

Gesundheitserziehung

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis.....	2
1 Vorbemerkung	3
2 Lebens- und Arbeitsraum Schule.....	5
2 Bewegung im Schulalltag.....	7
2.1 Angebote.....	7
2.2 Sporthelferausbildung	7
3 Gewaltprävention / soziales Lernen	9
4 Sucht- und Drogenprävention	11
5 Sexualerziehung	13
6 Weiterführende Gesundheitserziehung im Biologieunterricht	15
7 Weitere gesundheitsfördernde Projekte / Zusammenarbeit mit Partnern.	16
8 Schulsanitätsdienst-AG.....	17
9 Gesundheitsmanagement.....	18

1 Vorbemerkung

Im Rahmen unseres Erziehungs- und Bildungsauftrags kommt dem Aspekt der Gesundheitserziehung eine zunehmende Bedeutung zu.

Optische und akustische Reizüberflutungen, falsche Ernährung, mangelnde Bewegung und andere Ursachen wirken sich nachteilig auf die kindliche Entwicklung aus. Wir sind daher als Schule gefordert, negativen Tendenzen entgegen zu wirken und unseren Schülerinnen und Schülern im Schulalltag Möglichkeiten zu einer gesunden Entwicklung zu bieten. Am THG soll es nicht nur um die reine Vermittlung von Wissen gehen, sondern auch um den Erhalt und die Förderung der Gesundheit, d.h. Gesundheitserziehung muss als Teil eines **ganzheitlichen Ansatzes** verstanden werden.

Hierbei wird die Gesundheit des Menschen **prozesshaft** gesehen. Dementsprechend stehen nicht Risikofaktoren und Krankheiten im Vordergrund, sondern die Anleitung zu einer Lebensweise, die körperliche (z.B. Freude an Bewegung, Spiel und Sport, Erkenntnisse über gesunde Ernährung), seelische (z.B. Selbstvertrauen stärken) und soziale Gesundheit (z.B. Schüler helfen Schülern, Streitschlichtung) fördert. Auch Erhaltung und Schutz der natürlichen Lebensgrundlagen werden als Bestandteil gesundheitserzieherischer Maßnahmen angesehen: Leben in einer gesunden Umwelt, mit und nicht gegen die Natur. Ganzheitliche Gesundheit zielt auch auf die Förderung psychosozialer Prävention (z.B. Sucht- und Gewaltvorbeugung).

Intentionen und Prinzipien dieses Konzepts, das heute bundes- und europaweit als zeitgemäß angesehen wird, werden im Folgenden deutlich:

- Wissen ist eine solide Basis für eigenverantwortliches, gesundheitsorientiertes Handeln.
- Wissen alleine genügt jedoch nicht, um eine Verhaltensänderung zu bewirken.
- Gesundheitserziehung muss auf den ganzen Menschen zielen: Sie muss die Gefühlswelt einbeziehen, die kreativen menschlichen Kräfte fördern, die soziale Kompetenz entwickeln und stärken.
- Gesundheitserziehung muss Verhaltensweisen aufzeigen und einüben, die Spaß machen und attraktive Alternativen darstellen, mit denen die Schüler ohne Frustration, Verzicht und Verlust des Ansehens in der sozialen Gruppe Lebenssituationen bewältigen können.
- Gesundheitserziehung muss Raum geben für Selbstständigkeit und so die Selbstkompetenz fördern: Schüler sollen selbst aktiv werden.

Für eine effektive Gesundheitserziehung ist eine Kooperation mit Eltern, bei denen primär der gesundheitserzieherische Auftrag liegt, und mit außerschulischen Institutionen, Organisationen und Personen unerlässlich. Die Gesund-

heitserziehung und Gesundheitsförderung am THG beinhaltet daher das Zusammenwirken aller am Schulleben Beteiligten, und auch externer Partner wie z.B. dem Stadtsportverband, örtlichen Vereinen, der Polizei oder der schulpsychologischen Beratung.

Im Folgenden werden die verschiedenen Handlungsfelder schulischer Gesundheitserziehung und Förderung am THG dargestellt.

2 Lebens- und Arbeitsraum Schule

Die Grundvoraussetzung für eine effektive Gesundheitserziehung und Gesundheitsförderung ist ein **gutes Arbeitsklima**, d.h. die Schaffung einer möglichst entspannten Lernatmosphäre. Dies und die Erhöhung der Lernmotivation durch offene, schülerorientierte Unterrichtsformen sind am THG wichtig.

- **Gestaltung der Klassenräume:**

Da die Schülerinnen und Schüler den größten Teil ihres Schullebens im Klassenzimmer zubringen, kommt dessen Gestaltung eine sehr große Bedeutung zu. So weit wie möglich werden die Schülerinnen und Schüler am THG in die Gestaltung der Klassenräume mit einbezogen, um eine entspannte und angenehme Arbeitsatmosphäre zu schaffen. Seit Beginn des Schuljahres 2005/06 hat das THG das Lehrerraumprinzip (vgl. Schulprogramm) eingeführt. Kamen die Lehrer bislang in die Klassenräume der Schüler, gilt nun: Der Lehrer bleibt, die Schüler wechseln nach jeder Stunde den Klassenraum. Die Einführung dieses innovativen Raumprinzips hat zu einer erheblichen Qualitäts- und Effektivitätssteigerung geführt.

Am THG achten wir z.B. auch auf eine größengerechte Auswahl der Sitz- und Schreibmöbel (so wurden u.a. bei der Modernisierung der naturwissenschaftlichen Räume im Jahr 2010 höhenverstellbare, ergonomische Sitzmöbel angeschafft).

- **Gestaltung des Gebäudes und des Schulgeländes:**

Am THG kommt auch der Gestaltung des Schulgebäudes und des Schulgeländes eine große Bedeutung zu: Im Zentrum des Hauptgebäudes ist das Pädagogische Zentrum ein beliebter Aufenthaltsort während der Pausen oder Freistunden. Es zeigt ein freundliches, modernes und zukunftsorientiertes Bild, das sich ebenso im Bereich der neuen Mensa (vgl. Schulprogramm) widerspiegelt. Ein im gesamten Gebäude eingerichtetes WLAN-Netzwerk ermöglicht Schülern und Lehrern jederzeit die Nutzung neuer Medien und unterstreicht somit die Modernität der Schule. Die zu Beginn des Schuljahres 2009/2010 neu eröffnete Mediothek (vgl. Schulprogramm) bietet vielfältige Möglichkeiten zur Recherche und für den Unterricht. Sie verfügt über mehr als 6000 Printmedien sowie eine Vielzahl digitaler Medien. Mehrere Sitzgruppen und Arbeitstische bieten viel Platz zum Lesen, Studieren und Arbeiten. Sowohl für Gruppenarbeiten während des Unterrichts, als auch zum Lernen in Freistunden oder nach Schulschluss sowie für die Erarbeitung von Referaten und Präsentationen finden die Schülerinnen und Schüler hier optimale Möglichkeiten und eine angenehme Atmosphäre vor. Das Schulgelände bietet Sport- u. Spielmöglichkeiten für die Pause, wie z.B. ein markiertes Fuß- und Handballfeld, ein Basketballspielfeld, Tischtennisplatten und einen markierten Spielbereich für andere Spiele.

- **Einführung neuer Schülerinnen und Schüler in das Schulleben:**

Um den Schüler/innen des 5. Jahrgangs die Eingewöhnung in ihre neue Klasse und ihre neue Schule zu erleichtern, Ängste abzubauen und sie mit den örtlichen Gegebenheiten und Regeln an der Schule vertraut zu machen,

werden folgende Maßnahmen an unserer Schule durchgeführt:

- Einladung der 4. Klassen zur Vorstellung der Profilklassen
- Tag der offenen Tür – Informations- und Kennenlerntag für die Grundschüler und deren Eltern
- Vorstellung und Hospitation der zukünftigen Klassen- und Fachlehrer an den Grundschulen
- Unterrichtshospitationen der angemeldeten Schülerinnen und Schüler am THG
- Begrüßungsfeier am Ende des Schuljahres: an diesem Tag lernen die Grundschülerinnen und Grundschüler ihre Mitschülerinnen und Mitschüler kennen; es finden eine „Schul-Kennenlernrallye“ und weitere Mitmachaktionen statt.

2 Bewegung im Schulalltag

2.1 Angebote

- **Bewegung im Klassenunterricht:**
Bewegungs- und Entspannungsphasen sind wichtiger Bestandteil im Fachunterricht (z.B. Bewegungsspiele wie Laufdiktat oder Laufrechnen, Theaterspielen, Fantasiereisen, Stilleübungen)
- **Pausensport:**
Angebot von Basketballkörben und Tischtennisplatten auf dem Schulgelände
- **Bewegung an „Langtagen“**
Die Betreuung in der Mittagspause der im Rahmen der Schulzeitverkürzung eingerichteten „Langtage“ beinhaltet Angebote wie z.B. Fußball, Ballspiele, Kicker, Tischtennis, allgemeine Spielangebote etc.
- **Außerunterrichtliche Bewegungsangebote:**
AG-Angebote wie z.B. Fußball, Akrobatik, Hip-Hop, Tischtennis etc.
- **Weitere Veranstaltungen:**
 - **Wintersportfest:** Mannschaftssportarten wie Fußball, Volleyball, Handball etc.
 - **Turniere:** z.B. Ausrichtung und Teilnahme am Fußballturnier der weiterführenden Schulen der Stadt Radevormwald, Teilnahme am Landessportfest (Handball), Stadtlauf Wipperfürth (erstmalig 2014)
 - **Bundesjugendspiele:** Jährliche Durchführung der Bundesjugendspiele
 - **Sponsored Walk:** Jedes zweite Jahr Durchführung eines Sponsored-Walk

2.2 Sporthelferausbildung

Die Ausbildung bietet interessierten Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit, sich in besonderer Weise für eine aktive Mitwirkung an der Entwicklung von Bewegung, Spiel und Sport in Schulen und Sportvereinen zu qualifizieren. Die formale Qualifikation zur „Sporthelferin“ bzw. zum „Sporthelfer“ kann durch das „Beiblatt zum Zeugnis“ dokumentiert werden und hierdurch z. B. für den Wechsel in das Berufsleben bedeutsam sein. Die erworbene formale Qualifikation ist zugleich ein erster Baustein im Qualifizierungssystem des gemeinnützigen Sports.

Durch die Ausbildung von Sporthelferinnen und Sporthelfern werden die Partizipation von Schülerinnen und Schülern am Schulgeschehen und ihre Bereitschaft und Fähigkeit zur Übernahme von Mitverantwortung im Rahmen der Schulmitwirkung gefördert. Als Experten für Bewegung, Spiel und Sport können

sie z.B. Sportgruppen im außerunterrichtlichen Schulsport betreuen und als Interessenvertreter in der der Fachkonferenz Sport und der Schulkonferenz die demokratischen Prozesse der Schulmitwirkung mitgestalten. Die Ausbildung von Sporthelferinnen und Sporthelfern ist somit ein wichtiger Bestandteil eines bewegungs- und sportfreundlichen Schulprogramms und einer entsprechenden Schulentwicklung und stärkt das Netz von Schülermentorensystemen z. B. im Verbund mit Streitschlichtern und dem Schulsanitätsdienst.

Mit der Ausbildung zur Sporthelferin bzw. zum Sporthelfer werden Schülerinnen und Schüler zudem an eine ehrenamtliche Tätigkeit im Sport herangeführt.

Ziel der Ausbildung ist es, interessierte Schülerinnen und Schüler zu befähigen, im außerunterrichtlichen Schulsport und im Vereinssport Verantwortung zu übernehmen. Das Spektrum reicht von helfenden, unterstützenden Tätigkeiten über die Mitgestaltung von Angeboten bis hin zu klar eingegrenzten Leitungsfunktionen bei der Planung und Durchführung von Bewegungs-, Spiel- und Sportangeboten in Schulen und Sportvereinen.

Die Sporthelferausbildung richtet sich an 13 bis 17 Jahre alte Schülerinnen und Schüler des THG, die daran interessiert und dazu geeignet sind, Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote für Kinder und Jugendliche in Schulen oder in Sportvereinen zu organisieren und zu betreuen. Um sich als Sporthelferin oder Sporthelfer zu qualifizieren, müssen die Schülerinnen und Schüler nicht Mitglieder in einem Sportverein sein.

Mögliche Tätigkeitsfelder der Sporthelferinnen und Sporthelfer am THG und in Sportvereinen sind:

- Selbstständige Leitung von Bewegungs-, Spiel- und Sportangeboten (AGs),
- Vertretung von kind- und jugendgemäßen Bewegungs-, Spiel- und Sportinteressen,
- Mitarbeit bei der Planung und Durchführung von Pausensportaktivitäten / Bewegungspausen,
- Mitarbeit bei der Leitung von freiwilligen Schulsportgemeinschaften,
- Mitarbeit bei der Planung und Durchführung von Schulsportfesten und Schulsportwettkämpfen (Bundesjugendspiele; Nikolaus-Turnier),
- Mitarbeit bei der Organisation und Durchführung von bewegungs- und / oder sportorientierten Aktionstagen (Sponsored-Walk, Schulfest).

3 Gewaltprävention / soziales Lernen

Ein angenehmes Schulklima und eine positive Lernatmosphäre stärken das freundliche und respektvolle Miteinander der Schülerinnen und Schüler und aller an der Schule Tätigen. Am THG sind wir daher bestrebt, eine entspannte, vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen, so dass sich soziale Kompetenzen und kreatives Arbeiten problemlos entwickeln können. Die Kooperation und Kommunikation sowie die individuelle Persönlichkeitsentwicklung eines jeden Kindes / Jugendlichen sollen gefördert werden mit dem Ziel, gegenseitige Hilfsbereitschaft und Akzeptanz aufzubauen.

Kinder sollen lernen, gemeinsam erarbeitete Regeln und Rituale einzuhalten, die Bedürfnisse der anderen wahrzunehmen und angemessen damit umzugehen. Hierfür wurde eine Campusordnung erarbeitet, die

- den Umgang der Schülerinnen und Schüler untereinander,
- den Umgang mit Wertgegenständen,
- das Verhalten auf dem Schulhof, im Schulgebäude und im Klassenraum und während der Pausen und Unterrichtszeiten.
- und das Verhalten der Busschüler

regeln soll. Auf die Regeln in der Campusordnung wird zu Beginn des Schuljahres hingewiesen.

Um ein vertrautes Miteinander nicht nur klassenintern zu schaffen, werden im Folgenden exemplarisch einige Initiativen vorgestellt, die die Schülerinnen und Schüler am THG durch den Schulalltag begleiten (weitere Aspekte → vgl. Konzept zur Prävention und Sicherheit).

Stärkung der sozialen Kompetenz:

Besonderes Augenmerk ist auf die Eingangsphase der Klasse 5 zu legen. Die Schülerinnen und Schüler werden durch spezielle Angebote (wie z.B. durch Patenschaften älterer Schülerinnen und Schüler, Methodentage) unterstützt, sich in die neue Klassen- und Schulgemeinschaft zu integrieren.

Die Schülerinnen und Schüler sollen zunehmend lernen, Konflikte gewaltfrei zu lösen. Hilfreich ist z.B. auch die Vereinbarung von Klassenregeln.

Streitschlichter-AG

Die Aufgabe der Arbeitsgemeinschaft Streitschlichtung besteht vor allem darin, dabei zu helfen, Streitigkeiten in der Schülerschaft, insbesondere der unteren Klassen, beizulegen.

Dabei tritt der Streitschlichter als unparteiischer Vermittler auf. Dieser versucht, mit den Streitenden den Verlauf und die Ursachen des Konflikts aufzudecken, Bewusstheit für die Situation des Kontrahenten zu schaffen und dadurch zu einer Lösung des Konflikts zu kommen.

Die Streitschlichter werden von eigens zu diesem Zweck geschulten Lehrkräften und von älteren, erfahrenen Streitschlichtern innerhalb eines Halbjahrs für ihre Tätigkeit ausgebildet.

Sie selbst profitieren von den Erfahrungen im Umgang mit anderen Menschen. Sie werden selbstsicherer und lernen, sich selbst besser zu verstehen.

Anti-Mobbing-Konzept

Mit Beginn des Schuljahres 2014/15 ist das THG-Anti-Mobbing-Konzept in Kraft getreten. Das Konzept sieht zwei Ebenen vor, auf denen Mobbing begegnet werden soll:

Auf **schulischer Ebene** sollen folgende Maßnahmen präventiv gegen Mobbing eingesetzt werden:

- Die Verteilung von Flyern über Mobbing an alle Schüler und Eltern dient der Information.
- Eine „Vereinbarung gegen Gewalt/Mobbing“ wird von allen Mitgliedern der Schulgemeinde (Schüler, Eltern und Lehrer) unterzeichnet.
- Ein Fragebogen zur Ermittlung der Qualität und Quantität soll die ergriffenen Maßnahmen regelmäßig evaluieren.
- Die Klassenfahrt in den Jahrgangsstufen 5/6 soll mit einem Programm zum sozialen Lernen durchgeführt werden.
- Ein Wandertag pro Schuljahr mit Kooperationsspielen o .ä., z.B. in einen Kletterpark soll den Zusammenhalt der Klassengemeinschaft fördern.

Auf **individueller Ebene** soll das Selbstvertrauen der Schülerinnen und Schüler gestärkt werden, so dass es weniger Motivation zu ausgrenzendem Verhalten gibt. Dazu dienen u.a.:

- das Klassentraining zur Stärkung des Selbstvertrauens in den Klassen 5 und 6 durch Klassenlehrer mit „Lions Quest“-Ausbildung und
- in den Jahrgangsstufen 7/8 die Module zu Jugendkriminalität und zu Cybermobbing in Zusammenarbeit mit der Polizei.

4 Sucht- und Drogenprävention

Suchtverhalten und Missbrauch von Drogen sind gesellschaftliche Probleme, die leider schon bei immer jüngeren Menschen zu beobachten sind. Je früher das Suchtverhalten beginnt, desto schwerwiegender sind seine Folgen für den Menschen und damit auch für die Gesellschaft. Aus diesem Grunde ist es unerlässlich, bereits früh im schulischen Rahmen Präventionsmaßnahmen zu ergreifen. Daher wird an unserer Schule schon ab der Erprobungsstufe aufklärend und präventiv gearbeitet.

Die Gründe dafür, warum sich Suchtverhalten entwickelt, sind vielfältig. Um Suchtmittelmissbrauch entgegenzuwirken, richten wir unser Augenmerk besonders auf die Primärprävention mit folgenden Zielen:

- Förderung von Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen,
- Förderung der Kommunikationsfähigkeit,
- Förderung der Konfliktfähigkeit,
- Förderung der Genuss- und Erlebnisfähigkeit,
- Unterstützung bei der "Sinnsuche",
- Ermutigung, Herausforderungen zu begegnen.

Suchtspezifische Präventionsziele sollen den Einstieg in Suchtkarrieren verhindern. Dazu zählen:

- Förderung eines sozialen Klimas,
- Stärkung von Kompetenzen zu eigenverantwortlichem Umgang mit legalen Suchtmitteln.
- Vermittlung von Informationen zu Sucht, Suchtmitteln und Suchterkrankungen.

Unsere Arbeit in der Suchtprävention ist langfristig angelegt und beschränkt sich nicht auf eine einmalige Aktion. Sie stützt sich auf Projekte zur Gesundheitserziehung, die Mitarbeit von Fachkollegen (z.B. Biologie, Religion, Politik) und die Erfahrung und den Einbezug externer Experten.

Einen wichtigen Schwerpunkt in der Jahrgangsstufe 9 bildet eine an einem Vormittag stattfindende Drogenpräventionsveranstaltung der Kriminalpolizei. Hierbei werden die Schülerinnen und Schüler einer Klasse über die verschiedensten Drogenarten und ihre negativen Auswirkungen sowie über die rechtlichen Gegebenheiten informiert. Diese Informationen werden altersgemäß und sehr anschaulich (z.B. Einsatz der "Rauschbrille") im Klassenverband vermittelt.

Die Thematik "Sucht und Drogen" ist ein verbindlicher Teil des Biologieunterrichtes beginnend in der Stufe 6 (vgl. Kapitel 6). Im Fach Biologie erhalten die Schülerinnen und Schüler Informationen über die Wirkungen der einzelnen

Suchtmittel auf den Organismus, die Entstehung von Abhängigkeiten und die physischen und psychischen Folgen der Sucht. Schwerpunkt in der Stufe 6 ist die Aufklärung über die Gefahren des Rauchens. Als Motivation und Ergänzung zum Unterricht hat bereits häufig die Teilnahme an dem jährlichen internationalen Wettbewerb gegen das Rauchen "Be smart – don't start" stattgefunden. Hierbei wird neben wöchentlicher Themenansprache einmal im Monat eine Erfolgsmeldung über das "Nichtrauchen" weitergegeben, so dass das Thema über ein halbes Jahr in der teilnehmenden Klasse präsent bleibt. Verbunden damit ist eine Sensibilisierung der Schüler im Hinblick auf Zigarettenwerbung und Zigarettenautomaten im Umkreis der Schule sowie die Darstellung von Tabakkonsum in den Medien.

In der Jahrgangsstufe 9 wird das Thema "Alkohol und Sucht" im Biologieunterricht wieder aufgegriffen. Unter dem Themenbereich der Gesundheitserziehung – „Verantwortlicher Umgang mit dem eigenen Körper“ wird das Thema Suchtverhalten auch in anderen Lebensbereichen beleuchtet (z.B. Spielsucht). Darüber hinaus wird der Themenkreis der Essstörungen behandelt. Schwerpunkt in dieser Jahrgangsstufe sind illegale Drogen.

Im Fach Sozialwissenschaften/Politik lernen die Schülerinnen und Schüler die vielfältigen Formen des Drogengebrauchs und -missbrauchs anhand von Fallbeispielen kennen und diskutieren die Ursachen und Gefahren des Drogenmissbrauchs sowie Handlungsstrategien für einen vernunftorientierten und kritischen Umgang mit Drogen aller Art. Zudem werden politische Streitfragen wie z.B. die Freigabe von Marihuana diskutiert.

Im Fach Religion steht die Stärkung der Persönlichkeit der Schülerinnen und Schüler im Vordergrund.

Sollten sich in der Oberstufe Probleme mit dem Konsum von Drogen abzeichnen, werden mit Hilfe der Präventionsstelle der Polizei in Gummersbach Maßnahmen zur Aufklärung ergriffen.

5 Sexualerziehung

Sexualität gehört zum Wesen des Menschen. Sie ist ein Grundbedürfnis und wichtige Grundvoraussetzung für die Identitäts- und Persönlichkeitsentwicklung. Da sie sich nicht in bloßer Reproduktion erschöpft, umfasst sie eine Vielfalt existentieller Erfahrungen.

Die Schüler und Schülerinnen des THG sollen die Möglichkeit erhalten, die biologischen, ethischen, religiösen, kulturellen und sozialen Bezüge der Geschlechtlichkeit kennen und reflektieren zu lernen. Unter Wahrung der Grenzen der persönlichen Intimsphäre sollen die Grundlagen für eine gewaltfreie, partnerschaftliche Sexualität entwickelt und die Bedeutung von Ehe und Familie überdacht werden.

Sexualerziehung am THG zielt darauf ab:

- die Schülerinnen und Schüler zu freien Menschen zu bilden, die sich ihrer partnerschaftlichen Verantwortung bewusst werden, partnerschaftliche Bindungen als positiv erachten und die Intimsphäre anderer respektieren,
- eine Offenlegung bzw. den Aufbau eines Wertewissens unter Berücksichtigung der unterschiedlichen gesellschaftlichen Leitvorstellungen im Geiste gegenseitiger Achtung zu erreichen,
- Möglichkeiten aufzuzeigen, wie man über Sexualität angemessen sprechen kann, ohne dabei die Intimsphäre des anderen zu verletzen,
- die in der Werbung, den Medien etc. verbreiteten Projektionen zu thematisieren, die bei Heranwachsenden zu einem verzerrten Wirklichkeitsbild, zu Illusionen und falschen Erwartungen führen. Sexualerziehung am THG ermutigt Schüler und Schülerinnen zu einer kritischen Haltung im Umgang mit den Medien. Zwänge und Anspruchsdenken im Sexualbereich sind ein Resultat der Darstellung der Sexualität als Leistungs- und Konsumprinzip. Sie sollen im Unterricht thematisiert werden und es sollen Möglichkeiten aufgezeigt werden, wie man sich sexuellen Zumutungen und Zwängen verweigern kann.

Das THG möchte auf diese Weise die Schülerinnen und Schüler bei der Entwicklung ihrer eigenen sexuellen Identität unterstützen, aber auch die Bereitschaft fördern, die Verschiedenheit sexueller Lebensstile anderer akzeptieren zu lernen.

Sexualerziehung zielt also nicht länger ausschließlich auf das Vermitteln biologischer Fakten, sondern vielmehr auf die Unterstützung der Entwicklung von Körpergefühl, Ich-Stärke, Kommunikations- und Handlungsfähigkeit, sowie Konfliktlösungsbereitschaft und Problemlöseverhalten.

Es wird zudem auf eine vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Eltern Wert gelegt.

Die inhaltlichen Schwerpunktsetzungen des sexualkundlichen Unterrichts orientieren sich an den Richtlinien für die Sexualerziehung in Nordrhein-Westfalen.

Die Themen der Sexualerziehung sind fächerübergreifend über die Jahrgangsstufen und die betroffenen Fächer (Politik, Deutsch, Geschichte, Biologie, Religion bzw. Philosophie) hinweg verankert. Die zentralen Fragestellungen der Sexualerziehung werden nach dem Spiralprinzip stufenweise erweitert.

Außerschulische Lernorte sowie Expertinnen und Experten (z.B. Ärzte, Beratungsstellen) werden wenn möglich aufgesucht oder mit einbezogen.

6 Weiterführende Gesundheitserziehung im Biologieunterricht

Schulische Gesundheitserziehung ist eine fächerübergreifende Aufgabe. Im Biologieunterricht erhalten Schülerinnen und Schüler Informationen über biologische Grundlagen einer gesunden Lebensführung, über die Folgen gesundheitswidrigen Verhaltens sowie über private und öffentliche Maßnahmen zur Gesundheitsförderung. Darüber hinaus haben Lehrerinnen und Lehrer aller Fächer die Aufgabe, einen Beitrag zur gesundheitsfördernden Gestaltung des Schullebens zu leisten. Anknüpfungspunkte und Kooperationen sind in der Auflistung der konkreten Maßnahmen dargestellt.

- Inhaltsfeld „Bau und Leistungen des menschlichen Körpers“ (Klasse 5/6):
 - fachliche Kontexte: „Lecker und gesund“ (z.B. ausgewogene, gesunde Ernährung), „Bewegung und Teamarbeit für den ganzen Körper“ (z.B. Haltungsschäden, Fußverformungen → richtige Sitzhaltung, Schuhwerk; Übungen zur richtigen Sitzhaltung und zur Kräftigung und Entspannung der Muskulatur → eine Zusammenarbeit mit dem Fach Sport ist für die Zukunft wünschenswert), „Aktiv werden für ein gesundheitsbewusstes Leben“ (z.B. Sucht- und Drogenprävention)
- Inhaltsfeld „Überblick und Vergleich von Sinnesorganen des Menschen“ (Klasse 5/6):
 - fachlicher Kontext: „Sicher im Straßenverkehr – Sinnesorgane helfen“ (z.B. Sinnesorgan Ohr - Lärm und Gesundheit → Zusammenarbeit mit den Fächern Physik und Musik)
- Inhaltsfeld „Sexualerziehung“ (Klasse 5/6 + 9) (s.o.)
- Inhaltsfeld „Kommunikation und Regulation“ (Klasse 9)
 - Fachliche Kontexte: „Krankheitserreger erkennen und abwehren“ (z.B. Infektionskrankheiten, Allergien, Das Immunsystem – eine hoch spezialisierte Abwehr, AIDS), „Nicht zu viel und nicht zu wenig – Zucker im Blut“ (z.B. Diabetes, Essstörungen)
- Kurssequenz „Physiologie: Struktur – Funktion – Wechselwirkung“ (Einführungsphase in der S II) z.B.
 - Muskelstoffwechsel – Doping, Arzneimittelmissbrauch
 - Wasser- und Salzhushalt des Menschen – Funktion der Niere, Nierenerkrankungen, Organspende
- Kurssequenz „Genetische und entwicklungsbiologische Grundlagen von Lebensprozessen“ (Qualifikationsphase in der S II) z.B.
 - Diabetes mellitus – eine Krankheit wird zunehmend beherrschbar
- Kurssequenz „Steuerungs- und Regulationsmechanismen im Organismus“ (Qualifikationsphase in der S II) z.B.
 - Wirkungsmechanismen von Drogen und Arzneimitteln

Bei der Thematisierung dieser Inhalte kommt es darauf an, nicht nur Informationen und Begründungen für Maßnahmen der Gesundheitsvorsorge zu vermitteln, sondern auch die emotionale Dimension zu berücksichtigen.

7 Weitere gesundheitsfördernde Projekte / Zusammenarbeit mit Partnern

- Klassenfahrten und Exkursionen mit Bewegungsangeboten wie z.B. Klettergarten, Wasserski, Schlittschuhlaufen, Kanufahren, Sportexkursion der Mittelstufenabschlussklassen
- Einüben von Gemeinschaft und Zusammenleben (z.B. Schüleraustausche, Klassen-, Kurs- und Stufenfahrten, Sportexkursion, Profilklassen)
- Individuelle Beratung durch die SV-Lehrer der Schule und eine schulpsychologische Beratungsstelle (ein Sozialpädagoge steht dem THG wöchentlich vor Ort an einem Vormittag zur Verfügung)
- Teilnahme an gesundheitsfördernden Wettbewerben (z.B. „Be smart – don't start“; Landessportfest, etc.)
- Zusammenarbeit mit weiteren Institutionen wie dem Jugendamt, diversen Krankenkassen, dem Gesundheitsamt (z.B. Impfinformation)

8 Schulsanitätsdienst-AG

Der Schulsanitätsdienst am THG sichert die Erste-Hilfe-Versorgung durch Schülerinnen und Schüler.

Schülerinnen und Schüler, die mindestens die achte Schulklasse besuchen, erhalten eine Ausbildung in Erster Hilfe und übernehmen im Rahmen des Schulsanitätsdienstes die Erstversorgung im Fall von Unfällen, Verletzungen etc. .

Neben ihrer täglichen Bereitschaft in der Schule betreuen die Schulsanitäterinnen und Schulsanitäter unterschiedliche Schulveranstaltungen wie z. B. Schulfeste, den Sponsored Wark und die Karnevalsparty.

In Abständen von ein bis zwei Wochen treffen sich die Schulsanitäterinnen und Schulsanitäter in der Schulsanitätsdienst-AG, in der Einsätze besprochen und Vorgehensweisen bei unterschiedlichen Unfällen und Verletzungen geübt werden. Für die Erstversorgung steht ein Erste-Hilfe-Raum zur Verfügung, in dem den Schulsanitäterinnen und Schulsanitätern Erste-Hilfe-Materialien, eine Liege, ein Telefon und ein Reanimationsgerät zur Verfügung stehen.

Neben dem Spaß im Team zu arbeiten, verfolgt die Schulsanitätsdienst-AG vor allem das Ziel, kompetent Erste-Hilfe leisten zu können – eine Fähigkeit, die ausgebildeten Schulsanitäterinnen und Schulsanitätern auch außerhalb der Schule durchaus nützlich sein kann.

9 Gesundheitsmanagement

Im Fachunterricht wie z.B. in den Naturwissenschaften ereignen sich nur sehr selten Unfälle. Dies ist sicherlich auf die Bewusstmachung und einen sehr sorgfältigen, sicheren Umgang mit möglichen Gefahrenquellen zurückzuführen. So wird der sichere Umgang mit Gefahrenquellen zu Beginn eines Schuljahres von den Lehrkräften mit den Schülerinnen und Schülern erörtert.

Gesundheits- und Sicherheitsförderung in der Fortbildungsplanung

Die Gesundheits- und Sicherheitsförderung findet in der Fortbildungsplanung angemessene Berücksichtigung. So finden regelmäßig Fortbildungen statt, z.B. zur Ausbildung zum Ersthelfer oder im Rettungsschwimmen, an denen Kolleginnen und Kollegen teilnehmen.

Weiterhin erhalten alle relevanten Fachgruppen durch die Sicherheits- und Gefahrstoffbeauftragten der Schule jährlich eine Sicherheitsbelehrung.

Autor: Br

beschlossen in der Lehrerkonferenz am 13. April 2011

aktualisiert im Oktober 2014: BR