



Schulentwicklung

Gesundheit als Schulthema?

25 Prozent der deutschen Schülerinnen und Schüler gehen aus dem Haus ohne Frühstück zu haben. Stattdessen wird dann noch schnell beim Bäcker um die Ecke oder am Busbahnhof eine mit Speck und Käse überbackene Brezel mit Kaffee geholt und im Laufen „aus der Hand“ gegessen. Hauptsache, man hat früh noch etwas in den Magen bekommen. Gesundheitsförderung müsste anders aussehen.

Apropos Laufen: mit dem Bus zu fahren ist eh cooler als zu Fuß zu gehen, da bleibt die Frisur stabil. Schweiß auf der Stirn und zerzauste Haare, durch Laufen oder gar Radfahren, wäre ein absolutes „no go“ in der Schule. Falls der Bus übrigens aufgrund des nicht steigerungsfähigen Schnecken tempos Jugendlicher mal verpasst wird: Kein Problem, denn Mama oder Papa fahren das Kind dann noch schnell mit dem Auto direkt ins Klassenzimmer – oder zumindest vor die Eingangstür der Schule.

Auf dem Schulgelände rammt dieser familiäre Schülertaxidienst fast den Herrn Studienrat. Der ist mit dem Rad unterwegs, total außer Puste und nimmt die Abkürzung über den Lehrerparkplatz, um mit diesem Zeitvorteil gegenüber seinen noch verschlafenen Kollegen einen der begehrten ersten Plätze in der Wartereihe vor dem Heiligtum im Lehrerzimmer zu ergattern: dem Kopierer.

Dort erfährt man dann im Gespräch mit den anderen wartenden Kollegen wieder mal, wer wen in welcher Klasse „disst“, vor welchen Eltern man sich besser hüten sollte und dass kurzfristig eine Lehrerkonferenz anberaumt wurde – per E-Mail-Benachrichtigungsdienst des nagelneuen Mediportals, das jedoch leider nur der

Systemadministrator so richtig bedienen kann.

Diese leicht übersteuerte Einleitung macht deutlich, dass Gesundheitsförderung an den Schulen für alle Beteiligten ein großes Thema ist. Wer könnte es bestreiten – Lern- und Leistungsfähigkeit hängen in einem hohen Maß von der Gesundheit der Menschen ab. Damit ist nicht nur die körperliche Gesundheit gemeint, sondern auch das soziale und seelische Wohlbefinden. Versuchen Sie doch einmal fachlich etwas an die Schüler heranzutragen, wenn diese gerade dabei sind, einen Konflikt in ihrer Klasse auszutragen, durch schwere persönliche Probleme belastet sind oder einfach nur einen leeren Magen haben.

Unerfreuliche Statistik zur Kindergesundheit

Zahlen belegen, dass es mit der Gesundheit der Kinder und Jugendlichen in unserem Lande nicht so gut bestellt ist. Übergewicht, mangelnde Koordinierungs- und Konzentrationsfähigkeit durch zu wenig Bewegung, aggressives Verhalten und Depressionen nehmen zu. Die Statistiken der Krankenkassen bestätigen das und unsere Erfahrung als Lehrer ebenfalls. Da wird es Zeit zu handeln, statt zu hadern. Doch an welchen Stellen kann man ansetzen und wo gibt es entsprechende Unterstützungsangebote?

Zu Beginn einer Aktivität sollte eines vermieden werden: Überaktivität! Anstatt die sogenannte „Projektitis“ voranzutreiben und dabei alle Beteiligten zu vergraulen, steht zu Beginn eine Bestandsaufnahme, die mithilfe entsprechender Methoden zutage bringt, wo man als Schule ansetzen kann. Nach Formulierung von klaren Zielen werden entsprechende Maßnahmen eingeleitet, durchgeführt und reflektiert. Hat sich ein gewünschter Zustand eingestellt? Ist die Veränderung messbar? Bei diesem Vorgehen spricht man von der „Schulentwicklungsschleife“, die eine nachhaltige Veränderung bringen soll. Dreh- und Angelpunkt ist die Steuergruppe, eine Art Schaltstelle bestehend aus Kollegen und Vertretern der Schulleitung, die den Prozess voranbringt und transparent hält.

Jede Schule hat ihr eigenes Tempo und sollte eher nach dem Prinzip der kleinen Schritte vorgehen. Vorteilhaft für die nachhaltige Entwicklung ist die Vernetzung vor Ort, also die Schulen untereinander und mit Krankenkassen, Sportvereinen, Schulberatungsstellen und Vernetzungsstellen für Schulverpflegung, die es z. B. in Bayern gibt. Folgende Beispiele sollen Lust und Mut zum Nachahmen machen.

Einzelkämpfer ade: Supervision entlastet und entspannt Lehrer

Nach der ersten Bestandsaufnahme kommt an einer Schule zum Vorschein, dass man Probleme nicht benennt und sie nicht auf den Punkt bringt, sondern eher vor sich her schiebt. Wie man das eben so kennt. Bei der Supervision wird eine Gruppe von Lehrern durch einen Fachmann von außen dabei unterstützt, Organisation und Kommunikation zu verbessern, sodass im Idealfall aus dem Arbeitsplatz sogar ein „Lebensraum Schule“ wird. Wo vorher noch kleine Gruppen zwischen Pause und 3. Stunde getuschelt haben, ist nun eine ganz andere Vertrauensebene entstanden, die mit positiven Zielen selbstbewusst und gestärkt in die Zukunft des Schulalltags blicken lässt. Ach ja, die Gesprächsregeln, die die Kollegen in der Supervisionsgruppe gelernt haben, wenden sie jetzt auch bei Klassenratsgesprächen mit den Schülern an.

„Mampf-Burger“: gemeinsames Schulfrühstück mit Eltern

„Warum nicht auch die Eltern mit einbinden?“ war die Ausgangsfrage einer Schule. Und so entschloss man sich, gemeinsam mit Eltern in den ersten beiden Pausen ein Schulfrühstück für die Kinder anzubieten. So kam zu der Aufgabe, eine gesunde und attraktive Mahlzeit für die Schüler zu bereiten noch der Nutzen dazu, dass die Eltern diese Verantwortung nicht allein in die Hände der Schule gegeben haben, sondern tatkräftig bereits bei der Vorbereitung und dann auch bei der Durchführung beteiligt waren. Schnitte mit Quark und

Bewährte Tipps

- Mehr gegenseitige Achtung: Erstellung einer Schulverfassung
- Einführung eines Ruheraums mit Entspannungsmöbeln und –musik
- Fahrradtandems für Sehbehindertenzentrum
- Gesunder Umgang mit der Stimme

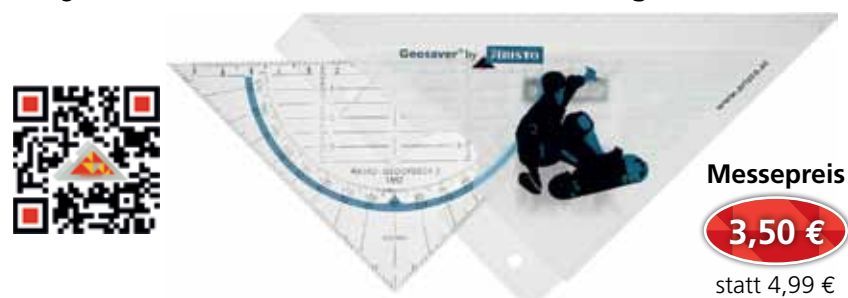
frisches Gemüse waren in wenigen Minuten weggeputzt. Zudem haben Lehrer im Unterricht die sog. „Ernährungspyramide“ behandelt und im Werkunterricht wurde ein entsprechendes Modell für die Pausenhalle gebaut.



Michael Partes hat Germanistik und katholische Theologie für das Lehramt an Gymnasien in Bamberg studiert, ist klientenzentrierter Berater (GwG) und am Gymnasium Casimirianum in Coburg im Lehrdienst tätig. Darüber hinaus ist er als Landeskoordinator für das Schulentwicklungsprogramm „Gute gesunde Schule Bayern“ zuständig.

ANZEIGE

Der **Geosaver**® - eine perfekte Schutzhülle für das Geodreieck®, der kleinste Transportbehälter, abheftbar im Ordner - zusammen mit dem **ARISTO-Geodreieck**®, dem Original, eine ideale Kombination! Wir zeigen die neuen Designs auf der **Didacta, Halle 3 B52**, und auf **www.geosaver.de**



Der Geosaver® ist auch mit einem Schullogo individuell bedruckbar ab einer Auflage von 150 Schutzhüllen. Auf **www.geosaver.de** bieten wir das Schulsortiment **ARISTO** an.

Unterstützung für Schulen

Anschub.de - die „Allianz für nachhaltige Schulgesundheit und Bildung in Deutschland“ wurde 2002 von der Bertelsmann-Stiftung initiiert. Nach dem Motto „Mit Gesundheit gute Schule entwickeln“ gibt es nun entsprechende Landesprogramme, z. B. in Berlin, Brandenburg, Hessen, NRW und Bayern. Hier heißt es „Landesprogramm für die gute gesunde Schule“. Beispiele und Hintergrundinformationen: www.gutegesundeSchule-Bayern.de www.anschub.de

Meeresforscher hautnah

Meereswettbewerb auf dem Forschungsschiff ALDEBARAN

Wie viel Öl verträgt das Meer eigentlich? Dies ist nur eine von vielen Fragen, der Schülerteams zusammen mit einem Wissenschaftspaten in der Nord und Ostsee an Bord des Hamburger Forschungs- und Medienschiffes ALDEBARAN in den Sommerferien nachgehen können. Seit 2005 richtet sich der bundesweite Wettbewerb an Schüler ab der 9. Klasse aller Schulen. In Teams mit bis zu vier Schülern können Fragen zu den Themen Biologische Vielfalt, Stoffkreisläufe und Klimawandel in küstennahen Ökosystemen an Bord bearbeitet werden. Eine nationale Jury bewert

tet die Vorschläge nach Innovation und Durchführbarkeit. Für die Gewinnerschiffe geht es fünf Tage an Bord der ALDEBARAN. Vor Ort wird die Arbeit der Schüler dokumentiert und über Radio und Fernsehen der Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Bereits vier Teams haben erste Plätze bei *Jugend forscht!* geholt.

Der Meereswettbewerb findet im Auftrag der Deutschen Meeresstiftung i. G. in den Sommerferien statt. Einsendeschluss für Projektskizzen ist der 15. April 2014.

Weitere Informationen

www.meereswettbewerb.de