



Gesundheitsförderung in Volksschulen

Dokumentation der Projektergebnisse im Schuljahr 2009/2010

Dieses Projekt wurde von der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse in Kooperation mit dem Landesschulrat für Oberösterreich durchgeführt.

Das Pilotprojekt wurde mit Unterstützung des Fonds Gesundes Österreich realisiert.

“Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen ...“

„Gesundheit wird von den Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt; dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben.“

(Zitate Ottawa Charta)

1	AUSGANGSSITUATION	3
2	PROJEKTINHALTE	3
3	ANZAHL UND AUSWAHL DER PROJEKTSCHULEN	3
4	ZIELGRUPPE	3
5	PROJEKTZIELE	4
5.1	Ziele auf Projektebene	4
5.2	Ziele auf Schul-, Klassen- und Kinderebene	4
5.3	Ziel auf institutioneller Ebene	4
6	ANGEBOTE UND BETREUUNG WÄHREND DES PROJEKTES	4
6.1	Spezielle Angebote im Schuljahr 2009/2010	4
7	ZEITPLAN DER PROJEKTINITIATIVE	5
8	PROJEKTSCHULEN 2009/2010	6
9	PROJEKTBERICHTE 2009/2010	7 - 45

1 AUSGANGSSITUATION

Aufgrund vermehrter Anfragen von Schulen mit einem hohen Anteil an Kindern mit Migrationshintergrund und in Absprache mit dem Landesschulrat für Oberösterreich wurde von der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse das Projekt „Der kleine Mugg – mir & uns geht's gut“ entwickelt.

Im Schuljahr 2007/2008 haben fünf Volksschulen am Pilotprojekt (gefördert durch den Fonds Gesundes Österreich) teilgenommen und durch die Einbeziehung aller in den Schulalltag involvierter Personen (SchülerInnen, LehrerInnen, Eltern, sonstiges Schulpersonal) einen großen Schritt in Richtung gesundheitsfördernder Schule unternommen.

Infolge des großen Interesses wurde das Angebot im Schuljahr 2008/2009 fortgesetzt und um eine nachhaltige Einbindung von Gesundheitsförderung in den Schulen zu gewährleisten, ein Projektzeitraum von drei Jahren konzipiert.

Das Projekt wurde mit dem "Gesundheitspreis der Stadt Linz" sowie mit dem "Vorsorgepreis 09" ausgezeichnet.

2 PROJEKTINHALTE

DirektorInnen und LehrerInnen von Schulen (insbesondere mit einer hohen Anzahl an Kindern mit Migrationshintergrund) wurden eingeladen, gemeinsam mit den SchülerInnen und deren Eltern Möglichkeiten einer gesundheitsfördernden Lebensgestaltung zu erarbeiten und Gesundheitsförderung im Setting Schule zu integrieren.

In allen Bereichen (Bewegung, Ernährung und Psychosoziale Gesundheit) wurden von den Schulen Maßnahmen der Gesundheitsförderung gesetzt.

Durch die Fortbildungsveranstaltungen wurden ein intensiver Austausch und eine Vernetzung unter den teilnehmenden Schulen ermöglicht.

3 ANZAHL UND AUSWAHL DER PROJEKTSCHULEN

Die Auswahl der Projektschulen erfolgte über den Landesschulrat für Oberösterreich anhand nachstehender Kriterien:

- Bedarf auf Grund der Erfahrungen des LSR über die Bezirksschulräte
- Volksschulen mit einer hohen Anzahl an Kindern mit Migrationshintergrund werden bevorzugt aufgenommen (zumindest 2 je Schuljahr)
- Ranking nach dem Zeitpunkt der Anfrage zur Teilnahme an der Projektinitiative

Die Anzahl der TeilnehmerInnen wurde mit sechs Schulen zum Einstieg in die Projektinitiative (erstes intensives Projektjahr) begrenzt.

Im Schuljahr 2009/2010 wurde dieses ganzheitliche Gesundheitsförderungsprojekt bereits auf 14 Volksschulen in Oberösterreich ausgeweitet. Im Schuljahr 2009/2010 haben insgesamt 2.298 SchülerInnen an der Projektinitiative teilgenommen.

4 ZIELGRUPPE

- Kinder in Volksschulen (unter besonderer Berücksichtigung von Volksschulen mit einem hohem Migrationsanteil)
- LehrerInnen und DirektorInnen die in diesen Schulen unterrichten bzw. diese leiten sowie die Eltern dieser Kinder

5 PROJEKTZIELE

5.1 Ziele auf Projektebene

- Integration von Gesundheitsförderung in das Alltagsleben der Betroffenen (Verhältnisorientierung)
- Selbstaktivierung der Betroffenen im Sinne eines Kompetenzaufbaues (Verhaltensorientierung)
- Betreuungsleistungen von Seiten der OÖ GKK – Service Stelle Schule und des Landesschulrates für OÖ
- Niederschwelligkeit bei der Betreuung der Projektschulen
- Nachhaltigkeit durch mehrjährige (insgesamt drei Jahre) Betreuung
- LehrerInnen agieren als MultiplikatorInnen

5.2 Ziele auf Schul-, Klassen- und Kinderebene

- Sensibilisierung für Themen der Gesundheitsförderung auf allen Ebenen
- Der Zusammenhang von Wohlbefinden und Ernährung, Bewegung und Psychosozialer Gesundheit soll erkannt werden (Erleben – Wissen – Verstehen)
- Themen der Gesundheitsförderung werden in den Alltag der Schule integriert
- In der Klasse soll ein „abgeschwächter, kindgerechter“ Managementkreislauf mit Hilfe der entwickelten Produkte und Unterstützungsleistungen initiiert werden

5.3 Ziel auf institutioneller Ebene

Die Qualität der Schulischen Gesundheitsförderung entspricht den Anforderungen des Gütesiegels „Gesunde Schule OÖ“. Von der Erreichung der Voraussetzungen zur Zuerkennung des Gütesiegels nach Abschluss des Projektes ist wahrscheinlich auszugehen.

6 ANGEBOTE UND BETREUUNG WÄHREND DES PROJEKTES

Alle Schulen nützten die Angebote zur Erarbeitung von gesundheitsrelevanten Themen in der Klassengemeinschaft (Kernelemente: Zielformulierung, Umsetzung, Zielüberprüfung und Belohnung; Gesundheitskalender für die Klasse; Belohnungsplakat für die Klasse; Gesundheitsbuch für die Kinder) sowie zur Kompetenzsteigerung von LehrerInnen im Gesundheitsförderungsbereich durch Fortbildungsveranstaltungen. Ebenso wurden die Angebote für Eltern zum Kompetenzerwerb und zur Absicherung von Nachhaltigkeit (Elternabend; Elternbroschüre; Kochkurs für Mütter mit Ernährungswissenschaftlerin) gerne angenommen.

6.1 Spezielle Angebote im Schuljahr 2009/2010

- **Fortbildungsveranstaltung am 2. Dezember 2009** – Workshop zum Thema „Gesundheitsförderung in der Volksschule“
 - Gesundheitsförderung, Grundlagen und Begriffsdefinitionen (Setting Schule, Prinzipien der Schulischen Gesundheitsförderung)

- Grundlegendes zum Projekt (Ablauf, Materialien, Unterstützung, etc.)
- WORKSHOP – Ernährung
- **Fortbildungsveranstaltung am 28. April 2010** – Workshop zum Thema „*Bewegung macht SINN*“
 - Bedeutung von Bewegung – Transfer in den Schulalltag
 - „Aktives Lernen mit Kopf, Herz, Hand und Fuß“ – Materialerfahrung im Unterricht
 - „Lass es rollen“: Spiele rund um das Rollbrett
 - „Der bewegte Turnsaal“: vom Schaukeln und Schwingen, Klettern und Balancieren
 - „Spiele mit Alltagsmaterialien“
 - „Entspannte Kinder“: Entspannungsübungen
- **Fortbildungsveranstaltung am 29. Juni 2010** – Workshop zum Thema „*Ganzheitliches Lernen*“
 - Neue Erkenntnisse der Hirn- und Emotionsforschung – gehirngerechtes Lernen
 - Bausteine des ganzheitlichen Lernens sowie deren Umsetzung im Schulalltag – Bedingungen für Lernerfolg
 - Fakten zur Neuen Kindheit
 - Lernen und Lachen eine förderliche Kombination
 - Fehlerkultur in der Schule
- **Unterstützung im Rahmen von Elternabenden und der Schuleinschreibung an der Schule** (bei Bedarf mehrsprachig durch Unterstützung der MuttersprachenlehrerInnen)
 - Vorstellung des Projektes
 - Impulsreferat zum Thema „Gesunde Kinderernährung“
- **Kochkurse für Mütter, Väter, Großeltern, LehrerInnen und sonstiges Schulpersonal** – In Kooperation mit dem Projekt „Leicht gekochte Lieblingspeise“ der OÖ Gebietskrankenkasse wurden Kochkurse mit dem Schwerpunkt „gesundes Kochen“ durchgeführt.

7 ZEITPLAN DER PROJEKTINITIATIVE

Der Zeitrahmen für die Projektinitiative „Der kleine Mugg“ ist – je Schule – auf insgesamt drei Jahre festgelegt.

1. Jahr intensive Betreuung zum Projekteinstieg

Zeitraum je Schuljahr	Umsetzung
Oktober/November	<i>Informations- und Fortbildungsveranstaltung</i> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegendes zum Projekt + Grundzüge der Projektarbeit • Fortbildung zu den Themen Ernährung + Bewegung
ganzjährig	<i>Einbindung der Eltern</i> – z.B. Unterstützung beim Elternabend, Kochkurs mit Informationen zur Kinderernährung für Eltern
Wintersemester	<i>Fortbildungsveranstaltung</i> – nach Bedarf Erfahrungsaustausch und Zwischenbericht

Sommersemester	<i>Fortbildungsveranstaltung</i> – nach Bedarf Erfahrungsaustausch und Vorstellung von Praxisbeispielen
Ende Juni	Abschlussbericht des Projektjahres

2. Jahr Betreuung

Zeitraum je Schuljahr	Umsetzung
ganzjährig	<i>Einbindung der Eltern</i> – z.B. Unterstützung beim Elternabend, Kochkurs mit Informationen zur Kinderernährung für Eltern
Wintersemester	<i>Fortbildungsveranstaltung</i> – nach Bedarf Erfahrungsaustausch und Zwischenbericht
Sommersemester	<i>Fortbildungsveranstaltung</i> – nach Bedarf Erfahrungsaustausch und Vorstellung von Praxisbeispielen
Ende Juni	Abschlussbericht des Projektjahres

3. Jahr Betreuung und Projektabschluss

Zeitraum je Schuljahr	Umsetzung
ganzjährig	<i>Einbindung der Eltern</i> – z.B. Unterstützung beim Elternabend, Kochkurs mit Informationen zur Kinderernährung für Eltern
Wintersemester	<i>Fortbildungsveranstaltung</i> – nach Bedarf Erfahrungsaustausch und Zwischenbericht
Sommersemester	<i>Fortbildungsveranstaltung</i> – nach Bedarf Erfahrungsaustausch und Vorstellung von Praxisbeispielen
Ende Juni	Abschlussveranstaltung und Abschlussbericht der gesamten (3jährigen) Projektinitiative

8 PROJEKTSCHULEN 2009/2010

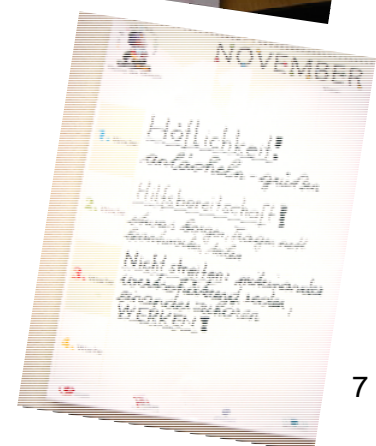
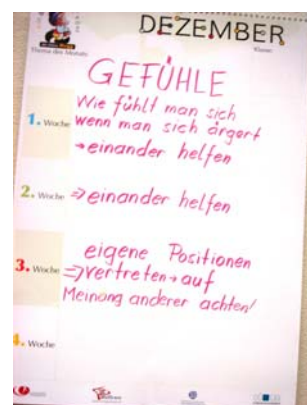
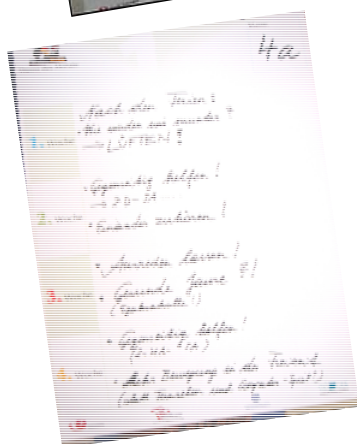
Im Schuljahr 2009/2010 haben vierzehn Schulen an der Projektinitiative teilgenommen, wobei zwei der fünf Pilotschulen in das 3. Projektjahr übernommen wurden, sechs Volksschulen das 2. Projektjahr absolvierten und sechs Volksschulen das 1. Projektjahr durchlaufen haben.

Projektjahr	Schulen	Adresse	Ansprechperson	E-mail
1. Jahr	VS Schärding	Tummelplatzstraße 8, 4780 Schärding	Fr. Dir. ⁱⁿ OSR Dipl.-Päd. ⁱⁿ Lieselotte Peham	s414241@lssr.eduhi.at
1. Jahr	VS Andorf	Hans Holzstraße 1, 4770 Andorf	Hr. Dir. OSR Hubert Köck	s414041@lssr.eduhi.at
1. Jahr	VS Sierning	Neustraße 21, 4522 Sierning	Hr. Dir. OSR Dipl.-Päd. Franz Riederer	s415241@lssr.eduhi.at
1. Jahr	VS Straß im Attergau	4881 Straß im Attergau 22	Fr. Dir. ⁱⁿ Romana Tarmann	s417381@lssr.eduhi.at vs.strass.attergau@eduhi.at
1. Jahr	VS 2 Wels Stadtmitte	Rablstraße 24, 4601 Wels	Fr. Dir. ⁱⁿ Dipl.-Päd. ⁱⁿ Gabriele Knöbl-Lachner	s403061@lssr.eduhi.at vs2.wels@eduhi.at
1. Jahr	VS 33 Linz Dorfhalleschule	Franckstraße 70, 4020 Linz	Fr. Dir. ⁱⁿ Dipl.-Päd. ⁱⁿ Ingeborg Bammer	s401171@lssr.eduhi.at

2. Jahr	VS 12 Linz Eule Schule	Wienerstr. 42 4020 Linz	Fr. Dir. ⁱⁿ SR Dipl.-Päd. ⁱⁿ Waltraud Padosch	s401071@lsl.eduhi.at vs12.linz@eduhi.at
2. Jahr	VS Traun	Linzerstr. 7 4050 Traun	Fr. Edith Pamliitschka Fr. Dir. ⁱⁿ Hannelore Brenner	s410331@lsl.eduhi.at vs.traun@eduhi.at
2. Jahr	VS Haid	Schulstr. 5 4053 Haid	Hr. Dir. SR Alfred Wiesinger	s410121@lsl.eduhi.at vs.haid@eduhi.at
2. Jahr	VS 1 Ried	Dr. Thomas-Senn-Str. 1 4910 Ried/I.	Hr. Dir. OSR Karl Schmid	412311vs1@ried.at
2. Jahr	VS 1 Marchtrenk	Dr. Karl Rennerstraße 22 4614 Marchtrenk	Fr. Dir. ⁱⁿ Dipl.-Päd. ⁱⁿ Monika Plasser	s418101@lsl.eduhi.at vs1.marchtrenk@eduhi.at
2. Jahr	VS Steinbach am Ziehberg	4562 Steinbach am Ziehberg 219	Fr. Dir. ⁱⁿ Hannelore Sperr	s409291@lsl.eduhi.at vs.steinbach.ziehberg@eduhi.at
3. Jahr Projektabschluss	VS 5 Wels Mauth	Kopernikusstr. 16 4600 Wels	Fr. Dir. ⁱⁿ Monika Wiesmeyr Fr. Christa Sperl	s401051@lsl.eduhi.at
3. Jahr Projektabschluss	VS 8 Linz Goetheschule	Südtirolerstraße 13 4020 Linz	Fr. Dir. ⁱⁿ Erika Erber- Czempirek	s401051@lsl.eduhi.at

9 PROJEKTBERICHTE 2009/2010

Zwölf der teilnehmenden Schulen verfassten einen standardisierten Jahresabschlussbericht. Die beiden Schulen im 3. Projektjahr verfassten einen Gesamtbericht zum Projektabschluss.



Volksschule Schärding

Anschrift: Tummelplatzstraße 8, 4780 Schärding

Telefon: 07712/30 30

E-Mail: s414241@lssr.eduhi.at

Name der Projektleiterin: Dir.ⁱⁿ OSR Dipl.-Päd.ⁱⁿ Lieselotte Peham

Namen der beteiligten LehrerInnen: Ingeborg Huemer 1a, Sigrid Gupfinger, Gabriele Angerbauer 1b, Ulrike Scheidl 2a, Elfriede Doppler 2b, Elisabeth Wohlmuth 3a, Eveline Schwingenschlögl, Gertraud Pöcherstorfer 3b, Doris Lugschitz 4a, Brigitte Berneder 4b, Franziska Kirchmair (Werken)

Sonstige ProjektmitarbeiterInnen: Dr.ⁱⁿ Elisabeth Holzer (Schulärztin), Sonja Steiner Inreiter (Betreuungslehrerin), Mag.^a Bettina Hager (Lehrerin für Haltungsturnen), Franziska Lechner (PGA Zahngesundheit), Mag. Michael Flanz (AUVA Radworkshop), WaldpädagogInnen, Elternverein

Beteiligte Klassen: 8

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 146

Einbezogene Gegenstände: : Gesamtunterricht in der VS. Das Projekt wurde zum Leitbild für die gesamte Unterrichtsgestaltung

ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche **Maßnahmen** wurden an Ihrer Schule zu folgenden Themen gesetzt?

- **Bewegung**



- Aktionstag Springen: 21.04.2010 – Es wurden Stationen zum Thema Springen aufgebaut: im Turnsaal und im Freien. Alle Klassen beteiligten sich
- Winter: Bob- und Schlittenfahren, Schneemann bauen.
- Bewegte Pause: diverse Pausenspielgeräte auf dem Gang und im Freien.
- Bewegungsadventkalender: tägl. Bewegungsübungen, auch aus der Bewegungskartei zur „Bewegten Schule“
- Lernen :
 - Lese- und Rechenlaufspiele
 - 1x1 Staffeln
 - Wanderrechnungen





- Schleich und Dosensätze
- Laufdiktate
- allgemein Bewegung :
 - Trainingsgerät Stiege
 - Gleichgewichtsübungen
 - Wöchentliche Turnstunde im Freien
 - Haltungsturnen
 - Wandertage
 - Schwimmunterricht
 - Ein Schultag im Wald
- Monatliche Elternbriefe mit Hinweisen auf die Bedeutung von Bewegung und Ernährung.



- Radworkshop der AUVA : Geschicklichkeits- und Sicherheitstraining

• Ernährung

- Gesunde Jause
- Gemüse – Obst
 - Gemüseprojekt
 - Marktbesuch
 - Verkostung, Blindverkostung
 - Essplan für eine Woche
 - Zubereitung von Salaten, Gemüsesuppe, Apfelkompott, Eistee
- Getränke und ihr Zuckergehalt
 - Vergleichen der Pausengetränke
- Brot backen, Vollkornlaibchen backen
- Aufstriche herstellen
- Lebensmittelampel
- Ernährungspyramide



• Psychosoziale Gesundheit

- Woche des Grüßens
- Erstellen von Klassenregeln, Schaffung eines angenehmen Klassenklimas
- Projekt Faustlos Koffer
- Streiten - sich vertragen
- Ich schenke dir Freundschaftssätze:
 - Gefühlssätze
 - Erstellen eines Wohlfühlbüchleins: Welche guten und schönen Dinge ich für dich tun kann
- So kann ich Freunde gewinnen / verlieren
- Was mich stört, was mir gefällt
- Entwickeln von Streitkultur, Rollenspiele
- Formulieren von Befindlichkeiten
- Einführen des Ärgerstuhls
- Einander helfen, Geduld haben, Stilleübungen
- Gesprächskultur pflegen
- Gelebte Integration



- Förderung des sozialen Verantwortungsbewusstseins
- Betreuungslehrerin in 4a: Soziale Gruppenspiele
- Zeitungsberichte zum Thema Mobbing, Besprechen
- MUGG-Kreis: Stimmungsbarometer, Spiele
- Schulärztin: Befindlichkeiten durch
 - richtiges Atmen
 - Hygiene: richtiges Husten, Hände waschen, Thema Kopfläuse, Zähneputzen
- **Extras :**
 - Zahngesundheitserziehung
 - Apothekenbesuch: Umgang mit Medikamenten
 - Besuch des Theaters der Kinder und Jugendanwaltschaft zum Thema „NEIN sagen“
 - Werken: Teamfähigkeit fördern
 - Gemeinschaftsarbeit :Transparent für Schulhaus
 - Kreativität und Geschicklichkeit fördern: T-Shirt bedrucken



2. Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter: welche **Aktivitäten** planen Sie im **folgenden Schuljahr**?

- Großer Aktionstag am Mittwoch, 22.09.2010 mit Mag. Christian Putscher
 - Arbeit mit den Kindern in den Klassen am Vormittag zur Ernährung: Z.B: Isst mein Kind OK? oder Wasser kann man essen.....
 - Elternabend am selben Tag, zugkräftiger Titel ist im Entstehen
- Schwimmen
- Richtiges Sitzen
- Thema: Bewegtes Lernen weiterführen / Elternabend mit Vorführung im Turnsaal
- Erste Hilfe Kurs für Kinder
- Schwerpunkt: psychosoziale Gesundheit
- Fortbildungen zu den Projektthemen besuchen

3. In welcher Form konnten **Gesundheitsthemen in den Schulalltag integriert** werden?

- Drei große Konferenzen zum Projekt
 - Erfahrungsaustausch unter den Klassenlehrerinnen
- Schulregeln einhalten

4. Welche **positiven und negativen Erfahrungen** haben Sie mit den Materialien, die wir Ihnen zur Verfügung gestellt haben?

- Die Materialien, die uns zur Verfügung gestellt werden sind praxisbezogen und gut einsetzbar
- Positive Erfahrungen mit dem Projekthandbuch
- Die Kinder waren von den Angeboten begeistert

5. Welche **zusätzlichen Materialien oder Unterstützungsleistungen** würden Ihnen bei der Zielerreichung behilflich sein?

- Die Qualität der Fortbildungen war hervorragend
- Unterstützung durch Frau Mittendorfer und als Ansprechperson sehr positiv!

Datum

Ort

Unterschrift der Projektleitung

12.07.2010

Schärding

Dir.ⁱⁿ OSR Dipl.-Päd.ⁱⁿ Lieselotte Peham





Volksschule ANDORF

Anschrift: Hans-Holz-Straße 1, 4770 Andorf

Telefon: 07766/23 54

E-Mail: s414041@lss.eduhi.at

Name der Projektleiterin: VOL Anita Danninger

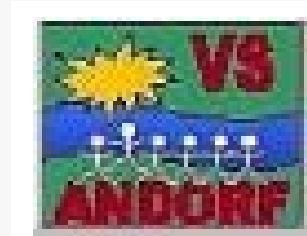
Namen der beteiligten LehrerInnen: Anita Danninger

Sonstige ProjektmitarbeiterInnen: Frau Dr.ⁱⁿ Lautner

Beteiligte Klassen: 2b

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 24

Einbezogene Gegenstände: BE, DL, SU



ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche **Maßnahmen** wurden an Ihrer Schule zu folgenden Themen gesetzt?

- **Bewegung**

◆ Spielefest mit verschiedenen Stationen

- **Ernährung**

◆ Gesunde Jause

◆ Erstellen eines Kochbuches

◆ Workshop mit Ärztin als Mutter einer Schülerin

- **Psychosoziale Gesundheit**

◆ Monatlicher Klassenrat

2. Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter: welche **Aktivitäten** planen Sie im **folgenden Schuljahr**?

◆ Kochkurse für Kinder in der Landwirtschaftlichen Fachschule Andorf

3. In welcher Form konnten **Gesundheitsthemen in den Schulalltag integriert** werden?

◆ Turnstunden: Haltungsturnen und KOORDI

◆ wöchentliche „Gesunde Jause“

4. Welche **positiven und negativen Erfahrungen** haben Sie mit den Materialien, die wir Ihnen zur Verfügung gestellt haben?

Das Handbuch ist sehr gut zu verwenden

Datum

Ort

Unterschrift der Projektleitung

1.7.2010

Andorf

VOL Anita Danninger

Volksschule Sierning

Anschrift: Neustraße 21, 4522 Sierning

Telefon: 07259/24 52-10

E-Mail: s415241@lss.eduhi.at

Name der Projektleiterin: Dir. OSR Franz Riederer, VOL Sieglinde Weingartner

Namen der beteiligten LehrerInnen: 16 (alle übrigen)

Sonstige ProjektmitarbeiterInnen: Schulwart, Elternverein

Beteiligte Klassen: alle

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 218

Einbezogene Gegenstände: Werken (MUGG-Taschen), Sachunterricht, Bewegung und Sport, Bildnerische Erziehung

ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche **Maßnahmen** wurden an Ihrer Schule zu folgenden Themen gesetzt?

- **Bewegung**

◆ **Maßnahmen 2009/10“:**

- *in der Klasse:* Bewegungsspiele, Tänze, Körperpercussions, Lernformen mit Bewegung, Bewegungsspiele zwischendurch, Kurzturnen
- *im Turnsaal:* Gleichgewichtsübungen, Klettern, Schulung der Teamfähigkeit
- *im Freien:* Bewegung an der frischen Luft, laufen, klettern, schaukeln
- *wir wollen uns viel bewegen:* Schulhof, Turnsaal, Gang, Spielplatz, Schwimmunterricht, Eislaufplatz, Haltungsturnen, Training für den Pinguincup, Vielseitigkeitsbewerb, Basketballtraining, unterstützen ein gehirnfrendliches und bewegtes Lernen, Buchstabenturnen, Lernen mit allen Sinnen, Spaziergänge in die öffentl. Bibliothek Sierning, Kurzturnen u. Bewegungslieder u. es werden die Hausaufgabenübungen der Haltungsturnlehrerin ständig angewendet

Ziel ist es gemeinsam mit Fr. Aschaber, die Bedeutung u. das Verständnis für Bewegung im Zusammenhang mit Wohlbefinden u. Spaß zu vermitteln. Nützen der bewegten Pause u. Einbau von Bewegungsstationen u. Gymnastik in den Unterricht bes. im Zusammenhang mit Musikerziehung. Die Schüler sollen die Bedeutung von Bewegung für den Körper kennen u. anhand des Bewegungstagebuchs verschiedene Bewegungs- u. Sportarten kennen u. erproben.

Wir bewegen und trainieren unsere Muskeln regelmäßig, damit wir gesund bleiben.

- ◆ Schulsportfest am 2. Juli 2010
- ◆ Aktion Zusammenarbeit von Schule und Sport (Basketball mit „Steyrer Hexen“ mit Abschlussturnier in Steyr)
- ◆ Haltungsturnen (5 Wochen)
- ◆ Pinguin-Cup Vielseitigkeitsbewerb (4. Kl.)
- ◆ VS-Cup (Fußballturnier in Steyr)



• Ernährung

◆ „Maßnahmen 2009/10“

- gesunde Jause - Auf eine gesunde Jause achten, die uns auch schmeckt. Wahl der gesündesten Jause der Klasse; 2x wöchentlich eine gesunde Jause u. auch gegenseitig dokumentieren, 1x in der Woche bekommen wir eine gesunde Jause v. I-Kindern (Vortag: Einkauf v. gesunden Zutaten mit L.)



- gemeinsames Jausnen
- Tischregeln einhalten
- jeden Tag einen Becher Wasser trinken
- bewusste Kontrolle der gesunden Jause am Freitag
- wir wollen uns gesund ernähren: Plakatgestaltung, Kochbuch: jedes Kind bringt ein Rezept mit (Lieblingssessen), Lebensmittelampel, gesunde Nahrungsmittel, besonders verschiedene Obst- und Gemüsesorten, bewusster Hinweis auf Konsumentenverhalten



Die Kinder lernen in kindgerechter Weise die Ernährungspyramide kennen und vergleichen sie mit ihrer persönlichen – Was kann ich ändern? Wir wissen, welche Nahrungsmittel für uns gesund sind und welche unserem Körper nicht so gut tun; Süßigkeiten sind Nachspeise (bei Geburtstagen)! Einführung des Essens nach Ampelfarbe

- ◆ Kochkurs in HS Sierning
- ◆ Kleine Kinder-Geburtstagsfeiern am Freitag (mit Süßigkeiten)
- ◆ AMA Apfelaktion im November 2009 (alle Klassen)



• Psychosoziale Gesundheit

◆ „Maßnahmen 2009/10“:

- Gemeinsame Klassenregeln erstellen, die ein angenehmes Klima ermöglichen, Gesprächsregeln, sich an Spielregeln halten, rücksichtsvoll und respektvoll miteinander umgehen, permanentes Arbeiten an und stärken der Klassengemeinschaft (Gespräche, soziale Übungen und Spiele).
- soziale Kompetenz fördern – Einen liebevollen u. wertschätzenden Umgang miteinander pflegen u. einander in verschiedenen Situationen helfen, Fortschritte, Wünsche sichtbar machen (Plakate), sich gegenseitig etwas Nettes sagen: „Ich mag an dir, dass ...“, verschiedene Mimiken interpretieren können, Gefühle verbalisieren u. zuhören können
- Im Projekt Faustlos beschäftigen sich die SchülerInnen vor allem mit dem Thema Gefühle, sowohl der eigenen als auch der ihrer Mitmenschen u. damit umzugehen; letztlich, um ein liebevolles u. respektvolles Miteinander zu leben, Konfliktlösungsstrategien entwickeln, Regeln für die Lösung von Konflikten, gewaltfreie Konfliktlösung im Rollenspiel einüben, Stressbewältigungsstrategien sollen entwickelt werden, die SchülerInnen sollen anhand von Beispielen Konflikte und die Gründe dafür hinterfragen u. mit Beispielen aus dem eigenen Erfahrungsbereich vergleichen, sie sollen die „5-Finger-Problemlösetechnik“ kennen u. eventuell im Alltag anwenden können.



Entspannungsübungen u. Fantasiereisen zur ganzheitlichen Lernförderung u. Persönlichkeitsbildung, Erkennen der Selbstwahrnehmung, Durchführung von Spielen, die die sozialen Komponenten der Kinder fördern.

Konzentrationsprobleme, plötzlicher Leistungsabfall u. Nervosität sind Verhaltensauffälligkeiten die seelische Krisen bei Kindern als Ursache haben können.

Ziel ist die Stärkung des Selbstwertgefühls der Kinder u. gleichzeitig Vermeidung von Stresssituationen.

- ◆ keine Pausen (kein Läuten) mehr zwischen 1. + 2. u. 3. + 4. Unterrichtseinheit
- ◆ Projekt „Faustlos“
- ◆ Brandschutzübung mit der FF Sierning

2. Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter: welche **Aktivitäten** planen Sie im **folgenden Schuljahr**?

- ◆ Fortführung „Bewegte Pause“
- ◆ Fortführung „Gesunde Jause am Freitag“ (Obst und Gemüse zur freien Entnahme bezahlt vom Elternverein, Topfenbrote – keine Süßigkeiten, gemeinsam mit Elternverein der VS Sierning)
- ◆ Fortführung der Aktion Zusammenarbeit von Schule und Sport (Basketball mit „Steyrer Hexen“ inkl. Abschlussturnier in Steyr)
- ◆ Haltungsturnen
- ◆ regelmäßiger Schwimmunterricht im Hallenbad der HS Sierning (alle Klassen)
- ◆ Pinguin-Cup (2.-4. Kl.)
- ◆ Vielseitigkeitsbewerb (3. u. 4. Kl.)
- ◆ Helfibewerb des ÖJRK (3. u. 4. Kl.)
- ◆ Beteiligung am Projekt der Marktgemeinde Sierning „Suchtprävention“
- ◆ VS-Cup
- ◆ Akustik-Würfel im Gang und Stiegenhaus zur Lärmdämmung
- ◆ Fortführung des Projektes „Faustlos“



3. In welcher Form konnten **Gesundheitsthemen in den Schulalltag integriert** werden?

- ◆ Wasser in der Klasse (Kinder können jederzeit trinken)
- ◆ Bewegte Pause (Sportplatz – während des gesamten Jahres, Turnsaal, Gang mit vielen Spielgeräten oder Rückzugsmöglichkeit in der Klasse – je nach Lust und Laune, aber mit genauen Pausen- und Verhaltensregeln)
- ◆ integrierte Jause in der 2. Einheit (von 9:15-9:30 Uhr); dann verlängerte große Pause (von 9:30-9:50 Uhr)
- ◆ regelmäßige Evaluierung und regelmäßiger Erfahrungsaustausch als Fixpunkt bei den Konferenzen;

4. Welche **positiven und negativen Erfahrungen** haben Sie mit den Materialien, die wir Ihnen zur Verfügung gestellt haben?

Nach Rücksprache mit den LehrerInnen positive Erfahrungen; Materialien für GS 1 etwas wenig; wünschenswert wäre eine Onlinebörse, wo alle Schulen ihre Projekte, Arbeits- und Unterrichtsmaterialien, ... online stellen können.

5. Welche **zusätzlichen Materialien oder Unterstützungsleistungen** würden Ihnen bei der Zielerreichung behilflich sein?

Wir sind für jede weitere Unterstützung dankbar

Datum	Ort	Unterschrift der Projektleitung
-------	-----	---------------------------------

25. Juni 2010

Sierning

Dir. OSR Franz Riederer

Volksschule Straß im Attergau

Anschrift: 4881 Straß i. A. 22

Telefon: 07667/71 04

E-Mail: s417381@lss.eduhi.at

Name der Projektleiterin: Dir.ⁱⁿ Romana Tarmann-Leitner

Namen der beteiligten LehrerInnen: VOL Karin Hausleithner, ROL Marianne Pachler, VVL Maria Ennsberger, VVL Melanie Gebetsroither

Sonstige ProjektmitarbeiterInnen: Li Sitter - Betreuungslehrerin

Beteiligte Klassen: 1. bis 4. Klasse

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 76 Kinder

Einbezogene Gegenstände: alle

ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche **Maßnahmen** wurden an Ihrer Schule zu folgenden Themen gesetzt?



- **Bewegung**

- Freiluftunterricht
- bewegte Pause (Spielzimmer und im naturnahen Schulgarten)
- Bewegung im unebenen Gelände (naturnaher Schulgarten)
- Schwimmen in unserem Freibad
- Eislauftag
- wöchentlicher Tag des Geräteturnens
- regelmäßige Aktivitäten im Schnee
- Bewegung zu Musik (Tänze und Lieder)
- Yoga für Kinder



• **Ernährung**

- gesunde Jause von zu Hause
- Einsatz von Wasserflaschen
- einmal wöchentlich Dinkelgebäck
- Verwendung der Produkte aus dem Schulgarten
- gemeinsames Frühstück
- Tischmanieren
- Ernährungspyramide
- Kochen und Backen in der Schule
- Thementisch: Walnüsse zum Selber knacken, getrocknete Früchte
- Obst in der Pause



• **Psychosoziale Gesundheit**

- Projekt: Eigenständig werden („Ich bin ich“ Mappe)
- Wetterbericht (Befindlichkeitsrunde)
- „Sag nein“ (Neinrich)
- Anti-Aggressionsübungen (Batakas)
- Auseinandersetzung mit Gefühlen (der eigenen und der anderer)
- „Ich arbeite an meinen Schwächen“
- „Ich kann“ Buch (Stärken hervorheben)
- Thementisch am Gang
- Theaterspielen für besondere Kinder
- Soziogramm und Auswertung
- Stilleübungen, Atemübungen, Massage und „Batterie aufladen“
- für Ordnung sorgen
- Trommeln (Erleben des Flows)
- Sehbehinderung nachempfinden



2. Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter: welche **Aktivitäten** planen Sie im **folgenden Schuljahr**?

- Standard festigen und beibehalten
- Gesundheitsförderung für uns LehrerInnen

3. In welcher Form konnten **Gesundheitsthemen in den Schulalltag integriert** werden?

Die oben angeführten Tätigkeiten sind schon seit längerer Zeit in unserem Schulalltag integriert.
 Durch die noch intensivere Auseinandersetzung mit diesen Themen entstanden in diesem Jahr Logo und Leitbild.
 Eine Ärztin stellte sich zur Verfügung, um Fragen der Kinder, den Körper und Gesundheit betreffend, zu beantworten.

4. Welche **positiven und negativen Erfahrungen** haben Sie mit den Materialien, die wir Ihnen zur Verfügung gestellt haben?

Kalender und Plakat wurden unterschiedlich eingesetzt. Projekthandbuch und Arbeitsblätter sind sehr hilfreich.

5. Welche **zusätzlichen Materialien oder Unterstützungsleistungen** würden Ihnen bei der Zielerreichung behilflich sein?

Die Materialien und Unterstützungsleistungen sind ausreichend.

Datum	Ort	Unterschrift der Projektleitung
Juni 2010	Straß im Attergau	Dir. ⁱⁿ Romana Tarmann-Leitner



Volksschule 2 Wels – Stadtmitte

Anschrift: 4600 Wels, Rablstr. 24

Telefon: 07242/235-6220

E-Mail: ys2.wels@eduhi.at

Name der Projektleiterin: Dir.ⁱⁿ Dipl.-Päd.ⁱⁿ Gabriele Knöbl-Lachner

Namen der beteiligten LehrerInnen:

Gesundheitsteam: Fr. Heindl, Fr. Höglinger, Fr. Weissengruber
Gesamtes LehrerInnenteam der Schule

Sonstige ProjektmitarbeiterInnen: KlassenelternvertreterInnen, Elternvereinsobmann, Bäuerin, Schulwart, Landschaftsplaner DI Kumpfmüller

Beteiligte Klassen: alle

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 186

Einbezogene Gegenstände: Deutsch, Sachunterricht, Bewegung u. Sport, Werkerziehung, Bildnerische Erziehung

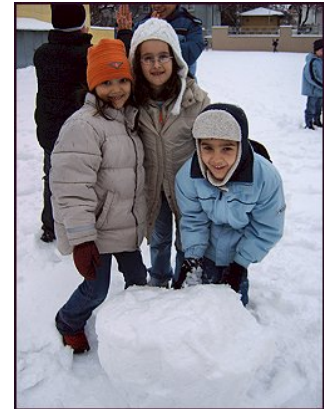
ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche **Maßnahmen** wurden an Ihrer Schule zu folgenden Themen gesetzt?

- **Bewegung**



- Täglicher Aufenthalt im Schulhof
- Zusatzangebote in BSP (Aktion Kinder gesund bewegen)
- Schwimmen (Module über 10 Wochen)
- Eis laufen
- Schlitten fahren



- Basketball
- Teilnahme Soccercup
- FZB – Fußball
- vermehrte Fußmärsche zu Veranstaltungen (Verzicht auf Busfahrt), Wandertage uvm.



Pädagogische Konferenzen zum Thema Neugestaltung des Schulhofes;
Planungsgespräche mit Dst. Schule/Sport und DI Kumpfmüller

• **Ernährung**

- Wöchentliches Angebot der gesunden Jause
- in einigen Klassen zusätzlich 1x wöchentlich gesunde Jause durch die Eltern
- Angebot Obstkorb
- Umstellung von Säften auf Trinken von Wasser (Vereinbarung – keine Eistees etc. in der Schule)
- Elternwunsch/Schulforumsbeschluss – keine Donuts in der Schule)
- Wir begreifen Boden – Bodenworkshop mit Bodenbündnis OÖ



- Vom Anbau zur Ernte – jede Klasse pflanzt/betreut im Schulhof einen Pflanztrog mit Gemüse, erntet, verarbeitet und schließt das Proejtk mit einem kulinarischen Tag ab (auch klassenübergreifend)

• **Psychosoziale Gesundheit**

- Start in den Schultag – Grüßen – SchülerInnen/LehrerInnen/Eltern
- Erste Hilfe für Kinder – Ärztin/Sanitäter in der Klasse, Rettungswagen im Schulhof 2. Klasse

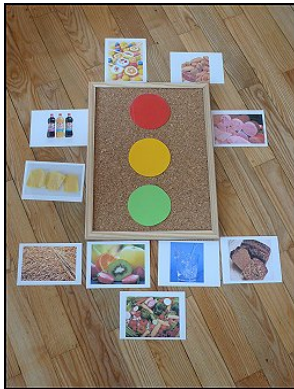


- Mein Körper gehört mir – Präventionsprogramm 3. + 4. Klassen
- Nachhaltige Integration – Persönlichkeitsförderung und Verhaltenstraining in 3a-Klasse im Ausmaß von 3 Wochenstunden von März – Juli 2010 (mit Projektplanung/-beschreibung und Evaluierung



- Gedanken – Kunstprojekt in Kooperation mit EWW

2. Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter: welche **Aktivitäten** planen Sie im **folgenden Schuljahr**?

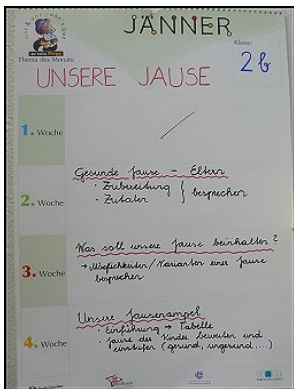


- Ausbau der bewegten Pause im Ausmaß von 20min täglich für jede Klasse; Winterwanderung (mit Eltern) falls möglich;
- 2x wöchentlich gesunde Jause Ausbau auf alle Klassen (1x Eltern); 1x wöchentlich gesunde Jause in der Nachmittagsbetreuung Ausbau auf alle Gruppen;
- Erstellung eines Verhaltenskataloges mit wenigen, jedoch für alle SchulpartnerInnen gültigen Regeln;
- Einführung LesementorInnen (persönlicher AnsprechpartnerInnen für einige SchülerInnen im Ausmaß von einer Einheit wöchentlich über das gesamte Schuljahr)



für einige SchülerInnen im Ausmaß von einer Einheit wöchentlich über das gesamte Schuljahr)

Ansuchen um Gütesiegel – Gesunde Schule OÖ



3. In welcher Form konnten **Gesundheitsthemen in den Schulalltag integriert** werden?

siehe oben

4. Welche **positiven und negativen Erfahrungen** haben Sie mit den Materialien, die wir Ihnen zur Verfügung gestellt haben?

Die Materialien waren hilfreich und wurden verwendet

5. Welche **zusätzlichen Materialien oder Unterstützungsleistungen** würden Ihnen bei der Zielerreichung behilflich sein?

- Materialien dzt. ausreichend
- Lehrgesundheit – mehr Spielraum bei der Gestaltung der Angebote (aktive Sportprogramme/nicht nur Seminare)

Datum Juni 2010 **Ort** Wels **Unterschrift der Projektleitung** Dir.ⁱⁿ Dipl.Päd.ⁱⁿ Gabriele Knöbl-Lachner



Volksschule 33 Linz - Dorfhalleschule

Anschrift: Frankstr. 70, 4020 Linz

Telefon: 0732/65 45 33

E-Mail: s401171@lss.eduhi.at

Name der Projektleiterin: Dir.ⁱⁿ Ingeborg Bammer

Namen der beteiligten LehrerInnen: alle LehrerInnen an der Schule

Beteiligte Klassen: 10

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 172

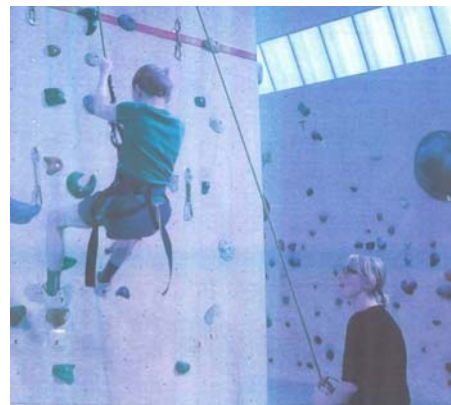
Einbezogene Gegenstände: SU, D, ME, BSP

ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche **Maßnahmen** wurden an Ihrer Schule zu folgenden Themen gesetzt?

- **Bewegung**

- ◆ Klettern in Auwiesen mit allen Klassen
- ◆ Eislaufen im Winter mit allen Klassen
- ◆ Schwimmunterricht mit allen Klassen das ganze Jahr
- ◆ Bewegte Pause – (Turnsaal, Bewegungsraum, Schulgarten, Kleingeräte am Gang)



- **Ernährung**

- ◆ Ernährungsmaus in allen Klassen
- ◆ Zahngesundheit in allen Klassen
- ◆ Elterninformation für gesunde Jause
- ◆ Morgendliches Frühstück der VO-Klasse in der Klasse





• **Psychosoziale Gesundheit**

- ◆ Projekt: Prävention gegen sexuellen Missbrauch „Die Große Nein Tonne“ für GTS1
- ◆ „Mein Körper gehört nur mir“ für GTS2 (beinhaltet einen Elternabend und 3 Aufführungen für jede Klasse)
- ◆ An unserer Schule wird viel Wert auf Konfliktgespräche gelegt. In den 2. Klassen hat die Betreuungslehrerin gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg eingeführt
- ◆ Konferenzen – Selbstwert der Kinder steigern



2. Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter: welche **Aktivitäten** planen Sie im **folgenden Schuljahr**?

Projekte: Gewaltprävention – Umgang mit Medien – Kommunikation: Schulfremde Personen
Trommelworkshop (Trommeln wurden angekauft) – Aggressionsabbau
Vernetzungen mit den Institutionen vor Ort und Zusammenarbeit

3. In welcher Form konnten **Gesundheitsthemen in den Schulalltag integriert** werden?

Ernährung wird immer wieder in SU eingeplant. Besuch auf Bauernhöfe der GTS1
Es wurden klare Verhaltensregeln an der Schule im Kollegium ausgearbeitet

4. Welche **positiven und negativen Erfahrungen** haben Sie mit den Materialien, die wir Ihnen zur Verfügung gestellt haben?

Die Materialien sind gut aufgebaut und schön. Aber die Informationsflut ist sehr hoch und so wird nicht alles benutzt.

5. Welche **zusätzlichen Materialien oder Unterstützungsleistungen** würden Ihnen bei der Zielerreichung behilflich sein?

Fortbildungen in der Kommunikation und Gewaltprävention

Datum	Ort	Unterschrift der Projektleitung
Juni 2010	Linz	Dir. ⁱⁿ Ingeborg Bammer

Volksschule 12 Linz - Eule Schule

Anschrift: Wienerstr. 42, 4020 Linz

Telefon: 0732/65 60 16

E-Mail: ys12.linz@eduhi.at

Name der Projektleiterin: Manuela Lala

Namen der beteiligten LehrerInnen: Norbert Thaller, Marianne Mülleder, Gernot Wickl, Elsa Springer

Sonstige ProjektmitarbeiterInnen: Frau Dir.ⁱⁿ Waltraud Padosch

Beteiligte Klassen: alle

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: ca.160 Schüler

Einbezogene Gegenstände: Bewegung und Sport, Deutsch, Mathematik, Bildnerische Erziehung, Musikerziehung, Sachunterricht

ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche **Maßnahmen** wurden an Ihrer Schule zu folgenden Themen gesetzt?

- **Bewegung**

- * Teilnahme am OMV Junior Marathon (Regelmäßiges Lauftraining zur Vorbereitung)
- * Bewegte Pause (neue Bewegungs- und Koordinationsspiele wurden vom MUGG Geld gekauft)



- * Schulschwimmen mit eigenem Schwimmlehrer
- * Schlittenfahren und Eislaufen,
- * Ankauf von neuen Geräten für den Schulhof werden nächstes Schuljahr verwirklicht (wurde heuer in die Wege geleitet)
- * Wandertage
- * regelmäßiger Ausgleich auf dem Spielplatz
- * Tischtennisspielen mit einem ausgebildeten Trainer
- * Tanzunterricht
- * Tischfußball in den Pausen



Bewegung in der Pause - dann fällt das Lernen später leichter!

- * Bewegter Unterricht (Angebote aus dem Seminar werden in vielen Klassen regelmäßig im Unterricht umgesetzt)



Warm anziehen und hinaus in unseren Schulhof!

- **Ernährung**

- * Unser Bäcker hat sein Jausenangebot bereits gesünder gestaltet
- * Regelmäßige gesunde Jause in mehreren Klassen (von Eltern zubereitet)
- * Ernährungsmaus
- * Wasserpass (SS bekommen für jede Flasche Wasser einen Stempel)
- * Jausenpass (für jede gesunde Jause bekommt man einen Stempel)
- * Zahngesundheitserziehung in allen Klassen
- * Besuch von Märkten – einkaufen und zubereiten gesunder Lebensmittel



- **Psychosoziale Gesundheit**

- * Ausarbeitung verschiedener Konfliktlösungsstrategien z.B.: durch Rollenspiele
- * Verstärkung des Selbstbewusstseins durch SchülerInnenpräsentationen und Theaterspielen, Stimmungsbarometer
- * Erstellen kindgemäßer Soziogramme
- * Herausfiltern und aufarbeiten von angstmachenden Faktoren in Form von Textbetrachtungen und im bildnerischen Bereich
- * Wahrnehmen der eigenen Gefühle über Musik und Tanz
- * Projekt der StudentInnen zum Schwerpunkt soziales Lernen



2. Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter: welche **Aktivitäten** planen Sie im **folgenden Schuljahr**?

- * Weitere Gestaltung des Schulhofes
- * Weiterführung der gesunden Jause und des Schwimm- und Eislaufunterrichtes in Zusammenarbeit mit der BAKIP
- * Teilnahme am Linz Marathon
- * Weiterführung und Ausbau der gut organisierten bewegten Pause
- * Schwimmprüfung für alle in der Grundstufe II
- * Leichtathletikschwerpunkt in den 3. Klassen



3. In welcher Form konnten **Gesundheitsthemen in den Schulalltag integriert** werden?

Weiterführung unserer MUGG Plakatwand,
Siehe auch oben (Punkte 1-3)

4. Welche **positiven und negativen Erfahrungen** haben Sie mit den Materialien, die wir Ihnen zur Verfügung gestellt haben?

Wir verwenden sie kaum, weil sie nicht oder wenig zu unseren Projekten passen
Handbuch ist super

5. Welche **zusätzlichen Materialien oder Unterstützungsleistungen** würden Ihnen bei der Zielerreichung behilflich sein?

Prozessbegleitung, Fortbildungen

Datum	Ort	Unterschrift der Projektleitung
24. Juni 2010	Linz	Manuela Lala



Volksschule Traun

Anschrift: Linzerstraße 7, 4050 Traun

Telefon: 07229/688-501

E-Mail: s410331@lss.eduhi.at

Name der Projektleiterin: Dir.ⁱⁿ Hannelore Brenner

Namen der beteiligten LehrerInnen: alle Klassen- und TeamlehrerInnen

Sonstige ProjektmitarbeiterInnen: Gesundheitsteam: Helene Bürger, Judith Krößwang, Edith Pamitschka, Hermine Scheinecker, Nicole Voller

Beteiligte Klassen: 14

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 308

Einbezogene Gegenstände: SU, D. BSP, WE, BE

ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche **Maßnahmen** wurden an Ihrer Schule zu folgenden Themen gesetzt?



- **Bewegung**

- Morgenturnen
- Kurzturnen
- Bewegung in der Pause
- Pausenspiele
- Pause im Freien mit Bewegung
- Haltungsturnen
- Bewegungsfest im Rahmen von „Kinder gesund bewegen“
- Aktionstag „Jump“ am Badensee Oedt
- Teilnahme an sportlichen Wettkämpfen (Minihandballturnier, Fußballcup)
- Teilnahme am Bezirkssportfest „Leichtathletik spielerisch“
- Einsatz Bewegungsübungen verschiedenster Art
- Einsatz von Sitzbällen



- **Ernährung**

- Gesunde Jause von zu Hause, vom Biobauern, in der Klasse zubereitet
- Schwerpunkt: gesunde Ernährung im Sachunterricht (Ernährungsmaus)
- Apfelaktion: 8 Wochen lang jeden Mittwoch für jedes Kind einen Apfel
- Einsatz von Wasserflaschen der Linz AG
- Tägliches Angebot von Milch und Kakao
- Regelmäßig Obst- und Gemüsetage
- Motivation
- Teilnahme am Kochbuch „Leicht gekochte Lieblingsspeise“ mittels Rezeptvorschlägen von Müttern
- Teilnahme von Müttern und einem Vater am Kochkurs „Leicht gekochte Lieblingspeise“
- Hygiene vor dem Essen



- **Psychosoziale Gesundheit**

- Regelmäßige Gesprächsrunden zu aktuellen Themen
- Einhalten von Klassen- und Gesprächsregeln
- Durchführung des psychosozialen Jahresprogramms „Die starken Zehn“
- Fördern von Teamfähigkeit und Rücksichtnahme
- Einsatz von Rollenspielen – Darstellen und Ausdrücken von Gefühlen, Konfliktlösung
- Erarbeitung und Einhaltung von Pausenregeln
- Selbstverteidigungstraining in allen 3. Klassen
- Workshop „Prävention und Abgrenzung bei Gewalt an Kindern“ in allen 4. Klassen
- Einsatz des „Faustlos“ – Koffers und der Mappe „Eigenständig werden“



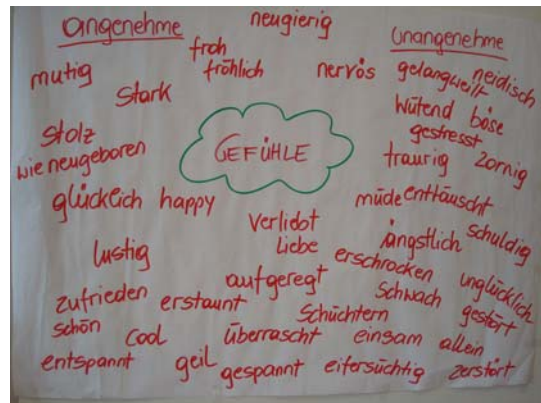
2. Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter: welche **Aktivitäten** planen Sie im **folgenden Schuljahr**?

- Gesunde Jause von zu Hause und selbst zubereitet in der Klasse
- Jausenangebot vom Bauern
- Obst- und Gemüsetage
- Lehrausgang „Kräuterlehre“
- Abhaltung eines Workshops zur Zubereitung von gesunden Aufstrichen
- Gesundheitstag für die ganze Schule
- Bewegte Pause drinnen und draußen
- Herstellung weiterer Pausenspiele
- Workshop „Yoga für Kinder“
- Weiterarbeit mit psychosozialen Programmen
- Selbstverteidigungstraining
- Workshop „Prävention gegen sexuellen Missbrauch“



3. In welcher Form konnten **Gesundheitsthemen in den Schulalltag integriert** werden?

- Gemeinsame „Gesunde Pause“
- Ausbau der Verhaltensregeln beim Pauseturnen
- Nutzung von Gang, Schulhof und Hortgarten für die bewegte Pause
- regelmäßiger Gedankenaustausch mit KollegInnen
- Klassenübergreifende Koordination
- Einbeziehung in den Sach- bzw. Deutschunterricht und in die Zahngesundheitserziehung



4. Welche **positiven und negativen Erfahrungen** haben Sie mit den Materialien, die wir Ihnen zur Verfügung gestellt haben?

- Handbuch und zugesandte Mail-Unterlagen bieten viele Ideen und Möglichkeiten
- Kalender bewährt sich gut bei der Planung der psychosozialen Programme
- Materialien unterstützen die Maßnahmen
- Gesundheitsbuch hat sich gut bewährt

5. Welche **zusätzlichen Materialien oder Unterstützungsleistungen** würden Ihnen bei der Zielerreichung behilflich sein?

- Fortbildungen
- Arbeitsblätter
- Ansprechendes Unterrichtsmaterial
- Unterstützung bei Elternabenden



Datum	Ort	Unterschrift der Projektleitung
23.06.2010	Traun	Dir. ⁱⁿ Hannelore Brenner



Volksschule Haid

Anschrift: Schulstr. 5, 4053 Haid

Telefon: 07229/89 3 96

E-Mail: s410121@lss.eduhi.at

Name der Projektleiterin: Vol Gertrud Muhr

Namen der beteiligten LehrerInnen: Vol Gertrud Muhr, Vol Wolfgang Fichtner, Dr. VL Reinhard Mayrhofer, Dipl.-Päd.ⁱⁿ Birgit Egger, SR Gabriele Kelz, VOL Doris Steingreß-Elsner

Beteiligte Klassen: 1a, 1b, 2d, 3b, 3d, 4b, 4d

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 120

Einbezogene Gegenstände: SU, D, M, BSP, ME, E, BE

ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche **Maßnahmen** wurden an Ihrer Schule zu folgenden Themen gesetzt?

- **Bewegung**

- ◆ täglich Turnübung
- ◆ Zusätzliche Sportangebote
- ◆ Bewegungstage
- ◆ Tänze

- **Ernährung**

- ◆ Gesunde Jause
- ◆ täglich Bäckerbesuch
- ◆ Obst- und Gemüsetage
- ◆ Zahngesundheit

- **Psychosoziale Gesundheit**

- ◆ Streiten ohne Sieger
- ◆ Faires Streiten
- ◆ SchülerInnen der 3. und 4. als Schülerlotsen (VH im Schulhaus)



2. Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter: welche **Aktivitäten** planen Sie im **folgenden Schuljahr**?

- ◆ Projekt: Respektvollen Umgang miteinander
- ◆ Körperwahrnehmung: Rühr dich spür dich
- ◆ Projekt Grüßen
- ◆ Weiterführung der sportlichen und gesundheitsspezifischen Aspekte

Datum	Ort	Unterschrift der Projektleitung
Juli 2010	Haid	Vol Gertrud Muhr

Volksschule 1 Ried

Anschrift: Dr.-Thomas-Senn-Straße 1, 4910 Ried im Innkreis

Telefon: 07752/82 2 75

E-Mail: karl.schmid@ried-innkreis.at

Name der Projektleitung: VD Karl Schmid

Namen der beteiligten LehrerInnen: Inge Hemetsberger (VSK), Martina Berrer (1a), Andrea Schmidt-Bachmayr (1b), Jutta Vogl (1c), Barbara Gramberger (2a), Ingrid Marsch (2b), Manuela Froschauer (3a), Roswitha Mayr (3b), Friedrich Doppler (4a), Dorothea Wiesbauer (4b), Maria Spitzer (LfWE)

Beteiligte Klassen: siehe oben

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 195

Einbezogene Gegenstände: SU, BSP, DLS, WE

ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche **Maßnahmen** wurden an Ihrer Schule zu folgenden Themen gesetzt?

- **Bewegung**

- Spiele d. Woche bzw. Konzentrations- u. Entspannungsübungen (Karteikarten d. AUVA in allen Klassen)
- Erlebnisballspieleinheiten für 2., 3. und 4. Klassen (mit Trainern der Fußballakademie)
- Tanzprojekt mit Alexander Zaglmaier in allen Klassen
- Mobile Radfahrschule für 3. und 4. Klassen



- **Ernährung**

- Gesunde Jause: jeden Mittwoch Obst- u. Gemüsetag
- Ernährungslehre im Rahmen des SU
- Zahngesundheitserziehung durch PGA in allen Klassen



- **Psychosoziale Gesundheit**

- Soziales Lernen – Umgang miteinander auch unter Einbindung der Betreuungslehrerin bei besonders schwierigen pädagogischen Verhältnissen
- Projekt „Moderne Umgangsformen für Kinder und Jugendliche“ mit Alexander Zaglmaier in 4a und 4b Klasse (gefördert vom Land OÖ, Kulturkontakt Austria und Raiffeisenbank Ried)

2. Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter: welche **Aktivitäten** planen Sie im **folgenden Schuljahr**?

- Pausenbewegung trotz ungünstiger räumlicher Verhältnisse – Pausenterrasse der HS 2 kann bei Schönwetter in der großen Pause genutzt werden

- Weiterführung d. Obst- und Gemüsetages
- Weiterführung Zahngesundheitserziehung
- weitere Aktionen zum Sozialen Lernen

3. In welcher Form konnten **Gesundheitsthemen in den Schulalltag integriert** werden?

- Bewegte Pause am Gang ist abwechselnd möglich aber auf Grund der räumlichen Verhältnisse schwierig
- Zahngesundheitserziehung durch PGA in allen Klassen mit je 2 Doppelseiten im Rahmen des SU
- Gesundheitsthemen wie Körperpflege, gesunde Ernährung, Kleidung, etc. wurden bes. im SU und in DLS altersgerecht bearbeitet; weitere Maßnahmen siehe psychosoziale Gesundheit

4. Welche **positiven und negativen Erfahrungen** haben Sie mit den Materialien, die wir Ihnen zur Verfügung gestellt haben?

Die sehr guten Anregungen im Lehrhandbuch werden von allen genutzt

Datum	Ort	Unterschrift der Projektleitung
Juni 2010	Ried	VD Karl Schmid



Volksschule 1 Marchtrenk

Anschrift: Rennerstraße 22, 4614 Marchtrenk

Telefon: 07243/552-411

E-Mail: s418101@lss.eduhi.at

Name der Projektleiterin: Dir.ⁱⁿ Monika Plasser

Namen der beteiligten LehrerInnen: 2a,b,c Marianne Scharinger, Heike Schulz, Beate Niedermaier, 3a,b,c, Angelika Wasmeier, Sonja Wolfschluckner, Iris Hora, Claudia Humenberger, 4a,b,c Ursula Rapp, Waltraud McGoldrick, Beatrix Gruber, 1a,b,c, Christa Huprich, Edith Handlbauer, Daniela Mayr, Susanne Holoubek

Sonstige ProjektmitarbeiterInnen: Elternverein, Schularzt

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 274

Einbezogene Gegenstände: Sachunterricht, Deutsch, BSP, Musik und Bildnerische Erziehung

ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche **Maßnahmen** wurden an Ihrer Schule zu folgenden Themen gesetzt?

- **Bewegung**



- Bewegte Pause (tägl. 20 min draußen, bei Schlechtwetter im Schulhaus – vielfältige Kleingeräte auf jedem Gang) 2-3x in der Woche Pause am Waldspielplatz
- Gemeinsamer „Tag der Bewegung“ – Wandern in und um Marchtrenk und Klassen wandertage
- Haltungsturnen, Kurzturnen im Unterricht, (Bewegung hält fit)
- Kennenlernen verschiedener Sportarten durch TrainerInnen, die an die Schule kommen

- Tenniskurs
- Schwimmkurs
- Fußballtrainer von Josko Ried hält Trainingsstunden
- Schulsportfest mit Fußballturnier am 7.7.10



- Teilnahme von 9 Klassen an Ugotchi
- 4. Klassen nehmen am Vielseitigkeitswettbewerb teil
- 2. Klassen an der Kindersportnadel (Bezirkssieger kommt aus der VS1)



- Radeln im Mai: Eltern und Kinder sammeln in der Freizeit Radkilometer (5816km) beste Klasse bekommt Eisgutschein, beste/r EinzelfahrerIn 10er-Block fürs Freibad
- Förderunterricht in 2 Kursen (1 Semesterwochenstunde): Körperwahrnehmung
- Führen eines Bewegungstagebuches
- Selbstverteidigungskurs EWTO für die 4. Klassen
- Ergonomische Schulmöbel: Einzeltische und Sessel stufenlos höhenverstellbar
- In 2 Jahren Komplettausstattung der Schule

• Ernährung

- Alle: Elternverein macht jeden Montag „Gesunde Jause“ (Vollwertweckerl mit Topfen, Butter, Kartoffelkäse), Apfeltag (Kinder können Apfelspalten, die sie sich selber zerteilen, nach Belieben essen);
- 1b: Geburtstagsfeiern mit Rohkost und Obst und jeden Freitag ist Obst-/Gemüsetag



- Wassertrinken im Wasserpass dokumentieren
- Projekt Körper: Gesunde Ernährung, Gesundheitsbuch als Arbeitsbehelf,
- Zahngesundheitszerziehung
- Kochen mit Kindern. Jause für andere Kinder herrichten und verkaufen, Wiesenkräuter sammeln und essen, mit Kartoffeln, Äpfeln und Kürbissen kochen, Kekse backen,...
- 3. Klassen: Jedes Monat bereitet eine 3. Klasse eine gesunde Jause vor, und lädt die Parallelklassen ein.
- Kochkurs für Eltern im Juni und Oktober 2010

• Psychosoziale Gesundheit

- Alle: Schulschwerpunkt Soziales Lernen: Arbeit mit den Unterrichtsbehelfen: Faustlos-Koffer, Eigenständig werden,
- 3. Klassen: Mein Körper gehört mir incl. Elternabend
- 4. Klassen: Selbstverteidigung (Wing Tsung)
- 2. Klassen: Versöhnungsfest
- 2b,c Klassen: Kinderrechtetour, Teilnahme am Musical
- Vielfältige Aktivitäten zu Konfliktbewältigung: Friedensbrücke, Anderssein, Ich fahre aus der Haut (Lieder/Gedankenaustausch/Kunstaberachtungen)
- Theaterspiel für Feste und Feiern
- Weihnachtsfeiern, Abschlussfeste mit Eltern gemeinsam vorbereiten und gestalten,
- Elternstammtisch, Zoobesuch zum Schulschluss
- Kontakt zu Partnerklassen aus einer anderen Schule und zu Kindergärten
- Müllsammelprojekt
- Schulveranstaltung: Gemeinsames Musicalprojekt aller Klassen zum Schulschluss: Zirkus Morio

2. Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter: welche **Aktivitäten** planen Sie im **folgenden Schuljahr**?

Fortführung der Projekte Gesunde Jause, Eigenständig werden, Faustlos, Mein Körper gehört mir, EWTO- Selbstverteidigung, Wassertrinken, Kochen in der Klasse, Theater als sozialer Kommunikator, Einbeziehung der Eltern, Informationsabend.



3. In welcher Form konnten **Gesundheitsthemen in den Schulalltag integriert** werden?

- Gesunde Jause
- Bewegte Pause
- Haltungsturnen
- Zahngesundheitserziehung
- Der Schularzt ist einmal in der Woche für 3 Stunden im Haus
- Schulinterne Fortbildung Erste Hilfe Auffrischkurs des gesamten Kollegiums
- Räumungsübung mit der Feuerwehr, Polizei, dem Roten Kreuz und dem Zivilschutzverband im Okt. 09



4. Welche **positiven und negativen Erfahrungen** haben Sie mit den Materialien, die wir Ihnen zur Verfügung gestellt haben?

Handbuch für LehrerInnen: sehr gut, Gesundheitsbücher für Schüler im Unterricht gut einsetzbar, Kalender weniger eingesetzt

5. Welche **zusätzlichen Materialien oder Unterstützungsleistungen** würden Ihnen bei der Zielerreichung behilflich sein?

Ev. speziell ausgebildete Personen, die mit den Kindern in der Klasse zum Themenkreis Soziales Lernen arbeiten (Wie bei „Mein Körper gehört mir“)

Datum	Ort	Unterschrift der Projektleitung
Juni 2010	Marchtrenk	Dir. ⁱⁿ Monika Plasser

Volksschule Steinbach am Ziehberg

Anschrift: 4562 Steinbach a. Ziehberg 219

Telefon: 07582/72 94

E-Mail: s409291@lss.eduhi.at

Name der Projektleiterin: Dir.ⁱⁿ Hannelore Sperr

Namen der beteiligten LehrerInnen: Ingrid Fürweger

Sonstige ProjektmitarbeiterInnen: Eltern

Beteiligte Klassen: 2

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 39

Einbezogene Gegenstände: Deutsch, SU, BSP, ME,

ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche **Maßnahmen** wurden an Ihrer Schule zu folgenden Themen gesetzt?



• **Bewegung**

- Bewegte Pause: wenn immer möglich im Freien
- Ugotchi-Teilnahme
- bewegte Unterrichtsstunde: Arbeitsplatz- und Klassenwechsel
- neue Ballspiele (Eragon,...)
- Geschicklichkeitsübungen und Geschicklichkeitstraining mit dem Rad
- Benützung der Schulhofgeräte so oft wie möglich



- Mannschaftsspiele und Spiele die die Gemeinschaft fördern
- Sporttag
- Kindersicherheitsolympiade
- Bewegungstagebuch
- Wandertag,...



• **Ernährung**

- Ernährungsworkshop

- Wöchentlich gesunde Jause: durch den Elternverein, der Jahreszeit angemessen
- Ugotchi: Ernährungsbewusstsein fördern
- Arbeitsblätter
- Wasser-Trinken
- Tägliche Milch vom Biobauern
- Saftpresen mit „Gesunder Gemeinde“



- **Psychosoziale Gesundheit**

Das Thema Psychosoziale Gesundheit war heuer unser Schwerpunkt!

- Fortbildung: **Eigenständig werden!**
- Elternvortrag über Suchtprävention
- Förderung der Lebenskompetenzen, aber auch Persönlichkeitsförderung
- Förderung der Ich-Stabilität
- Umgang mit Konfliktsituationen
- Erkennen eigener Stärken und Schwächen
- Freude am Leben
- Theaterspielen zur Gemeinschaftsförderung
- Ich und die Um-Welt!
- Gemeinsame Feste gestalten mit allen 4 Schulstufen



2. Wie geht es im nächsten Schuljahr weiter: welche **Aktivitäten** planen Sie im **folgenden Schuljahr**?

Fortsetzen aller begonnenen Aktivitäten, soziales Lernen und durch Neubesetzung der Leitung Anpassen an die neuen Gegebenheiten.

3. In welcher Form konnten **Gesundheitsthemen in den Schulalltag integriert** werden?



Verhaltensregeln werden neu ersichtlich und bewusst gemacht, alle LehrerInnen und SchülerInnen, aber auch Eltern werden „eingebunden“, Zusammenarbeit mit „Gesunder Gemeinde“,...

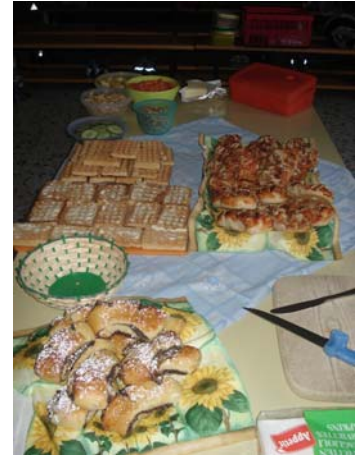
4. Welche **positiven und negativen Erfahrungen** haben Sie mit den Materialien, die wir Ihnen zur Verfügung gestellt haben?

Gerade für uns war der „Bewegungsnachmittag“ für LehrerInnen nachhaltig!

5. Welche **zusätzlichen Materialien oder Unterstützungsleistungen** würden Ihnen bei der Zielerreichung behilflich sein?

Derzeit passt alles, wichtig ist, dass die Fortbildungen schon früher sind!

Datum	Ort	Unterschrift der Projektleitung
29. Juni 2010	Steinbach am Zieberg	Dir. ⁱⁿ Hannelore Sperr





Volksschule 5 Wels – Mauth Abschlussbericht nach 3jähriger Projektteilnahme

Anschrift: Kopernikusstrasse 1 b, 4600 Wels

Telefon: 07242/235-6260

E-Mail: vs5.wels@eduhi.at

Name der Projektleitung: Christa Sperl, Elfriede Stummer

Beteiligte LehrerInnen: 17

Sonstige ProjektmitarbeiterInnen: 240

Beteiligte Klassen: 12

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: 240



ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche schulischen Gesundheitsförderungsaktivitäten wurden bisher durchgeführt?

Gesunde Ernährung für SchülerInnen der 4. Klassen (Unverbindliche Übung).

Bewegte Pause: anstatt mehrerer kleiner Pausen am Vormittag haben wir eine große Pause eingeführt, bei der 20 Min. Bewegung im Turnsaal, in der Aula, im Freien in unserem Innenhof oder Schulgarten und in den Gängen vorgesehen sind. Anschließend haben die SchülerInnen noch eine Jausenpause von 10 Min. zur Verfügung.

Ernährungspyramide: im Sachunterricht.

Nachmittagsbetreuung: mehr Bewegung- Angebote im Turnsaal und im Freien.

Versuche eines qualitativeren Mittagessens.

Soziale Stunden in einzelnen Klassen mit der Betreuungslehrerin.

Projekt Schulgarten: Erste Schritte zum Anlegen des Gartens, Hochbeete zum Gemüse anpflanzen, Balancierpfad, Baumstämme transportieren und sägen, sicheres Verhalten. Unser Projekt Schulgarten wurde von den LehrerInnen und den SchülerInnen, mit Unterstützung der Eltern bzw. Großeltern und unseres Schulwartes, durchgeführt.



2. Ist in Zusammenhang mit der schulischen Gesundheitsförderung eine strukturierte Herangehensweise erkennbar?

Im Rahmen von Konferenzen werden Probleme und Bedürfnisse der KollegInnen thematisiert.
In der bewegten Pause steht den KollegInnen ein Rückzugsraum zum kollegialen Austausch zur Verfügung.
Ziele werden gemeinsam formuliert.



3. In welcher Weise werden soziale Prozesse gestaltet und Bedürfnisse unterschiedlicher Personengruppen berücksichtigt?

Gesundheitsförderung wird auf einer **breiten Ebene** in der Schule **akzeptiert** und ist Schwerpunkt der bewegten Schule.
Entscheidungsprozesse werden im Rahmen von Klassen- und Schulforen, Elternabend, Konferenzen, Besprechungen gestaltet.
Bei der Entwicklung/Planung werden eingebunden: SchülerInnen, LehrerInnen, Schulbehörde, Magistrat, Umweltakademie.
Bei der Durchführung werden eingebunden: SchülerInnen, Eltern, LehrerInnen, Schulwart
Kommunikation und Kooperation: Besprechungen, „offene Tür“.
Bedürfnisse bestimmter Gruppen werden berücksichtigt: Großzügige Bewegungsflächen für Buben, Gruppenunterricht für Buben/Mädchen/Kinder mit Migarationshintergrund, Lesestoff für Buben und Mädchen, Möglichkeiten eigene Ideen zu verwirklichen.



4. Wie findet Kooperation und Vernetzung statt?

Einbinden von Vereinen: Basketball, Fechten, Fit mit Koordi.
 Umweltakademie Projekt Schulgarten.
 Schulbesichtigung durch andere Schulen (Kindgerechte neue Ausstattung).



5. Welche Schritte werden zur dauerhaften Übertragung und Verankerung der Maßnahmen in den Schulalltag gesetzt?

Nachhaltigkeit auf der **Prozessebene** an der Schule: AnsprechpartnerInnen, Fortbildungen, Besprechungen.

Gesundheitsförderung ist im Leitbild der Schule verankert. „Bewegte Schule“.

Budget ist nicht vorhanden.

Einbindung in den Schulalltag: Konzept der bewegten Schule und des Pädagogischen Konzepts des bewegten Klassenzimmers.

Nachhaltigkeit auf der **inhaltlichen Ebene** erfolgt dadurch, dass das Konzept der bewegten Schule täglich umgesetzt wird.

Veränderungen: Größere Motivation, Schulfreude, offener und wertschätzender Umgang

Ausblick in die Zukunft: Weitere Schritte in der Umsetzung der bewegten Schule (z.B. bewegtes Lernen)

Weitere Projekte im Schulgarten mit Elterneinbindung.

Mehr Tage mit gesunder Jause.

Weiterhin Thema „gesunde Ernährung“ im Unterricht.

Soziale Stunden in den anderen Klassen.

Verbesserung des Mittagessens!!!! Einbindung in den Schulalltag.

Datum	Ort	Unterschrift der Projektleitung
17.6.2010	Wels	Christa Sperl





Volksschule 8 Linz – Goetheschule Abschlussbericht nach 3jähriger Projektteilnahme

Anschrift: Südtirolerstr.13, 4020 Linz

Telefon: 0732/66 20 15

E-Mail: s401051@lss.eduhi.at

Name der Projektleiterin: Dir.ⁱⁿ Erika Erber-Czempirek

Namen der beteiligten LehrerInnen: 7 KlassenlehrerInnen, 4 BegleitlehrerInnen

Beteiligte Klassen: 7

Anzahl der beteiligten SchülerInnen: ca.140

ANGABEN ZUM PROJEKT

1. Welche schulischen Gesundheitsförderungsaktivitäten wurden bisher durchgeführt?

Bewegung:

- ◇ Morgenrunde – Erzählkreis: Freizeitverhalten am Wochenende
- ◇ Gemeinsamer Bewegungskatalog – kleine Bewegungseinheiten während der Unterrichtsstunden werden immer wieder eingebaut, Haltung kindgerecht erklärt,
- ◇ Bewegung und Sport
- ◇ Wandertage

Ernährung:

- ◇ Hinweis auf die Wichtigkeit einer gesunden Jause für die Kinder bei den Elternabenden
- ◇ Vortrag einer „Ernährungsexpertin“ (PGA) im Rahmen eines Elternabends in der 1. Klasse
- ◇ Gesunde Jause, die mir schmeckt – täglicher „Jausencheck“ mit positiver Bewertung und Belohnung für etwas „Gesundes“ (Stempel – auch für die Eltern ersichtlich)
- ◇ Regelmäßige Mahnung, Wasser statt süßer Säfte zu trinken – Bereitstellung der Wasserflaschen der Linz AG

Psychosoziale Gesundheit:

- ◇ Soziales Lernen: achtsamer, respektvoller Umgang miteinander
- ◇ Selbstwahrnehmung - was will ich, was will ich nicht.
- ◇ Aussprechen von Empfindungen - ich freue mich, mir geht es gut/schlecht,....
- ◇ Wie komme ich ohne Schimpfwörter aus
- ◇ Gesprächsregeln einhalten

Maßnahmen und Ziele:

- ◇ Gemeinsame Zubereitung einer gesunden Jause
- ◇ Interesse an einer gesunden Lebensweise wecken – Mir schmeckt meine gesunde Jause!



- ◇ Bewusstmachung und gemeinsame Durchführung von Bewegungseinheiten – Bewegung hält fit!
- ◇ Einführung von Gesprächsregeln – Ich teile den anderen mit, was ich möchte/nicht möchte! Wir gehen höflich miteinander um!

Zielgruppen

- ◇ Jede Klasse – die Kinder sollen den Eltern jedes Thema bewusst machen.



2. Ist in Zusammenhang mit der schulischen Gesundheitsförderung eine strukturierte Herangehensweise erkennbar?

- ◇ Im Zuge der schulischen Gesundheitsförderung wurden von vornherein die einzelnen in Punkt 1 erwähnten Themenschwerpunkte eingeflochten. Im Laufe des Jahres werden die im Vorfeld formulierten Ziele auf die einzelnen Kinder bzw. die Klassenzusammensetzung abgestimmt und verändert.
- ◇ In den schulischen Alltag sind neben den Klassenlehrerinnen und Klassenlehrern auch die Betreuungslehrerin, die Schulärztin, Logopädin, Schulpsychologin und wenn notwendig auch die Schulsozialarbeiterin einbezogen.
- ◇ Das MUGG – Programm wird arbeitsplanmäßig erarbeitet und evaluiert.
- ◇ Durch die Reaktion und Mitarbeit der Kinder bzw. die mehr oder weniger sichtbare Nachhaltigkeit in den einzelnen Aktionen werden Rückschlüsse auf den Erfolg der gesetzten Handlungen gezogen. In manchen Klassen konnte soweit ein Bewusstsein für gesunde Jause erreicht werden, dass die Schüler/innen stolz ihre „gesunde“ Jause präsentieren.

Dokumentation: Auf den Mugg-Plakaten (Kalender und Zielüberprüfung) wurden die Themen eingetragen, für eine gesunde Jause gab es eine Belohnung (Stempel oder Smilies). Beim gemeinsamen Kochen wurden die Kochrezepte aufgeschrieben.



3. In welcher Weise werden soziale Prozesse gestaltet und Bedürfnisse unterschiedlicher Personengruppen berücksichtigt?

Akzeptanz:

Die Gesundheitsförderung spielt in der gesamten Schule eine große Rolle, sie ist ein roter Faden, der sich durch den Schulalltag zieht und wird individuell auf die unterschiedlichsten Bedürfnisse abgestimmt.

Soziale Prozesse:

In Konferenzen werden die Projekte generell besprochen, Lehrer/innenteams entscheiden, welche Aktivitäten gemeinsam oder klassenübergreifend angeboten/durchgeführt werden sollen. Die weitere Arbeit wird dann von der Klassenlehrerin / dem Klassenlehrer im Bestfall mit der Teamlehrerin / dem Teamlehrer koordiniert.

Die Eltern spielen insofern eine wichtige Rolle, weil sie den Alltag der Kinder außerhalb der Schule mitprägen und für nachhaltiges Weiterwirken sorgen. In den schulischen Aktivitäten können sie kaum eingebunden werden (kleine Kinder zu Hause, viele Mütter arbeiten).

Besondere Bedürfnisse:

Da unsere Schule aufgrund der hohen Anzahl der Migrationskinder eine gewisse Sonderstellung einnimmt, ist generell eine Sensibilisierung dahingehend gegeben. Auch die Tatsache, dass die SchülerInnen aus eher finanziell schwachen Familien kommen, wird in Projekten stets berücksichtigt (Unterstützung des Elternvereins,...) „Bewegung und gesundes Essen muss nicht teuer sein und geht ganz einfach!“ – das ist die Devise, die immer mitschwingt.



4. Wie findet Kooperation und Vernetzung statt?

Die Angebote der „Prophylaktischen Gesundheitsarbeit“ (PGA) werden von unserer Schule seit Jahren gerne angenommen.

Frau Mag.^a Smogavetz hält jedes Schuljahr Bewegungseinheiten mit den Kindern ab, die gezielt auf die Haltung der SchülerInnen ausgerichtet sind.

Die „Ernährungsmaus“ zeigt den Kindern was im Korn steckt oder wie wichtig frisches Obst und Gemüse ist (Vom Korn zum Brot und einem gesunden Aufstrich!)

Für die Zahnprophylaxe sorgt die „Zahntante“ – Thema Zahnpflege und gesunde Ernährung, „Zahnpatentante“ – Zahnarztbesuch.

Ausflüge auf Bauernhöfe stellen einen besonderen Zugang zu unserer Nahrung her. Die Möglichkeiten, die im landwirtschaftlichen Bereich besonders für Schulklassen angeboten werden, stellen eine ansprechende Erweiterung der Schulstunde dar.

5. Welche Schritte werden zur dauerhaften Übertragung und Verankerung der Maßnahmen in den Schulalltag gesetzt?

Gesundheitsförderung ist in unserer Schule bereits fest verankert und in den Schulalltag eingebaut. Gesunde Lebensführung ist ein Unterrichtsprinzip geworden!

Beteiligte Unterrichtsfächer: Sachunterricht, Deutsch, Lesen, Verkehrserziehung, Bewegung und Sport, Musikerziehung

- höfliches Grüßen in der Früh ist der Beginn eines freundlichen Schulklimas
- kleine Bewegungseinheiten in der Früh zum „Aufwachen“ und zwischen den Unterrichtseinheiten
- Morgenkreis mit Gesprächsregeln – sprechen/zuhören
- Rollenspiele: Ich bin etwas wert! Schimpfwörter brauche ich nicht!
- tägliches Schlichten von Streitigkeiten mit Lösungsansätzen auch von Seiten der Kinder
- durch Vorbild der Lehrerin/des Lehrers Essen als natürliches, wertvolles, gesundes, freudiges Erlebnis sehen
- gemeinsames Feiern von Festen
- den SchülerInnen wird angeboten, Entscheidungen selbst zu treffen – Erziehung zur Eigenverantwortlichkeit – geschieht durch Stunden- und Tagespläne, die in eigenem Tempo und eigener Reihenfolge ausgeführt werden können.
- Gruppen- und Partnerarbeit mit Helfersystem

Veränderungen:

- Kinder kennen gesunde Nahrungsmittel
- Kinder wissen um die Notwendigkeit von Körperhygiene
- Kinder wissen, wie wichtig eine gute Haltung ist
- Kinder machen in ihrer Freizeit mehr Bewegung
- Kinder wissen, wie man sich anderen gegenüber verhält

Ausblick in die Zukunft:

Dieses Programm wird in seiner Vielfalt sicher klassenspezifisch und altersadäquat weitergeführt.

Die gesunde Jause stellt einen ständigen Begleiter durch das ganze Schuljahr dar. Nachdem der Bewegungsdrang der Kinder glücklicherweise stets vorhanden ist, gilt es diesen zu berücksichtigen, zu fördern, und Bewegungseinheiten immer wieder einzubauen. Einbau von unterstützenden Einheiten, die dem Selbstwert gewidmet sind dürfen nicht fehlen.

Datum	Ort	Unterschrift der Projektleitung
25.06.2010	Linz	Dir. ⁱⁿ Erika Erber-Czempirek

