

Bausteine zu dem Gesundheitskonzept der Ludwig-Windthorst-Schule

Körper und Geist bilden eine Einheit. Diese Ganzheitlichkeit muss auch im Schulalltag berücksichtigt werden. Körperliches Wohlbefinden und geistige Frische sind die Grundvoraussetzungen für ein erfolgreiches Absolvieren des Schulalltags. Vieles kann dafür in der Schule getan werden, aber auch in den außerschulischen Bereichen muss mitgeholfen werden, damit Schule erfolgreich gelingen kann.

Baustein Elternarbeit

Die Elternarbeit hat einen hohen Stellenwert. Vortragsabende für Eltern mit den Schwerpunkten Pubertät, Ernährung, Drogen oder neue Medien geben Raum die Welt der Heranwachsenden besser zu verstehen und eine Möglichkeit des Austausches. Eltern-Lehrer-Treffs, Begrüßungsabend, Lernentwicklungsgespräche (Kl.5-8), Elternsprechtage und feste Sprechstunden der Lehrerinnen und Lehrer sollen einen stetigen Austausch gewährleisten.

Baustein Beratungsnetz

Unser eng geknüpfted Beratungsnetz steht den Kindern und Jugendlichen, den Eltern aber auch den Lehrerinnen und Lehrern sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zur Verfügung. Hierzu werden feste Beratungsstunden angeboten, aber auch kurzfristige Terminabsprachen sind möglich. Die ersten Ansprechpartner sind natürlich die Lehrerinnen und Lehrer, doch können diese manchmal dem Beratungsbedarf nicht gerecht werden, so dass auf die Hilfe der Klassenpaten, der Schulsozialpädagoginnen, des Schulseelsorgers, des Vertrauenslehrers oder die Beratungslehrerinnen und Beratungslehrer mit ihren besonderen Ausbildungen zurückgegriffen werden kann.

Baustein Externe Partner

Nicht immer sind Elternhaus und Schule jedoch in der Lage die Probleme und Nöte der Kinder und Jugendlichen angemessen beraten zu können. Dann sind außerschulische Partner wie die Caritas, Beratungsstellen und ggf. das Jugendamt Institutionen, an die wir uns sowie die Kinder oder die Eltern sich wenden können. Eine Kooperation mit dem Roten Kreuz und eine angestrebte Kooperation mit der GiS runden dies ab.

Bei den externen Partnern ist auch die Zusammenarbeit mit Ärzten und Beratungsstellen verschiedener Fachrichtungen der Stadt und der Region Hannover zu erwähnen, die besucht werden, bzw. die zu Gesprächen und Untersuchungen in die Schule kommen (z.B. Schulzahnarzt/ärztin und Zahnprophylaxe).

Baustein Sport- und Schwimmunterricht

Neben der psychischen gilt selbstverständlich auch der physischen Entwicklung der Kinder und Jugendlichen ein Hauptaugenmerk. Dem wird an der Ludwig-Windthorst-Schule vielfältig Rechnung getragen: In erster Linie durch den im Stundenplan ausgewiesenen und im Klassenverband erteilten Sportunterricht, der den curricularen Vorgaben folgt. Aber auch Neigungsklassen Sport in den Klassenstufen 5 und 6, die eine Stunde mehr Sport haben, sowie Wahlpflichtkurse im Sport in Jahrgang 7 und 8 unterstützen dies.

Das Schwimmkonzept der Ludwig-Windthorst-Schule ist ebenfalls ein wichtiger Bestandteil des Bausteins und soll an dieser Stelle ausführlicher dargestellt werden. Vorrangiges Ziel ist

hierbei, dass sich die Kinder, wenn sie unsere Schule verlassen, sicher im, am, auf und unter dem Wasser bewegen können.

Im Rahmen des Sportförderunterrichtes bieten wir nun in **Klasse 5** einen Schwimmkurs an, der sich speziell an Kinder wendet, die nicht oder nur sehr unsicher schwimmen können. Ziele sind hier die Verbesserung der Wassersicherheit sowie die Erlangung der ersten Schwimmabzeichen. Da immer wieder neue Schülerinnen und Schüler in allen Jahrgangsstufen an unsere Schule kommen, wollen wir diesen Kurs aber auch grundsätzlich offen halten für diejenigen, die keine oder kaum Schwimmkompetenzen und Wassersicherheit besitzen.

In **Klasse 6** haben die Schülerinnen und Schüler ein halbes Jahr Schwimmunterricht im Klassenverband. Zwei Lehrkräfte teilen sich eine Klasse. Die Aufteilung kann nach Leistungsstand, Geschlecht oder anderen Klassenspezifischen Gründen erfolgen. Ziele sind hier die Verbesserung der Schwimmfähigkeit und Wassersicherheit, Spiele und die Verwendung verschiedenster Schwimmmittel (Flossen, Bretter,...) und erste Erfahrungen im Bereich Wasserball und synchronem Schwimmen. Zudem steht der Erwerb der Jugendschwimmabzeichen Bronze, Silber und Gold im Mittelpunkt des Unterrichtes.

In **Klasse 8** haben die Schülerinnen und Schüler erneut ein halbes Jahr Schwimmunterricht im Klassenverband. Wiederum zwei Lehrkräfte teilen sich eine Klasse. Ziele sind hier erneut der Ausbau der Schwimmfähigkeit, ausdauerndes Schwimmen und die Erlernung verschiedener Schwimmarten. Zudem stehen die Bereiche Rettungsschwimmen und Wasserspringen weitaus stärker im Vordergrund. Weiterhin wird auch der Erwerb von Schwimmabzeichen ermöglicht.

Begleitet wird der Schwimmunterricht zusätzlich durch eine **Schwimm-AG** und eine **Wasserball-AG**, die sich an leistungsstarke und/oder interessierte Schülerinnen und Schüler aller Jahrgangsstufen wendet. Diese wird in Kooperation mit der SGS Hannover, den White Sharks Hannover und dem LSN (Landesschwimmverband Niedersachsen) als Kooperationspartnern durchgeführt. Ziel ist es hier die Schüler/innen an den Wettkampf- und Vereinssport heranzuführen und sie ggf. in den **Schulmannschaften** für Schulvergleichswettkämpfe (Jugend trainiert für Olympia, Jugend trainiert für Paralympics, Bistumswettkämpfe, ...) starten zu lassen. Sie sind ein weiterer Baustein in diesem Konzept und dienen der Motivation und bieten neben dem Gesundheitsaspekt, welcher den Kindern und Jugendlichen meist ferner liegt, einen weiteren Anreiz.

Jugendlichen, die nicht so leistungs- und wettkampforientiert, aber interessiert und sozial engagiert sind, bieten wir ab Klasse 9 in Kooperation mit der DLRG an, das **Deutsche Rettungsschwimmabzeichen (DRSA) in Bronze oder Silber** zu erwerben. Eine Kooperation ist in diesem Bereich besonders gewünscht, da wir die Schülerinnen und Schüler auch an die ehrenamtliche Arbeit in diesem Bereich heranführen möchten.

Abgerundet wird der gesamte Komplex durch unsere Windsurf -AG, die auf dem Maschsee stattfindet.

Darüber hinaus gibt es im Sport einen AG-Bereich mit wechselndem (je nach Interesse und Hallenkapazität) sportliche Angebote: Fußball, Basketball, Tanzen, Handball, ... Diese Angebote werden zum Teil von Lehrern, aber auch externen Anbietern erteilt. Aus diesen Gruppen werden dann auch Schulmannschaften gebildet, die regelmäßig an Schulsportwettkämpfen (Jugend trainiert für Olympia, Jugend trainiert für Paralympics, Einladungsturnieren,...) teilnehmen.

Aber nicht nur die talentierten Kinder erfahren bei uns Unterstützung. Ein zusätzliches Angebot ist der Sportförderunterricht, der sich an Kinder mit eingeschränkten motorischen Fähigkeiten, körperlichen Einschränkungen, Entwicklungsverzögerungen oder Adipositas wendet. Hier sollen die Kinder in einem relativ geschützten Raum vielfältige Bewegungserfahrungen machen können. Diese vielfältigen Angebote sind verbunden mit der Hoffnung,

dass die Schülerinnen und Schüler eine positive Einstellung zum Bereich Sport und Bewegung erlangen, um so ein lebenslanges Sporttreiben zu fördern.

Baustein Fächerübergreifender Unterricht

Nicht nur der Sport soll die körperliche Entwicklung positiv unterstützen. Auch Fächer wie Biologie und die Hauswirtschaft haben hier eine zentrale Bedeutung und sprechen viele Themenbereiche an, die die Gesundheitsprävention unterstützen sollen. In dem Fach Biologie wird immer wieder die körperliche Entwicklung und Stoffwechselfvorgänge thematisiert. In den unterschiedlichen Jahrgängen werden dann auch Themen wie Alkohol-, Tabak- und Medikamentenmissbrauch erörtert sowie die Themen Doping, Krankheiten und Sexualkunde. Fächerübergreifend wird mit dem Fach Hauswirtschaft, verpflichtend für den 7. Jahrgang und dann in den folgenden Jahrgängen als WPK-Angebot, der Themenbereich Ernährung abgedeckt. Die Schülerinnen und Schüler sollen lernen, sich gesund und ausgewogen ernähren zu können. Der sehr gut ausgestattete Hauswirtschaftsbereich bietet dafür hervorragende Voraussetzungen.

Baustein Gesunde Verpflegung

Einen weiteren Beitrag zur gesunden Ernährung in unserem Schulleben bietet der Schulkiosk, in dem von Mitarbeitern und zum Teil von Lehrer/innen und Schüler/innen hergestellte gesunde Pausensnacks angeboten werden. Die Kinder, die im Ganztage sind, werden bis zur Fertigstellung unserer Mensa (geplant Frühjahr 2019) in der Nachbarschule mit einem Mittagessen versorgt. Sehr gut wird auch der im Winter 2017 in Betrieb genommene Wasserspender angenommen, der ein gesundes Verpflegungsangebot abrundet.

Baustein Schulsanitätsdienst/Ersthelferausbildung

Durch die Zusammenarbeit mit dem Roten Kreuz konnte ein Schulsanitätsdienst eingerichtet werden, der zuverlässig seinen Dienst versieht. Eine regelmäßige Erste Hilfe Auffrischung bei dem Kollegium und den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, soll gewährleisten, dass angemessen und zügig bei Unfällen und Krankheiten, die in der Schule auftreten, reagiert werden kann.

Baustein Bauliche Gestaltung

In einem Gesundheitskonzept müssen auch die Arbeits- und Pausenbereiche der Schulgemeinschaft berücksichtigt werden. Dies ist ein ständiger Prozess, in dem, soweit die finanziellen Mittel dies erlauben, permanent Verbesserungen vorgenommen werden, seien es bauliche Maßnahmen wie die Einrichtung und Umgestaltung von Arbeits-, Freizeit- und Ruhebereichen oder die Anschaffung von neuem ergonomisch korrektem Mobiliar, umweltfreundlichem und nicht gesundheitsgefährdenden Materialien (im Unterricht, in der Verwaltung,...)

Damit dieser Baustein auch organisatorisch begleitet wird, haben wir seit 2015 den Ausschuss für Arbeitsschutz, Hygiene und Gebäudesicherheit, der die Aufgabe hat präventiv zu arbeiten sowie Mängel zu erkennen und benennen und dabei zu helfen, Lösungsmöglichkeiten für sich abzeichnende oder bereits vorhandene Probleme zu finden.

Baustein Lehrergesundheit

Standen bisher die Schülerinnen und Schüler im Mittelpunkt der Betrachtung, muss man in jedem Fall die Lehrerinnen- und Lehrergesundheit sowie die der Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen berücksichtigen. Neben der Bereitstellung von Ruhe- und Arbeitszonen ist auch ein aktives Angebot wie Lehrersport vorhanden sowie gesonderte Arbeitsbedingungen für schwangere Lehrerinnen und eingeschränkte Kolleginnen und Kollegen. Zusätzlich sollen

regelmäßig (schulinterne) Fortbildungen durch den Schulträger und andere Anbieter zum Thema Gesundheit angeboten werden.

Ausblick

Sicherlich ist dies aber noch (neben anderen) eine „Baustelle“, mit der sich in naher Zukunft beschäftigt werden muss. Das Gesundheitskonzept der Ludwig-Windthorst-Schule muss ständig evaluiert werden und sich ändernden Gegebenheiten anpassen, wie zum Beispiel der Inklusion, die uns ganz neue Schüler/innentypen in die Schulgemeinschaft bringt, die andere Bedürfnisse haben und uns vor neue Herausforderungen stellen. Dem würden wir gerne mit einer ständig anwesenden Krankenpflegekraft entgegenwirken. Diese würde auch jetzt schon den Schulbetrieb in der Betreuung kranker Schülerinnen und Schüler entlasten, da der Schulsanitätsdienst durchaus häufiger an seine Grenzen stößt.

Hannover, Dezember 2017