

„Fit in die Zukunft“

Gesundheitserziehung  
in der Schule

---

am Beispiel der  
Hans-Thoma-Schule 2024



# Ablauf

## Workshop

- 
- Fit in die Zukunft. Gedankenanstöße
  - Auftrag der Schule
  - Handlungsfelder in der Gesundheitserziehung
  - Umsetzung in der Praxis mit Beispielen aus der HTSK
  - Möglichkeiten und Grenzen
  - Fazit
  - Leitfrage und Austausch



# Fit in die Zukunft, aber wie?

---

„Gesundheit bekommt man nicht im Handel, sondern durch den Lebenswandel“



Sebastian Kneipp

# Fit in die Zukunft, ....

....aber ist unser System überhaupt fit für die Zukunft?

„...aber nicht jeder, der sich nicht gut ernährt, will es auch oder ist selbst schuld daran.“

„Wir leben den Traum, dass jedes Kind gut isst.“



Cem Özdemir

....Ernährung beginnt in der Familie.

Und wie gelingt es uns, mit social media zu konkurrieren?



Sarah Wiener

# Auftrag der Schulen:

---

- Verantwortung ist überall da, wo Kinder zusammenkommen.
- Nach der Familie ist Schule der Ort, an dem alle Kinder zusammenkommen.
- „Bildung ist der Schlüssel“, deutsches Ärzteblatt
- Im Bildungsplan der verschiedenen Schularten ist der Auftrag klar formuliert.
- Fächerübergreifend stehen die Leitperspektiven
- Sie zielen auf die Förderung von Lebenskompetenzen und persönlichen Schutzfaktoren.

# Auftrag der Schulen:

---

Leitperspektiven aus den Bildungsplänen von 2016 sind handlungsleitend und fächerübergreifend:

- Prävention und Gesundheitsbildung
- Medienbildung
- Verbraucherbildung

# Auftrag der Schulen:

Zu den  
Leitperspektiven  
werden folgende  
Themen konkretisiert:

Bewegung und  
Entspannung

Körper und Hygiene

Ernährung

Sucht und  
Abhängigkeit

Mobbing und Gewalt

Wahrnehmung und  
Empfindung

# Auftrag der Schulen:

---

Darüber hinaus wird das Thema in den einzelnen Fächern aufgegriffen.

Es finden sich dort **Prozessorientierte Kompetenzen**.

Sie Schülerinnen und Schüler können:

- Die Verantwortung für die Gesundheit des Körpers erkennen
- Maßnahmen und Verhaltensweisen zunehmend auch in den außerschulischen Kontext integrieren.

# Auftrag der Schulen:

---

Es finden sich **Teilkompetenzen** nach Klassenstufen:

Klasse 1/2: Bewegung und Entspannung als gesundheitsfördernde Faktoren erkennen

Klasse 3: Nahrungsmittel ordnen, Inhaltsstoffe untersuchen

Klasse 4: Unterschiedliche Ernährungsgewohnheiten beschreiben und akzeptieren  
sowie die Ernährung als Grundlage einer gesunden Lebensführung  
erkennen

# Handlungsfelder



BEWEGTE SCHULE



ERNÄHRUNG



PRÄVENTION UND  
PSYCHISCHE GESUNDHEIT

# Fit in die Zukunft

---

So füllen wir die Handlungsfelder und  
unser Motto mit Inhalt:



# Zahlen und Fakten

---

Zahlen und Fakten:

- 170 Kinder, 21 Lehrkräfte, 6 Erzieherinnen und Erzieher
- 1 Vorbereitungsklasse
- Ganztageschule in Wahlform
- Ergänzende Betreuung für Halbtageskinder
- 1 Schulsozialarbeiterin, 1 Päd. Assistentin, 2 FSJ-lerinnen

# Sport und Bewegung

---

Zertifizierte Schule mit Sport- und  
bewegungserzieherischem Schwerpunkt

Bsp:

Zirkusprojektwoche

alle 4 Jahre mit dem Zirkus Maccaroni



# Sport und Bewegung

---

Kooperation  
mit der Schulsporthilfe



# Sport und Bewegung

---

Sporttage

Spendenlauf

Eislauftag

Waldtage

Sport Ag's im Rahmen des GT

(Fußball, Taekwondo,  
Cheerleading,..)



Spendenlauf  
24



# Psychische Gesundheit und Prävention (Sozialcurriculum)

---

- Sozialtraining im Rahmen des Kompetenztrainings (GT)
- Medienkompetenztraining im Rahmen des Kompetenztrainings (GT)
- Sozialtraining finanziert durch Schulsozialarbeit in den 3. Klassen
- Sozialtraining über Lernen mit Rückenwind in der Eingangsstufe
- Gemeinschaftserlebnisse (wöchentliches Singen, Feste und Feiern, .....

# Psychische Gesundheit und Prävention

---

AG's im Rahmen des Ganztages:

- AG "Starke Mädchen"
- Yoga und Entspannungs-AG
- Taekwondo-AG  
(Kooperationsvereinbarung  
Verein-Sportamt)





# Psychische Gesundheit und Prävention: Glücks-AG



glückliche Waldkinder

Interview der Glücks-AG


Datum: 4.77

 **Glücks Interview** 


Interview mit Simon Thiel

Was oder Wer macht dich glücklich?  
Familie

Wo bist du glücklich?  
Zuhause, Urlaub, Hans Thoma Schule, Meer, Berge

Gab es mal einen Glücksmoment für dich an der Schule? Erzähl davon.   
Zirkus, Singen, Projektwoche, spa lernen

Welches Geschenk würde dich glücklich machen?  
Theater Karten, Torte

 Wen würdest du mal gerne glücklich machen? Wie?  
Kinder, Kollegen

Interview geführt von: Johanna Feppe

# Ernährung

---

- Koch-AG (Jugendbegleiterprogramm und Erzieherinnen)
- Garten-AG in Kooperation mit dem Verein "Urbane Gärten e.V." (gefördert durch das Umweltamt)
- Teilnahme am Schulobstprogramm gefördert durch EU und Förderverein



# Ernährung

---

- Kinderkochmobil in allen Klassen
- Finanziert durch eine Spende der BBB Bank und dem Förderverein



# Grenzen

---

- Vorbilder und Erziehung in den Familien
- Einfluss von Werbung und Socialmedia
- Vorgaben im System (z.B. bei der Schulverpflegung)
- Finanzierung

# Fazit

---

- Im BP ist der Auftrag formuliert
- Er wird in den Unterrichtsfächern und im Schulkonzept umgesetzt
- Es braucht viele Kooperationspartner (Stadt/Sportamt  
Umweltamt/Jugendbegleiterprogramm/ Förderverein/EU)
- Es braucht Förderprogramme - aber auch die Kenntnis davon
- In kleinen Bausteinen Haltung verändern. Da, wo Kinder zusammenkommen: in der Schule

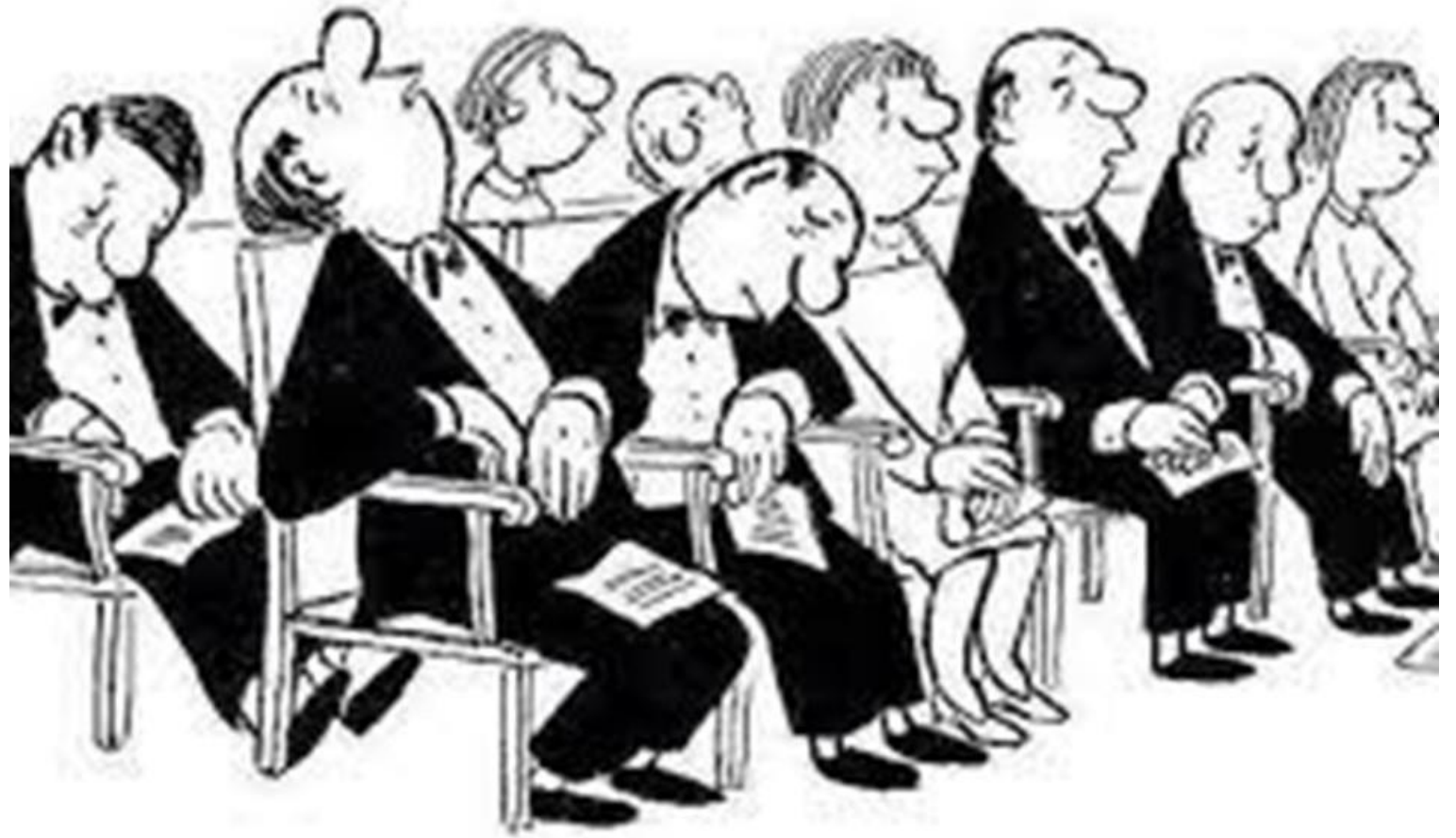
# Leitfrage und Austausch

---

Welche Anregungen nehmen Sie aus dem Workshop für Ihre Arbeit/Organisation /Einrichtung /Kommune mit?

Vielen Dank für  
Ihre  
Aufmerksamkeit

---



# Quellenangaben:

- Foilen 1 und 2 : Fotos privat
- Folie 3: Foto: [https://de.wikipedia.org/wiki/Sebastian\\_Kneipp](https://de.wikipedia.org/wiki/Sebastian_Kneipp) aufgerufen am 27.11.2024
- Folie 3: Zitat: [https://www.kneippverein-kempton.de/mediapool/132/1326177/data/kneipp-festschrift\\_e-book.pdf](https://www.kneippverein-kempton.de/mediapool/132/1326177/data/kneipp-festschrift_e-book.pdf) aufgerufen am 27.11.2024
- Folie 4: Foto Cem Özdemir: <https://www.bmel.de/SharedDocs/Bilderstrecken/DE/PortraitBundesminister.html> aufgerufen am 27.11.2024  
Zitat cem Özdemir: Rede des Bundesministers für Ernährung und Landwirtschaft, gehalten am 26.01.2023 in Berlin, <https://www.bundesregierung.de/breg-de/service/newsletter-und-abos/bulletin/rede-des-bundesministers-fuer-ernaehrung-und-landwirtschaft-cem-oezdemir--2161196> aufgerufen am 25.11.2024
- Foto und Zitat Sarah Wiener: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://sw-stiftung.de/ueber-uns/sarah-wiener&ved=2ahUKEwiiouz46YaKAXV22QIHhWe7OUYQh-wKegQIYxAC&usg=AOvVaw0CqpAYbhUzvUvNB0keY7N9> aufgerufen am 22.11.2024
- Folie 11: Foto privat
- Folie 13: Foto: Tom Kohler <https://www.tomkohler.de>
- Folie 14: Fotos: Jennifer Hartmann, [www.htsk.de](http://www.htsk.de)
- Folien 17, 18, 19, 20 Fotos: privat
- Folie 20: Lorient aufgerufen am 22.11.2024  
[https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.tagesspiegel.de/kultur/was-loriot-am-meisten-liebt-4803766.html&ved=2ahUKEWjRuo2U7laKAXV-hv0HHUHfGA8Qh-wKegQIFxAC&usg=AOvVaw2LC9v9lh6IS\\_SZW0PAHpvY](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.tagesspiegel.de/kultur/was-loriot-am-meisten-liebt-4803766.html&ved=2ahUKEWjRuo2U7laKAXV-hv0HHUHfGA8Qh-wKegQIFxAC&usg=AOvVaw2LC9v9lh6IS_SZW0PAHpvY)
- Bildungsplan für die Grundschule Baden-Württemberg: [https://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW\\_ALLG\\_GS\\_SU\\_IK\\_3-4\\_02\\_01.2](https://www.bildungsplaene-bw.de/,Lde/LS/BP2016BW_ALLG_GS_SU_IK_3-4_02_01.2)
- Deutsches Ärzteblatt: [https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/125005/Gesunde-Ernaehrung-Bildung-ist-der-SchluesSEL&ved=2ahUKEwiLiMrJ84aKAXp-gIHhA-2O1oQFnoECBgQAQ&usg=AOvVaw1t6wUo2pa-RI\\_jHYGtrTmV](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/125005/Gesunde-Ernaehrung-Bildung-ist-der-SchluesSEL&ved=2ahUKEwiLiMrJ84aKAXp-gIHhA-2O1oQFnoECBgQAQ&usg=AOvVaw1t6wUo2pa-RI_jHYGtrTmV)

# Mitschrift - Workshop

## Workshop E – Alexandra Thiel (Schulleitung der Hans-Thoma-Schule Karlsruhe)

### „Fit in die Zukunft“ – Gesundheitserziehung in der Schule am Beispiel der Hans-Thoma-Schule

#### Mitschrift:

##### Die Hans-Thoma-Schule:

- Die Hans-Thoma-Schule ist eine Grundschule mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt. Somit finden in der Schule u.a. auch bewegte Pausen statt, Sport- und Spielmaterialien sind in den Klassenräumen, um kurze Bewegungspausen umzusetzen.  
Des Weiteren gibt es 40 AG's, die Kinder können zu Beginn des Schuljahres die AGen wählen und an jedem Nachmittag an einer der AGen teilnehmen (an vier von fünf Tagen müssen die Kinder an einer AG teilnehmen, an einem Tag dürfen sie sich gegen die AG und für freies Spielen entscheiden)

##### Zum Thema Gesundheitskompetenz:

- Die kommunale Ebene ist in der Vermittlung der Gesundheitskompetenz wichtig. Das sieht man am Beispiel der Kooperationen mit dem Schul- und Sportamt (Taekwondo-AG) und dem Umwelt- und Arbeitsschutz (Garten AG). Die Schule braucht viele Verbündete und Kooperationen, um den Schülerinnen und Schülern ein breit gefächertes Angebot bieten zu können
- In der Hans-Thoma-Schule werden jedes Jahr sechs Kinder mit Legasthenie aus dem kompletten Stadtgebiet aufgenommen und in den Klassen gemeinsam mit den anderen Kindern unterrichtet. Zusätzlich erhalten sie eine spezielle Förderung im Bereich Lesen & Schreiben.
- Kooperation mit der Schulsporthilfe: Die Schulsporthilfe organisiert Sponsoringaktionen, um Schulen Budgeterweiterungen für die Anschaffung von Sport- und Spielgeräten zu ermöglichen. Obwohl die Schulsporthilfe in Bayern angesiedelt ist, unterstützt sie mit ihrer Arbeit Schulen außerhalb Bayerns
- *Fit in die Zukunft*, „...aber ist unser System überhaupt fit für die Zukunft?“. Am Beispiel Schulverpflegung. Die Auswahl der Schulverpflegung erfolgt in Anlehnung an die Empfehlungen der DGE und der Entscheidungen im Gemeinderat. Allerdings wird das Essen oftmals nicht kindgerecht zubereitet, man steht vor der Herausforderung einen günstigen Anbieter für das Mittagessen zu nutzen (verminderte Qualität, da lange Lieferwege) und es müssen in der Konsequenz viel Lebensmittel weggeworfen werden.

##### Welche Anregungen nehmen die Teilnehmenden aus dem Workshop mit:

- Um Kindern Gesundheitskompetenz zu vermitteln, braucht es das aktive Handeln und Umsetzen - nicht nur theoretischen Input.
- Das Lernen außerhalb des Klassenzimmers spielt ebenfalls eine große Rolle

- Für vielseitiges Angebot an der Schule ist Vernetzung mit anderen wichtig --> aber wie kann diese Vernetzung gelingen?
- Gute Vernetzung braucht den persönlichen Kontakt (z.B. über Schulleitungsrunden oder das ZSL) – Newsletter werden oftmals nicht gelesen (Informationsflut per E-Mail)