



## Konzept zur Gesundheitserziehung

### Leitbild

Die Schule als Lern- und Lebensraum bietet Geborgenheit und Sicherheit. Die Schüler sollen sich wohl fühlen und durch ein Angebot entsprechender Lern- und Entwicklungschancen die Möglichkeit zur Identifikation erhalten.

### Einleitung

Die Schule nimmt in der Gesellschaft einen großen Stellenwert bei der Entwicklung der Kinder und Jugendlichen ein. Hier werden Grundlagen für das weitere Leben geschaffen.

Vor diesem Hintergrund gewinnt es an Bedeutung, dass im Rahmen der Verlängerung der Unterrichtszeit an unserer Schule - mit umfangreicher Betreuung der Kinder - die Unterstützung der Gesunderhaltung und gesunden Lebensweise aller Schüler, Lehrkräfte und des Personals einen wichtigen Platz einnimmt.

Neben der Umsetzung des Rauchverbotes bilden die Förderung von Lebenskompetenzen sowie präventive Maßnahmen die Schwerpunkte des schulischen Gesundheitskonzeptes.

### Vermittlung im Unterricht

#### ***Religionslehre und praktische Philosophie:***

Das Leben ist ein Geschenk und gesund leben ist ein gesellschaftlicher Wert (*siehe Curricula*).

#### ***Biologie:***

Das Curriculum Biologie verlangt in allen Klassenstufen - bezogen auf die Gesundheits- und Umwelterziehung - entsprechende praxisorientierte Umsetzungen. Diese sind feste Bestandteile des Unterrichts, von Projektstunden oder auch speziellen Exkursionen (*siehe Curriculum*).

#### ***Sport::***

Auf Grund von Bewegungsmangel, Fehlbelastungen und falscher Ernährung kommen dem Sportunterricht und allen weiteren bewegungsorientierten Angeboten erhöhte Bedeutungen zu. Es ist das Ziel des Unterrichts, eine lebenslange positive Einstellung zum Sport herauszubilden (*siehe Curriculum*).

## **Lernen Lernen**

Auch im Rahmen der Projektwoche `Lernen Lernen` in der Jahrgangsstufe 5 wird die Gesundheitserziehung berücksichtigt.

Die gesunde Ernährung ist eines der Themen, die zusammen mit den Schülern erarbeitet werden. Dabei lernen die Schüler Ernährungsregeln kennen, die die Deutsche Gesellschaft für Ernährung über ein vollwertiges Essen und Trinken vorgibt.

Darüber hinaus lernen die Schüler, verschiedene Entspannungstechniken anzuwenden, um die Konzentrationsfähigkeit zu verbessern; hierzu kommen beispielsweise Muskel- und Entspannungsübungen oder Phantasiereisen zur Anwendung.

*Ansprechpartner: Yvonne Beutner , Koordination Unterstufe*

## **Ernährung und Verpflegung in der Schule**

Ein zentrales Handlungsfeld ist die Verpflegung in der Schule, da die Schüler viele Stunden des Tages in der Schule verbringen. Die Pausenversorgung in der Schule wird über die Cafeteria gedeckt und für die Mittagsversorgung steht allen Schülern, Lehrern und sonstigen Mitarbeitern die Mensa zur Verfügung.

## **Bewegung im Alltag**

Die Bedeutung von Bewegung ist für Schülerinnen und Schüler im Schulalltag eine ganzheitliche Erfahrung. In allen Fächern ist es möglich, Bewegung in den Unterricht zu integrieren und Bewegungspausen zu gestatten.

### ***Bewegte Pause***

In den Pausen sind attraktive Bewegungsmöglichkeiten auf dem Schulhof vorhanden (z.B. Basketballkörbe, Tischtennisplatten) Für die Schüler der Klassen 5-7 werden regelmäßig über den Förderverein Spielgeräte angeschafft. Dadurch könnten Schüler in den Pausen regelmäßig aktiv sein.

*Ansprechpartner: Yvonne Beutner , Koordination Unterstufe*

## **Jugendschutz**

Für die SchülerInnen der Jahrgangsstufe 8 findet regelmäßig ein Projekttag zum Thema `Jugendschutz` statt. Das Kommissariat `Vorbeugung` aus Wesel informiert die Jugendlichen über ihre Rechte und Pflichten im Hinblick auf das Jugendschutzgesetz. Auch die Eltern erhalten auf einem Elternabend dazu Informationen.

*Ansprechpartner: Beatrix Kahlke-Freier*

## **Unfallschutz**

SchülerInnen der Jahrgangsstufe 8 werden als Schulsanitäter ausgebildet. Sie stehen in den Schulpausen oder bei Schulveranstaltungen zur Verfügung, um bei Bedarf Erste Hilfe leisten zu können.

Lehrer werden als Ersthelfer aus- und weitergebildet. (Letzte Fortbildung: 2010)

Für Klassenfahrten und Exkursionen stehen Erste Hilfe Sets zur Verfügung.

*Ansprechpartner: Astrid Hüsken-Jantze*

In den Naturwissenschaften und in der Kunst erhalten die Schüler halbjährig eine fachspezifische Sicherheitsbelehrung.

*Ansprechpartner: Irene Grommes*

## **Verkehrserziehung am GHZ**

Die Zahl der Verkehrsunfälle, an denen Jugendliche beteiligt sind, ist sehr hoch und zeigt noch eine steigende Tendenz. Dies betrifft besonders Radfahrunfälle der 12-14-Jährigen im immer dichter werdenden Verkehr. Aber auch die besonderen Anforderungen im motorisierten Straßenverkehr für Führerscheinneulinge, beim begleiteten Fahren (sog. Führerschein mit 17), beim Mitfahren, auf Diskothekenfahrten, usw. gilt es zu berücksichtigen. Die Verkehrssicherheit unserer Schülerinnen und Schüler ist uns ein besonderes Anliegen. Daher werden am Gymnasium folgende Schulungen in Zusammenarbeit mit der Kreispolizeibehörde Wesel regelmäßig durchgeführt:

### **1. Radfahraufbaukurs**

Dieser Kurs findet am Ende der Klasse 6 statt. Inhaltlich geht es darum, die bereits in der Grundschule erworbenen Kenntnisse und Fähigkeiten noch einmal aufzufrischen, zu vertiefen und das Bewusstsein der Schülerinnen und Schüler zu schärfen. Neben theoretischen Grundkenntnissen (Verkehrssicheres Fahrrad, vorschriftsmäßiges und überdachtes Fahren, Tragen eines Fahrradhelmes) geht es vor allem um praktische Übungen im Schulumfeld mit einer abschließenden Lernzielkontrolle.

### **2. Junge Fahrer**

Dieses Projekt findet im 2-jährigen Rhythmus für alle Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufen EF und Q1 in Form der Kampagne „Crash-Kurs-NRW“ der Polizei NRW statt, um die Zahl von schweren Verkehrsunfällen, an denen junge Fahrerinnen und Fahrer beteiligt sind, nachhaltig zu verringern. Im Rahmen dieser Veranstaltung schildern Polizisten, Feuerwehrleute, Rettungssanitäter, Notärzte und Notfallseelsorger als direkt Betroffene mit emotionalen Berichten und eindringlichen Bildern ihre persönlichen Erfahrungen mit Verkehrsunfällen sowie den oftmals schrecklichen Folgen. Ziel ist es, dass Bewusstsein der Jugendlichen und die Verantwortung für ihr eigenes Handeln zu schärfen.

*Ansprechpartner: Frau Götz-Thünen und Frau Schepers.*