

Projektnummer 1680

# Gesunde Schule – Prävention und Nachhaltigkeit

Projektendbericht April 2011



## Inhaltsverzeichnis

|   |   |
|---|---|
| Grunddaten.....                                   | 2 |
| Ausgangssituation.....                            | 3 |
| Ziele des Projektes .....                         | 4 |
| Projektbeschreibung .....                         | 5 |
| Organisatorische Chronologie des Projektes .....  | 6 |
| Übersicht über die Teilprojekte für Klassen ..... | 7 |
| Evaluierung des Projektes.....                    | 9 |

## Grunddaten

Titel des Projektes    Gesunde Schule – Prävention und Nachhaltigkeit

Projektauftraggeber: HR Dir. Andreas Paseka

Projektkoordination: Mag. Monika Schötzer

Beteiligte Lehrkräfte im Projektmanagement:

Gesundheit: Eder, Krumpholz, Kuschny, Nowak, Riss, Sprung,  
Zellinger

Programmmanagement: Bjerregaard, Jirik, Zessner

Zielgruppe:            ca.1.000 SchülerInnen, ca. 100 Lehrkräfte

Projektstart:         01.01.2009

Projektende:         31.01.2011

Finanzierung:         Das Projekt wurde finanziert vom GRG XIII und vom Elternverein GRG  
XIII, sowie gefördert vom Fonds Gesundes Österreich.

Die Personalkosten am Standort fallen unter die allgemeine Abgeltung  
der Lehrverpflichtung durch den Stadtschulrat für Wien bzw. wurden im  
Rahmen von NOWA abgedeckt.

Kontaktdaten:        GRG XIII  
Wenzgasse 7  
1130 Wien  
Tel. 01/ 877 10 32  
[office@wenzgasse.at](mailto:office@wenzgasse.at)

## Ausgangssituation

Wie im Leitbild festgehalten, bemüht sich das GRG XIII Wenzgasse unter anderem darum, „die SchülerInnen zum respektvollen Umgang mit Gesundheit“ anzuleiten. Im Schuljahr 2007/08 hat sich durch die Teilnahme am Wiener Schulversuch „NOWA“ (Neue Organisationsstrukturen an Wiener AHS) die einmalige Chance ergeben, ein umfassenderes Projekt zu starten.

Der Entwicklungszeitraum für NOWA, in dessen Strukturen das „Team Gesundheit“ formal eingebunden war, betrug ein Jahr. Die konkrete Laufzeit für das Projekt „Gesundheit“ wurde anfänglich auf 2 Schuljahre (2008/09, 2009/10) ausgelegt. Aufgrund terminlicher Engpässe wurde der Projektzeitraum nach Rücksprache mit dem FGÖ um das 1. Semester 2010/11 verlängert.

Neu am Projekt „Gesundheit“ sollte für den Standort Wenzgasse vor allem die lange Laufzeit sein, die einen Übergang in nachhaltige strukturelle Veränderungen ermöglichen sollte. Außerdem stand der Aspekt des fächerübergreifenden Unterrichts im Vordergrund.

## Ziele des Projektes

In der ersten Phase der Projektdefinition sind folgende Ziele mit den beteiligten ProjektleiterInnen festgelegt worden:

Projektziele:

- Implementierung von Modulen fächerübergreifenden Unterrichts
- Bereitstellung von Planungsunterlagen zu fächerübergreifenden Unterrichtssequenzen
- Bereitstellung von Stundenbildern/Sequenzen & Kopiervorlagen

Zusatzziele:

- Optimierung von Prozessen in der Implementierung von fächerübergreifendem Unterricht
- Entlastung der Administration
- Verstärkte Vernetzung und Zusammenarbeit im Lehrkörper
- Umsetzung der im Leitbild enthaltenen Grundsätze
- Offenheit verschiedenen Ressourcen gegenüber (z.B. Fachbereichsarbeiten)
- Vorleben von Teamarbeit
- Abwechslung für SchülerInnen
- Vernetztes Denken und eigenständiges Arbeiten der SchülerInnen anregen

Es wurde ausdrücklich festgehalten, dass Projekte die SchülerInnen nicht durch Wiederholung eines Themas in unterschiedlichen Fächern langweilen dürfen, sondern jeweils unterschiedliche Aspekte eines Themas beleuchten sollen. Ein Projekt sollte daher geplant und koordiniert werden, und den SchülerInnen vorher in entsprechender Form angekündigt werden.

Bald hat sich in der Planung herausgestellt, dass der Schulbetrieb mit seinem ausgeklügelten Raum- und Stundenplan nicht so viel Spielraum für Großprojekte lässt. Um eine Umsetzung im Schulalltag ohne massive Eingriffe und Aufwände zu gewährleisten, haben wir Abstand genommen von der Idee EINES Gesundheitsprojektes, sondern sind dazu übergegangen, kleinere Einheiten in einzelnen Klassen oder Jahrgängen zu platzieren. Die „Gesunde Schule“ bleibt damit das Dach für eine Reihe unterschiedlichster Projekte, Aktivitäten und Themen.

## Projektbeschreibung

Folgende Aktionen haben sich nach der Planungsphase als eigenständige Teilziele und Projekte herauskristallisiert:

- Den SchülerInnen werden Ihre Essgewohnheiten und die Herkunft der Lebensmittel bewusst gemacht sowie die Vorteile von veränderten Essgewohnheiten (Gesundheit, Ökologie) aufgezeigt.
- Neu im Angebot des Schulbuffets: diverse „gesunde Jausensackerl“, verstärktes Angebot von frischem Obst und Gemüse.
- Hintergründe, Auslöser und Konsequenzen von Ess-Störungen werden aus gesundheitlicher und psychologischer Sicht aufgearbeitet.
- Aufklärung und Information zum Thema Heil- und Gewürzkräuter, Kennenlernen von alternativen Heilmethoden, Anlegen eines „Kräuterstreifens“ im Schulgarten, praktische Arbeit im Schulgarten.
- Aufklärung, Information zum Thema Stress, Angebot von Entspannungsübungen sowie von stressmindernden Denk- und Verhaltensweisen sowie Aufzeigen von Strategien zur Stressvermeidung in Schule und Privatleben; Umfrage zum Thema Suchtprävention.
- Vorstellung und Aufzeigen des Service-Angebots betreffend medizinischer Versorgung an der Schule (Schularzt-Zimmer).
- Einrichtung von „Entspannungsräumen“ für SchülerInnen.
- Die SchülerInnen lernen Alkohol sowohl in naturwissenschaftlicher Hinsicht als chemischen Stoff als auch als Genuss- und Suchtmittel mit erheblichem Gefahrenpotenzial kennen. Die SchülerInnen sollen auf diese Weise zu eigenverantwortlichem Handeln im Umgang mit Alkohol finden.

## Organisatorische Chronologie des Projektes

| <b>Zeitraum</b>               | <b>Aktionen</b>   |
|-------------------------------|---|
| 2007 September –<br>2008 Juni | Entwicklung von NOWA an der Wenzgasse<br>Personelle Aufstellung des Projektes „Gesundheit“            |
| 2008 Sommer                   | Einzelne Vorarbeiten der LehrerInnen als ProjektleiterInnen (Ideen,<br>persönliche Zielvorstellungen) |
| 2008 Oktober                  | Zielvereinbarungen von Direktion und Projektmanagement mit<br>ProjektleiterInnen                      |
| 2008 November                 | Schulungen Projektmanagement für die ProjektleiterInnen   |
| 2008 Oktober –<br>Jänner 2011 | Planung und Ausführung der jeweiligen Teilprojekte  |
| 2009 November                 | Fördervereinbarung mit FGÖ  |
| 2010 April                    | LehrerInnenfortbildung Persönliches Stressmanagement (SCHILF)   |
| 2010 April                    | Ankauf Pausenkoffer für Stressabbau<br>Ankauf Jonglierbälle und Anti-Stressbälle                      |
| 2010 September                | Verlängerung Projektlaufzeit bis 31.01.2011   |
| 2010 April                    | Interne Evaluation von NOWA und Anpassungen des Modells für das<br>Schuljahr 2010/11                  |

## Übersicht über die Teilprojekte für Klassen

| <b>Teilprojekt</b>  | <b>Zielgruppe</b>               | <b>Inhalt</b>  | <b>Zeitraum</b>               |
|---------------------|---------------------------------|--|-------------------------------|
| Check your limits   | Gesamte Unterstufe              | Sportmotorische Tests in Unterstufenklassen, Erarbeiten einer eigenen Testbatterie   | November 2009 – Mai 2010      |
| Alkohol             | 4E                              | Projekt zur Prävention von Alkoholmissbrauch, fächerübergreifend in Chemie, Deutsch, Religion (kath.), Mathematik und Englisch, Referent Dr. Poppe (Institut Kalksburg)  | Dezember 2009                 |
| Ethik und Ernährung | 5B, 5D                          | bewusstes Konsumverhalten, Leben im / mit Überfluss → Wegwerfgesellschaft, Neue Modelle Wiener Tafel, Sozialmärkte „Vinzimärkte“   | April 2010                    |
| Ethik und Ernährung | alle                            | Umstellung des Schul-Kaffeeautomaten auf Fairtrade-Produkte  |                               |
| Essstörungen        | 5B, 6D, 5D                      | Information, Prävention und Selbstwertstärkung, Workshops, Darstellung des Themas durch eine Schauspielerin, Berichte und Erfahrungen von Betroffenen, Gesprächsrunde mit Schulärztin und SchülerInnenbetreuerin | Jänner 2010, Jänner 2011      |
| Stressbewältigung   | 6. Klassen, 7. Klassen          | SchülerInnen erhalten Infos, Material und Übungen zu Stress(bewältigung), Yoga, Tanz, Entspannungsübungen, Künstlerische Selbsterfahrung, Langsamkeit zulassen   | ab Februar 2010, Jänner 2011  |
| Rauchen             | 3B, 3C, 3D, 3E                  | „Ich brauch's nicht. Ich rauch nicht“ (Uni Salzburg), Nichtraucher propagieren, Das Beginnen mit dem Rauchen verhindern  | Dezember 2009 bis Jänner 2010 |
| Heilkräuter         | 4A, Wahlpflichtfach Klassen 6+8 | Anzucht und Gewinnung, Verwendung von Heilkräutern und Essenzen, Betreuung einer Teebar am Tag der Offenen Tür, Errichtung eines multimedialen Moodlekurses  | September 2008 bis Juni 2009  |
| Schulrucksack       | 1. Klassen                      | Abwiegen des Gewichtes der Schulrucksäcke über einen längeren Zeitraum, Tipps zur Gewichtsreduktion  | Oktober 2008, Oktober 2010    |



|                 |                 |   |                            |
|-----------------|-----------------|---|----------------------------|
| Schularztzimmer | 1. Klassen      | Bekanntmachen der SchülerInnen mit der Schulärztin, Führung durch das Schularztzimmer   | Oktober 2008, Oktober 2010 |
| Gesunde Jause   | alle            | Einführung eines „gesunden Jausensackerls“ im Schulbuffet, Umstellung des Sortiments auf mehr zuckerreduzierte und vollwertige Lebensmittel                                     |                            |
| Gesunde Jause   | 1. Klassen      | 1x wöchentlich gesundes Jausenbuffet (organisiert von BiologielehrerInnen und Eltern)   | Wintersemester 2008        |
| Pausenkoffer    | Unterstufe v.a. | Aktive Pausengestaltung, Bewegungsspiele in der Tagesbetreuung / in KOKOKO 1. Klasse / in Supplierstunden, Einsatz an den Kennenlerntagen 1. Klasse, Verwendung durch die Peers | ab April 2010              |

## Evaluierung des Projektes

Das Projekt „Gesunde Schule“ hat an der Wenzgasse nachhaltige Spuren gezogen, die sich auf mehreren Ebenen auswirken:

1. Es ist eine Vielzahl an Kontakten, Materialien und Stundenbildern gesammelt worden, die frei im Lehrkörper zur Verfügung stehen. Nächste SchülerInnengenerationen (und Lehrkräfte) können somit unmittelbar von dieser Vorarbeit und Erfahrung profitieren.
2. Schüler und Schülerinnen haben die Vorteile von mehr Vernetzung und Energie im Lehrkörper erlebt: thematische Einheiten über das Stundenplankorsett hinaus, Aktivitäten über den Regelunterricht hinaus, und einmal mehr das Bewusstsein, dass Schule mitten im praktischen Leben steht.
3. Durch die intensive Projektarbeit ist im Lehrkörper eine Entwicklung erfolgt, von der wir nachhaltig profitieren. Projekte sind ein wenig mehr zur Selbstverständlichkeit geworden und schulinterne Abläufe sind besser koordinierbar.
4. Das Thema „Gesunde Ernährung“ hat durch eine gesündere Speisenauswahl am Buffet, sowie durch Fairtrade-Produkte im Kaffeeautomat im Schulalltag konkretere Formen angenommen.
5. Es hat sich im Lauf der Projektzeit herausgestellt, dass die Arbeit an großen Projektthemen im Schulalltag organisatorisch schwierig ist. Aufgrund der Vorgaben des Stundenplanes und der Aufwände bei der Terminkoordination können kleinere Aktionen besser realisiert werden.
6. Gleichzeitig bewirkt die Einführung eines „Dach-Projektes“ bzw. eines Leitthemas, zu dem sich kleinere Aktionen im Laufe eines Schuljahres zuordnen, eine deutlich gesteigerte Identifikation und Bewusstmachung mit dem Thema, sowohl im Lehrkörper als auch unter den Schülern und Schülerinnen.
7. Die Schulung von Lehrkräften im Projektmanagement bedarf großzügig geplanter Vorlaufzeiten und muss, besonders falls von Extern angeleitet, gut in den Mikrokosmos der Schule integriert werden.
8. Selbst wenn die Arbeit bzw. der sachliche Aufwand für ein Projekt finanziell unterstützt werden (hier FGÖ, NOWA), bleiben zwei Tatsachen: Zum einen sind Lehrerinnen und Lehrer bereits durch ihre allgemeine Lehrverpflichtung ausgelastet, wodurch sie nicht über längere Zeiträume projekt-bezogene Mehrbelastungen übernehmen können. Zum anderen bleibt die Hauptlast der Finanzierung von Sachaufwänden bei der Schule. Es wird also vor dem Eintritt in ein Projekt jeweils zu überprüfen sein, ob die notwendigen Ressourcen freigemacht werden können.