf physische Aspekte ausrichten, sondern muss vor allem auch psychische, soziale und ökologische Faktoren einbeziehen.

Faktoren, die ein positives Schulklima fördern:

- einladende freundliche Gestaltung des Schulgeländes (Sitzgelegenheiten auf dem Pausenhof, Grünes Klassenzimmer)
- einladende freundliche Gestaltung des Schulgebäudes (Kommunikations- und Sitzgelegenheiten, Schülerarbeiten in den Fluren, Oberstufenraum)
- individuelle Gestaltung von Fach- und Klassenräumen
- Schulkiosk und Mensa
- alters- und gesundheitsadäquates Mobiliar in Klassen- und Fachräumen
- freundlicher und respektvoller Umgang aller am Schulleben Beteiligter
- geduldige und hilfsbereite Sekretärinnen
- eine Vertrauenslehrerin und ein Vertrauenslehrer, die immer für die Schülerinnen und Schüler zu sprechen sind
- Patenschaften älterer Schülerinnen und Schüler für die 5. Klassen
- Schulsanitätsdienst
- schülereigene Streitschlichtung
- Klassenfahrten mit dem Schwerpunkt „Erlebnispädagogik“ in Klasse 5
- jährlicher Kennenlerntag der zukünftigen 5. Klassen am Ende des Schuljahres, bevor sie zu uns kommen
- jährliche Projektstage
- breites Angebot an Arbeitsgemeinschaften
- jährliches Schulkonzert und jährliche Theateraufführung
- MP3-Player- und Handyverbot

2. Bewegung

Eine wesentliche Ursache für gesundheitliche Probleme in unserer technisierten Gesellschaft stellt die Bewegungsarmut und einseitiges Ernährungsverhalten dar. Ein Ziel unserer Arbeit muss deshalb sein, ein gesundheitsgerechtes Bewegungsverhalten in eigener Verantwortung zu erreichen.

Faktoren, die gesundheitsgerechtes Bewegungsverhalten fördern sollen:

- bewegungsfreundliche Gestaltung des Schulhofes (Fußballfeld, Tischtennisplatten, Spielgeräte, Kletterwand)
- Unterrichtseinheiten zum Thema Bewegungsverhalten im Fachunterricht Sport und Biologie
- Arbeitsgemeinschaften im Bereich Sport (Selbstverteidigung, Tanzen)
- regelmäßige Sportveranstaltungen (Bundesjugendspiele, Oberstufensporttag, Ballspieltag, Altstadtlauf, Sponsorenlauf)
- Teilnahme an Sportwettbewerben (Jugend trainiert für Olympia für Fußball, Faustball, Tischtennis, Basketball, Tennis, Leichtathletik)

3. Ernährung

Das Ziel unserer Arbeit ist hier die Entwicklung eines gesunden Ernährungsbewusstseins, in dem sich die Bedeutung und Würde der Nahrung wiederfindet.

Faktoren, die gesundes Ernährungsbewusstsein fördern sollen:

- Mittagsverpflegungsangebot
- geplantes gesundheitsorientiertes Kioskangebot
- gemeinschaftliches Frühstück am Ende eines Schulhalbjahres bzw. Schuljahres
- fachwissenschaftliche Grundlagen in Unterrichtseinheiten im Fach Biologie

4. Prävention

Unsere Prävention ist darauf ausgerichtet, die Persönlichkeit und das Selbstvertrauen der Kinder und Jugendlichen langfristig zu stärken und so ihre Bereitschaft zu einem verantwortungsbewussten und gesundheitsgerechten Verhalten zu fördern.

Faktoren, die der Prävention dienen:

- individuelle Beratung in persönlichen Krisen durch eine Beratungslehrerin
- Präventive Unterrichtseinheiten im Fach Biologie
- Elterninformationsabende (z.B. Einfluss neuer Medien auf unsere Kinder)
- Streitschlichtung durch Schülerinnen und Schüler
- Lions-Quest
- Akademie für Oberstufenschüler/-innen
- Angebote der Polizei:
 - „Eindruck schaffen ohne Waffen“
 - Aufklärung zum Thema Waffen (in Klasse 7, eine Stunde zu Schuljahresanfang)
 - „Mobbing, Zivilcourage, Opfervermeidung“
 - Vortrag und Übungen (in Klasse 7/8, vier Stunden)
 - „Sucht und Suchtprävention“
 - Zielgruppe Oberstufe
- Ausbildung zum Busscout
- Schulsanitätsdienst
- Erste-Hilfe-Kurs für Lehrerinnen und Lehrer