

## GESUNDHEITSKONZEPT

**Stand:** 06.08.2013

**Verfasser:** Ina Goldenstein, Michael Heidenreich, Britta Heise, Anne Janßen-Bartels, Dr. Wilhelm Kandt, Erika Schmidt, mit freundlicher Unterstützung der Schülersvertretung (SV)

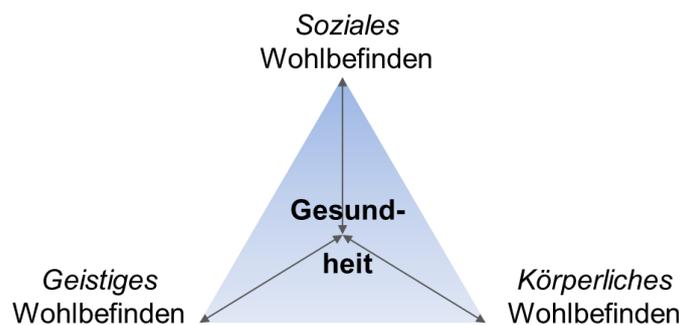
### 1. Ausgangspunkt und Zielsetzung

Das Gesundheitskonzept der Cäcilienchule gründet auf drei Prämissen. Dem im Niedersächsischen Schulgesetz festgelegten Bildungsauftrag (§2), zum gesundheitsbewussten Leben der Schülerinnen und Schüler<sup>1</sup> beizutragen, der von der UNESCO betonten Gesundheitserziehung sowie ausgewählten Ergebnissen der SEIS<sup>2</sup>-Befragung 2011 an der Cäcilienchule. Darin wurde deutlich, dass eine Vermittlung von Wissen zum Thema Gesundheitsförderung von Schülern und Eltern nicht (ausreichend) wahrgenommen wird.

Die Überlegungen gründen auf dem Gesundheitsbegriff der Weltgesundheitsorganisation (WHO):

„Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht die bloße Abwesenheit von Krankheit oder Gebrechen.“

(Weltgesundheitsorganisation 1946, Stand 2009)



**Abbildung 1:** Drei zentrale Aspekte von Gesundheit laut Weltgesundheitsorganisation.

Diesem statischen Verständnis von Gesund-Sein (Was **ist** Gesundheit?) wird mit der „Salutogenese“ (vgl. SCHAAL und KRAPP, 2013) ein dynamisches Rahmenkonzept an die Seite gestellt, das Gesundheit als Prozess versteht (Wie **entsteht** Gesundheit?). Dadurch werden diejenigen Faktoren und ihre Wechselwirkungen betont, die zur **Entstehung und Erhaltung von Gesundheit** beitragen. Diese Faktoren für die Gesundheitserziehung der Schüler im

<sup>1</sup> Im Folgenden wird zur Bezeichnung von Schülerinnen und Schülern immer die maskuline Form gewählt. Dies dient ausschließlich der besseren Lesbarkeit.

<sup>2</sup> Selbstevaluation in Schulen.

oben beschriebenen Sinne zu nutzen, ist ein Anliegen der pädagogischen Arbeit an der Cäcilienschule.

Die im Rahmen dieses Konzepts entwickelten Überlegungen sollen die Gesundheitsförderung und ihre Wahrnehmung an der Cäcilienschule als sozialem System verbessern und sprechen dabei ausdrücklich alle in der Schule beteiligten Personenkreise an: Schüler, Lehrer, Mitarbeiter. Ziel ist ein gesundheitsförderliches Klima, das es allen Beteiligten ermöglicht, zufrieden in der Schule zu leben, zu lernen und zu arbeiten. Das Gesundheitskonzept der Cäcilienschule ist nicht in sich geschlossen. Es versteht sich als gemeinsames, dynamisches Vorhaben und bildet die Grundlage eines Entwicklungsprozesses in Zusammenarbeit von Lehrkräften, Eltern- und Schülerschaft sowie den Mitarbeitern der Schule.

## 2. Grundannahmen zum Verhältnis von Gesundheit und Bildung

Ausgehend von den beiden oben beschriebenen Modellen von Gesundheit wird allgemeines Wohlbefinden als zentraler Aspekt unserer Gesundheit betrachtet. Ein gesundes Arbeitsklima, Gesundheitsbewusstsein und ein entsprechendes Verhalten führen über die Verbesserung des körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens hinaus zu Zufriedenheit und können zudem als eine Voraussetzung für gute Lernleistungen betrachtet werden, die wiederum das individuelle Wohlbefinden stärken können (vgl. DE PAZ NIEVES und SUHRCKE, 2011).

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

(Weltgesundheitsorganisation, 1996, deutsche Übersetzung)

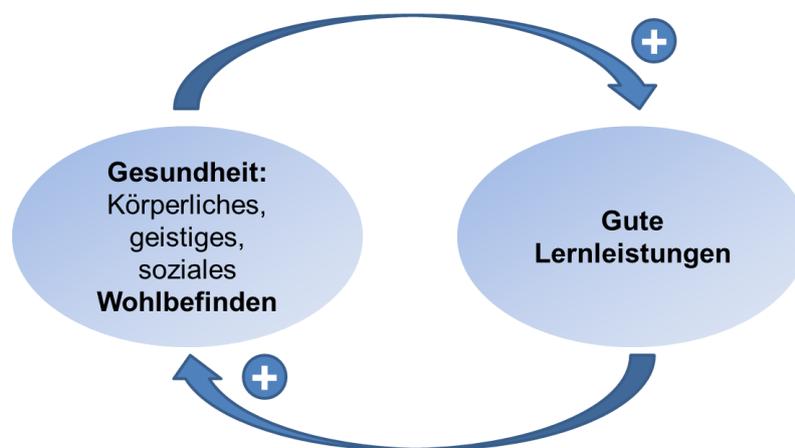


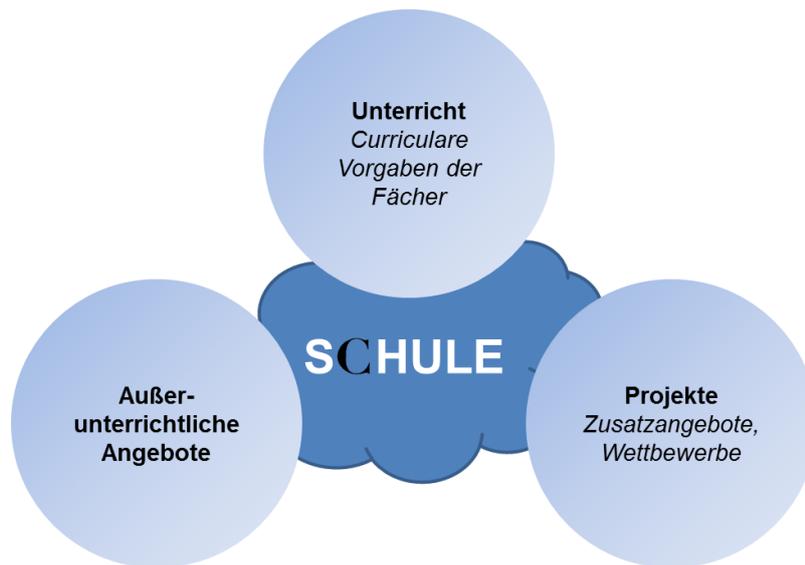
Abbildung 2: Wechselseitige Abhängigkeit zwischen Gesundheit und Lernen.

## 3. Die „Gesunde Cäcilienschule“

Bei der Ausgestaltung des Gesundheitsgedankens sollen vor allem Aspekte der Gesundheitsförderung bewusst gemacht werden. Der Ansatz der Cäcilienschule ergibt sich aus einer Erweiterung der drei in Abb. 1 beschriebenen fundamentalen Aspekte von Gesundheit und benennt fünf „Gesundheitsinseln“, das heißt schulisch relevante Handlungsfelder, die in vielfältiger Weise miteinander verknüpft sind.



Diese fünf Gesundheitsinseln erscheinen in drei Dimensionen auf **schulorganisatorischer Ebene**.



**Abbildung 4:** Die drei organisatorischen Dimensionen der „Gesunden Cäcilien Schule“.

- **Unterricht**

Jedes Fach leistet im Rahmen seiner curricularen Vorgaben einen fachlichen Beitrag zur Gesunderhaltung. Ziel ist eine bessere fächerübergreifende Verknüpfung und die damit verbundene Wahrnehmung dieser Inhalte.

- **Außerunterrichtliche Angebote**

Den Unterricht begleitend werden am Schulvormittag und -nachmittag unterschiedliche Angebote gemacht, die verschiedene Aspekte von Gesunderhaltung aufgreifen.

- **Projekte**

Besondere Anlässe und Aktionen wie Wettbewerbe, Schulfeste usw. ergänzen in unregelmäßigen Abständen die pädagogischen Bestrebungen zur Gesunderhaltung.

#### 4. Wie viel „Gesunde Cäcilien Schule“ haben wir bereits?

- **Unterricht**

Die Curricula der Unterrichtsfächer beinhalten über die gesamte gymnasiale Schulzeit hinweg vielfältige mit dem Aspekt Gesunderhaltung verknüpfte Themen. Allerdings scheint dabei die konkrete Ansprache im Unterricht tendenziell eher über Krankheiten, Defekte oder Unglücke zu erfolgen, in erster Ansicht somit auf dem Gegenteil von „gesund“. Ein Ansatzpunkt ist hier ein ausdrücklicher Perspektivwechsel hin zur Gesunderhaltung. Ziel sollte es sein, einen für die Schüler wahrnehmbaren Wechsel in der Betonung herbeizuführen, sowie den Lehrkräften (und in der Folge auch den Schülern) die vielfältigen fächerübergreifenden Anknüpfungsmöglichkeiten gesundheitsrelevanter Themen im Lehrplan bewusst(er) werden zu lassen.

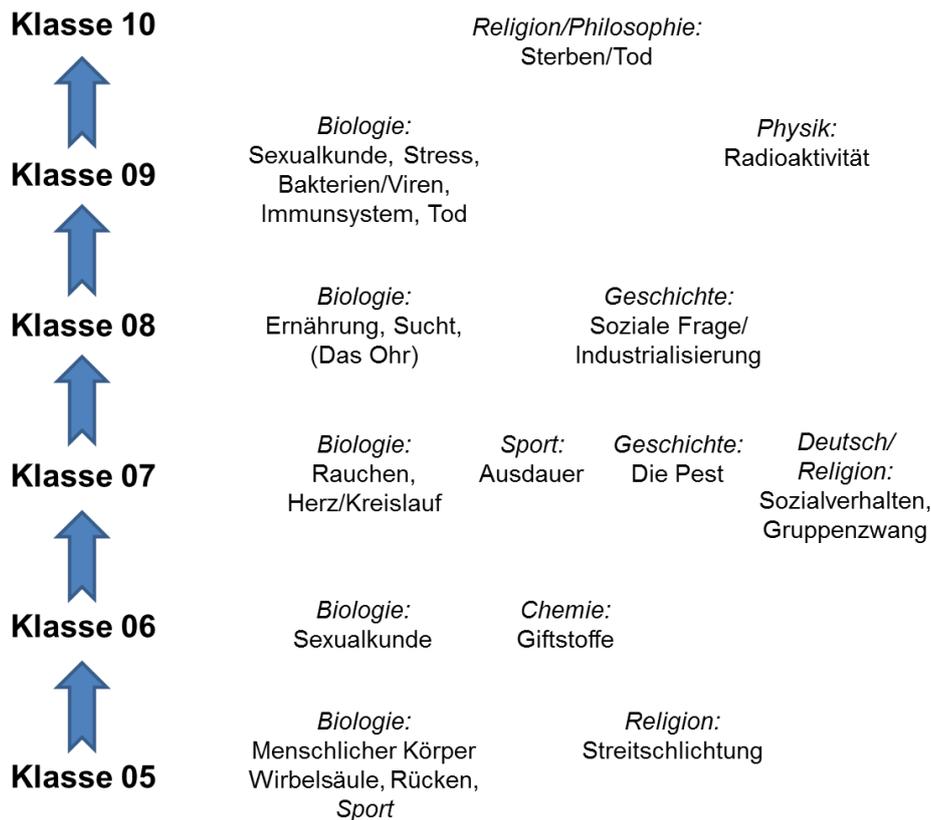


Abbildung 5: Übersicht über gesundheitsrelevante Themen in den Curricula der Fächer der Sekundarstufe I.

#### • Außerunterrichtliche Aktivitäten

Seit der Einführung des Doppelstundenkonzeptes hat sich die Phasierung des Schulvormittages merklich beruhigt. Für die 5. und 6. Klassen existiert ein Sportangebot in den Pausen zur aktiven Entspannung. Der Schulhof „Dobbenhof“ für die Jahrgangsstufen 5 und 6 wurde dahingehend umgestaltet, dass er den Schülern Anreize für unterschiedliche Aktivitäten und Bewegungsmöglichkeiten bietet. Allen Klassen steht eine Lärmampel zur Verfügung und die Schule verfügt über funktionierende Konzepte zu Arbeitsschutz und Sicherheit am Arbeitsplatz. Für die Bereiche der Mediation und Beratung gibt es mehrere Ansprechpartner im Kollegium, die auf unterschiedliche Weise mit den Schülern arbeiten. Das in der SEIS-Umfrage 2011 positiv bewertete Schulklima an der Cäcilien-schule ist eindeutig auf der Haben-Seite der Schule zu verzeichnen.

#### • Projekte

An dieser Stelle soll eine exemplarische Zusammenstellung verschiedener Aktivitäten eine Übersicht über Projekte geben, an denen Schüler der Cäcilien-schule bereits teilnehmen bzw. teilgenommen haben.

- „Be smart, don` t start“ (Antiraucher-kampagne)
- „Deutschland bewegt sich“
- „Klimatour“ (Fahr Rad! Für's Klima auf Tour)
- Sinnesschule und Hörgarten der Universität Oldenburg
- Zahnärztliche Untersuchung (5./6.Jg.)
- Erste-Hilfe-Kurse für Schüler des 10. Jahrgangs

## 5. Ausblick & Perspektiven

Dieser inhaltlich letzte Teil des Gesundheitskonzepts soll künftige Möglichkeiten andeuten und aufzeigen, in welcher Form die dargelegten Überlegungen über den Gedanken des Perspektivwechsels (vgl. S. 4) hinaus konkreten Eingang in das Schulleben finden können. Hier zeigt sich im Besonderen die offene Anlage (vgl. S. 2) des Gesundheitskonzepts der Cäcilien-schule.

Die Durchführung von in die Pausen des Schulvormittags integrierten Mottotagen zu verschiedenen Themen ermöglicht kurze aber prägnante Schlaglichter im Sinne der Orientierung auf Gesundheitsförderung.

Im Rahmen der außerunterrichtlichen Aktivitäten wird über die Einrichtung von Leseecken bzw. Ruheinseln/Ruheräumen im Schulgebäude nachgedacht, die besonders auch in den Pausen zur Lärmreduktion und Entspannung dienen können.

Grundsätzlich werden bei anstehenden Renovierungsarbeiten in Unterrichtsräumen auch Aspekte einer „freundlichen“ Raumgestaltung (bspw. bei der Wahl der Wandfarbe) berücksichtigt. Dabei sollten Überlegungen zur akustischen Verbesserung der Bausubstanz ebenfalls eine Rolle spielen (Akustikdecken). In diesem Zusammenhang stehen zudem Überlegungen zu Fortbildungen im Bereich Stimmbildung/Stimmprävention für Lehrer.

Curricular ist geplant, über den bestehenden Regelunterricht hinaus einen Schwerpunkt der fachlichen Auseinandersetzung mit Aspekten der Gesundheit- und Präventionserziehung im Biologie Profilunterricht der Jahrgangsstufen 7 und 8 zu verankern.

## 6. Literatur

DE PAZ NIEVES, C.; SUHRCKE, M. (2011): „Die Auswirkungen von Gesundheit und Gesundheitsverhalten auf Bildungserfolg in Ländern mit hohem Einkommen: Eine Bestandsaufnahme“, Weltgesundheitsorganisation, <http://www.euro.who.int/de/what-we-do/health-topics/noncommunicable-diseases/chronic-respiratory-diseases/publications/2011/impact-of-health-and-health-behaviours-on-educational-outcomes-in-high-income-countries-the-a-review-of-the-evidence> (letzter Zugriff: 06.08.2013)

LÄNDERKONSORTIUM SEIS DEUTSCHLAND, <http://www.seis-deutschland.de/> letzter Zugriff: 06.08.2013)

Weltgesundheitsorganisation (WHO) (2009): „Verfassung der Weltgesundheitsorganisation“, <http://www.admin.ch/ch/d/sr/i8/0.810.1.de.pdf> (letzter Zugriff 06.08.2013)

Weltgesundheitsorganisation (WHO) (1996): „Local Action. Creating Health. Promoting Schools“, S. 1, <http://www.who.int/hpr2/gshi/localaction.pdf> (letzter Zugriff: 06.08.2013)

SCHAAL, S.; KRAPP, T. (2013): „Eine Herausforderung: Gesundheit und Wohlbefinden in der Schule“, Unterricht Biologie, 382, S. 2-9