

## Konzept zur Gesundheitserziehung

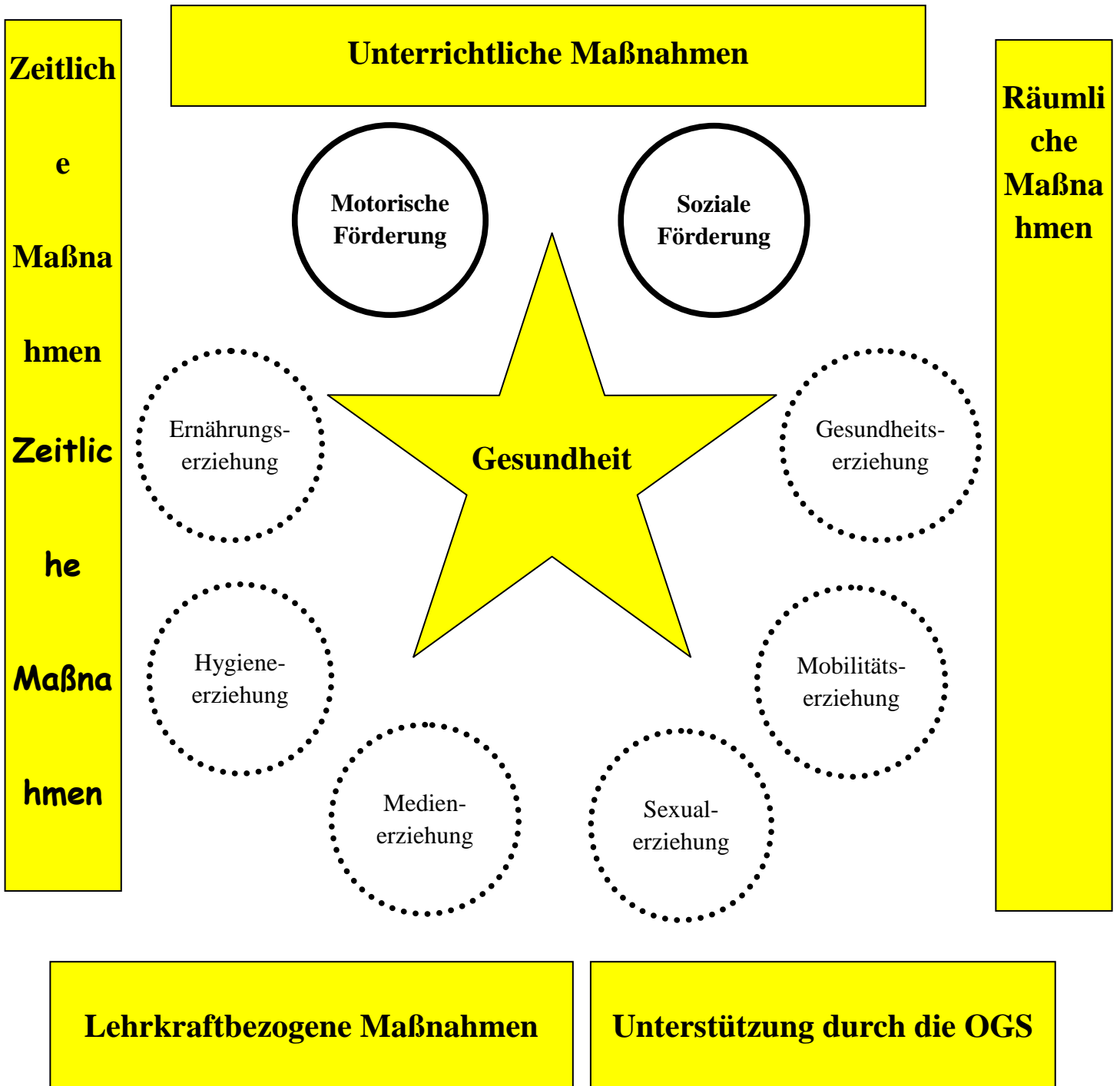
(Stand 12/2025)

In Zeiten einer zunehmenden Medialisierung und Konsumententwicklung erachtet die Südschule die besondere Betonung und Wertschätzung einer umfassenden Gesundheitserziehung als wichtige Aufgabe innerhalb der Schule. Dabei orientiert sie sich an der Definition der World Health Organisation, welche nicht nur die körperliche Gesundheit des Menschen, sondern des Weiteren auch das geistige und soziale Wohlbefinden einschließt.

- Die sich verändernde Lebenswelt der heutigen Kindheit muss Berücksichtigung im Schulleben finden, da diese aufgrund gesellschaftlicher Strukturen im häuslichen Umfeld immer öfter aus der Beschäftigung mit Unterhaltungselektronik und immer weniger aus pädagogischen Bewegungsherausforderungen besteht. Durch die zunehmende Bewegungsarmut wird nicht nur die körperliche Entwicklung etlicher Kinder negativ beeinflusst, sie wirkt sich außerdem auf die kognitive Entwicklung aus.
- Geistiges Unwohlsein zählt zu den wachsenden Ursachen für körperliche Erkrankungen. Das geistige Wohlbefinden wird maßgeblich durch eine ausgeglichene Bewegung im Alltag und ein funktionierendes, persönliches Konfliktmanagement beeinflusst.
- Um sich in einer schnelllebigen und immer stärker isolierenden Gesellschaft integrieren zu können, sind soziale Kompetenzen heute noch viel wichtiger als vor einigen Jahren. Immer mehr Kindern fehlen die Erfahrungen im Umgang mit gleichaltrigen, aber auch jüngeren und älteren Kindern, zu denen sie eine innere Beziehung – Ein- und Unterordnung – aufbauen können. Hinzu kommt die Ausweitung der sozialen Interaktionen auf die sozialen Medien, die ihre ganz eigenen Herausforderungen mit sich bringt. Der Umgang mit Konflikten und die erfolgreiche Zusammenarbeit in einer Kleingruppe sind daher erstrebenswerte Ziele, die sich unser Kollegium vorgenommen hat.

Selbstverständlich bilden die motorische sowie soziale Förderung die Schwerpunkte unseres Gesundheitskonzeptes, dennoch spielen unzählige weitere Erziehungsansätze und äußere Rahmenbedingungen in ein umfassendes Konzept mit hinein.

Aus diesen Gesichtspunkten heraus, hat sich die Südschule folgende Schwerpunkte gesetzt. Unser Erziehungskonzept im Überblick:



*Innere Ziele:*

### Motorische Förderung

- Da die Kinder über unterschiedlichste Bewegungserfahrungen und Fähigkeiten verfügen, muss der Sportunterricht so gestaltet sein, dass die Bewegungsaufgaben eine innere Differenzierung ermöglichen. Neben angeleiteten Bewegungsabläufen, Bewegungslandschaften, dem Schwimmunterricht und Mannschaftsspielen, bekommen die Kinder regelmäßig die Aufgabe, sich selbst Bewegungsaufgaben zu stellen.
- Hinzu kommt ein neu eingerichteter Bewegungsraum zur motorischen Entwicklung des Kindes.

- Ebenso findet alle zwei Jahre ein Sponsorenlauf statt, der zur motorischen und sozialen Entfaltung des Kindes beitragen soll.
- Eine weitere motorische Herausforderung stellt das Sport- und Spielefest dar, bei dem sich kooperative Spiele, motorische Aufgaben und Wettkampfsportarten abwechseln.
- Um den Kindern in der Pause ein abwechslungsreiches Bewegungsangebot bieten zu können, sind Holzspielgeräte fest installiert. Ebenso gibt es eine Spielausleihe. In regelmäßigen Abständen findet außerdem eine Musikkpause statt.
- Um die Gestaltung des OGS- Angebotes zu erweitern und Bewegungsmöglichkeiten im Vormittag zu ermöglichen, steht der Spielplatz gegenüberliegend der Schule zur alltäglichen Nutzung zur Verfügung.
- Im Rahmen vielfältiger AGs (z.B. Handarbeits-AG, Werk-AG) gibt es für Kinder immer wieder die Möglichkeit, ihre motorischen Fähigkeiten in einem motivierenden Rahmen zu verbessern.

### Soziale Förderung

- Ziel ist ein gemeinsames verträgliches Leben, bei dem sich die Kinder respektvoll behandeln und die Unterschiedlichkeit und Vorteile der Verschiedenheit kennen und nutzen lernen. So wird an der Südschule seit 1996 inklusiv und seit 2006 jahrgangsübergreifend gearbeitet. Im regelmäßigen Turnus wird dabei die Heterogenität aller Kinder als Schulthema behandelt. Sowohl regelmäßiges Konfliktmanagement durch die Kinder als auch Methodentraining (vereinbarter Methodenkatalog) im Unterricht bahnen eine kooperative Auseinandersetzung mit Problemen an. Des Weiteren wird ein sogenanntes Sozialtraining von der internen „Sozialpädagogischen Fachkraft in der Schuleingangsphase“ angeboten. Dieses soll zu einem ausgewogenen Selbstmanagement des Kindes beitragen sowie die Anpassungs- und Leistungsfähigkeit des Kindes stärken.
- Um Kindern frühestmöglich auch das Konzept von Demokratie im sozialen Miteinander nahezubringen, finden an der Südschule regelmäßig Sitzungen der Klassensprecher:innen statt. Hier werden, angeleitet durch die Schulleitung, aktuelle Themen und Probleme des schulischen Lebens besprochen und gemeinsam über Lösungsansätze abgestimmt, die im Interesse aller Schüler:innen liegen. So werden nicht nur soziale Kompetenzen, sondern auch die Schulgemeinschaft gestärkt und weiterentwickelt.
- Es gibt zudem die Auszeichnung „FrieSo“ (**f**riedlich und **s**ozial), die ausgewählten Schüler:innen der drei Teams für besonderes soziales Engagement im Schulalltag viermal im Jahr verliehen wird.

### Ernährungserziehung

- Ein gemeinsames Frühstück in der Klasse bietet einen optimalen Anlass, um über ein gesundes Frühstück zu sprechen. Die Südschule besitzt eine eigene Mensa, in der die Klassen auch regelmäßig Speisen und Getränke selber herstellen, um die Kompetenzen im Umgang mit Nahrungsmitteln zu erweitern. Kindern, die die OGS besuchen, wird ein gemeinsames Mittagessen nach den DGE-Qualitätsstandards angeboten. In regelmäßiger Wiederkehr wird das Thema „Ernährung“ in der gesamten Schule behandelt. Des Weiteren

findet im Zuge des Zahnarztbesuches auch eine jährliche „Brot Dosen-Aktion“ statt, um den Schüler:innen die Relevanz eines gesunden Frühstücks noch einmal zu verdeutlichen. Außerdem wird im Rahmen des offenen Ganztags eine Koch-AG angeboten.

### **Gesundheitserziehung**

- Neben der jährlichen Zahnuntersuchung durch eine/einen Zahnärztin/Zahnarzt wird das Thema „Gesundheit“ einmal jährlich in den Mittelpunkt gerückt und mit allen Kindern aller Klassen und Teams besprochen.

### **Hygieneerziehung**

- Besonders der Umgang mit den Verhaltensregeln beim Kochen und im Umgang mit Krankheiten stehen hier im Fokus unserer Erziehung. Des Weiteren wird das Thema „Hygiene“ im alternierenden Rhythmus an der Südschule behandelt. Aktuelle Themen, bspw. wie ein hygienischer und ordnungsgemäßer Toilettengang für alle Kinder ermöglicht werden kann, werden immer wieder in den Klassen und bei den Sitzungen der Klassensprecher:innen thematisiert.

### **Sexualerziehung**

- Der Umgang mit dem eigenen Körper wird im vierten Schuljahr als Thema behandelt.
- Zudem werden die Schüler:innen der ersten und zweiten Klasse im Zweijahresrhythmus zur Beschäftigung mit dem Thema „Selbstbewusstsein“ und dem Erkennen eigener Grenzen durch die Theaterpädagogische Werkstatt aus Osnabrück mit dem Programm „Die große Nein-Tonne“ angeregt. Hier werden die Schüler:innen auf ihre Gefühle und Ängste hin sensibilisiert, damit sie bei Grenzüberschreitungen „Nein!“ sagen können. In abwechselndem Rhythmus dazu wird dann im dritten und vierten Jahrgang weiterführend das Programm „Mein Körper gehört zu mir!“ gezeigt, in der die Schüler:innen sensibel zu dem Thema „Sexuelle Gewalt“ hingeführt werden und Nein-Gefühle erkennen und kommunizieren lernen sollen.

### **Mobilitätserziehung**

- Um sich in der Welt selbstständig und unabhängig von PKWs bewegen zu können, nehmen die Kinder im vierten Schuljahr an der Radfahrausbildung teil. Hinzu kommen eine regelmäßige Verkehrserziehung zu Beginn eines Schuljahres und die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel bei Ausflügen, wodurch die Kinder mobiler werden sollen. Eine Elternhaltestelle, die sich in Laufnähe befindet, soll dazu beitragen, dass alle Schüler:innen mindestens einen Teil ihres Schulweges möglichst selbstständig bewältigen. Außerdem soll dadurch das Verkehrsaufkommen vor dem Schultor reduziert und die Sicherheit der Kinder gewährleistet werden.
- Seit dem Schuljahr 2025/26 findet an der Südschule jährlich eine Verkehrserziehungswoche statt, in der die Kinder sich entsprechend ihres Jahrgangs mit Verkehrsregeln und dem korrekten Verhalten im Straßenverkehr beschäftigen und dabei

auch den sicheren Umgang mit verschiedenen Fortbewegungsmitteln (Roller, Fahrrad) üben.

## **Medienerziehung**

- Besonders in der heutigen Zeit ist ein „gesunder“ Umgang mit digitalen Medien von großer Bedeutung. Computer und Tablets werden im geschützten Rahmen des Unterrichts nach Anleitung wie selbstverständlich genutzt und zur Informationsbeschaffung verwendet. Dabei wird auch ein kritischer Umgang besprochen, sodass die Kinder einen sinnvollen und selbstständigen Umgang mit digitalen Medien erlernen. Auch klassische Medien werden in der Südschule weiterhin genutzt. Im Rahmen des wöchentlichen Büchereibesuchs können sich die Schüler:innen Bücher ausleihen, die sie privat gerne lesen möchten, oder aber für die Erarbeitung von Projekten benötigen. Außerdem verfügt jede Klasse über eine eigene kleine Bücherei, die in etablierten Leseeinheiten genutzt werden kann. Einmal im Schuljahr veranstaltet die Schule einen Vorlesetag zur Förderung der Lesemotivation, an dem die Kinder sich aussuchen können, welche Geschichte sie gerne hören möchten. Dabei wählen sie aus einem vielfältigen Angebot, da der Großteil des Schulpersonals sich als Vorleser:innen zur Verfügung stellt.

*Äußerer Rahmen:*

## **Zeitliche Maßnahmen**

- An der Südschule beginnt der Unterricht erst um 8.15 Uhr. Die Klassenräume sind jedoch ab 8.00 Uhr geöffnet und durch eine Lehrkraft beaufsichtigt. Durch diesen offenen Unterrichtsbeginn bekommen die Schüler:innen die Möglichkeit, sich erst mal zu orientieren und „in der Schule anzukommen“. Dies hat zur Folge, dass organisatorische und formelle Angelegenheiten aus dem Unterricht ausgelagert werden können und bereits vor dem Unterricht soziale Interaktionen ermöglicht werden.

## **Räumliche Maßnahmen**

- Jede Klasse wird durch die Schüler:innen gestaltet und sauber gehalten, wodurch eine Identifikation mit diesem Raum und dem Klassenmaskottchen (Klassengemeinschaft) entsteht. Dadurch fühlen sich die Kinder in ihrer Klasse wohler. Jedem Klassenraum steht ein zusätzlicher Raum zur Verfügung, der für jeweilige Bedürfnisse genutzt werden kann. Hinzu kommen Differenzierungsräume und die Themenräume (Bewegungs-, Werk- und Kunstraum). Die räumliche Situation ermöglicht häufig die Arbeit in Kleingruppen, wodurch einerseits eine bestmögliche Förderung gewährleistet werden kann und andererseits unruhige Schüler:innen aus angespannten Situationen herausgeholt werden können. Dies wirkt beruhigend auf die Kinder selbst und oftmals ebenso auf den Rest der Klassengemeinschaft.
- Die Schule verfügt außerdem über einen besonderen Lernraum namens „Lernoase“, in dem sozialpädagogische Fachkräfte sowie Mitglieder des multiprofessionellen Teams parallel zum regulären Unterricht besondere Förderangebote (z.B. Lesedetektive,

Zahlendetektive...) umsetzen. Die Lernoase kann außerhalb dieser Aktivitäten zusätzlich als Lernort genutzt werden.

### **Unterstützung durch die OGS**

- Die pädagogischen Mitarbeiter:innen der OGS unterstützen die Lernzeiten der Klassen am Vormittag, um die Schüler:innen noch besser fördern zu können und den OGS-Nachmittag enger mit dem Schulvormittag zu verknüpfen. So können die Kinder in möglichst vielen verschiedenen Kontexten kennengelernt und bestmöglich gestärkt werden.
- Im Vormittagsbereich sind hier Bewegungsherausforderungen aufgebaut, die von den Kindern selbstständig genutzt werden können.
- Kranke Schüler:innen verbleiben nicht in der Klassengemeinschaft, sondern werden einzeln betreut und können sich erholen.

### **Lehrkraftbezogene Maßnahmen**

- Die Südschule achtet nicht nur auf die Gesundheit ihrer Schüler:innen, sondern auch auf die Gesundheit ihrer Lehrer:innen. Es werden Unterrichtsinhalte und -durchführungen gemeinsam im Team geplant, wodurch eine gegenseitige Entlastung stattfindet. Durch regelmäßige Fortbildungen und kollegiale Fallberatungen wird Problemen präventiv, aber auch direkt im Team begegnet. Sollten Lehrkräfte aufgrund von Krankheit oder anderen Umständen eine Anpassung ihres Tätigkeitsfeldes oder individuelle Absprachen im schulischen Rahmen benötigen, ist die Südschule immer bereit, eine gute Lösung für alle Beteiligten zu finden.

### **Unterrichtliche Maßnahmen**

- Weg vom traditionellen Frontalunterricht und hin zu einem offenen und methodisch angeleiteten Unterricht ist unsere Devise. Mit unserem vereinbarten Methodenkatalog werden nicht nur soziale Kompetenzen verbessert, sondern den Kindern ebenfalls die Möglichkeit gegeben, ihrem Bewegungsdrang nachzugehen. Hinzu kommt ein BrainGym-Programm, welches regelmäßig in vielen Klassen genutzt wird, um den Kindern kurze, aber effektive Bewegungsangebote zu ermöglichen.

*Ziele zur Weiterarbeit:*

### **Pausenhof**

- Um den Kindern eine möglichst vielfältige Pausengestaltung zu ermöglichen, gibt es auf unserem Schulhof die Möglichkeit:
  - an einer Kletterwand zu klettern,
  - Turnstangen zu nutzen,

- Ballspiele auf einem extra dafür vorgesehenen Fallschutzboden zu spielen,
- sich auf einem Bewegungsparcours aus Seilen und Holzstäben entlang zu bewegen,
- in der Sandkiste zu spielen
- sowie auf dem Klettergerüst zu klettern und zu rutschen

Zudem stehen umfangreiche Bewegungsflächen zum freien Spiel zur Verfügung. Hierbei haben die Kinder die Möglichkeit, sich mit einem Ausweis verschiedene Spiele aus dem Spielhaus zu entleihen.

## **BrainGym**

- BrainGym wird in vielen Klassen angewendet. Es dient der Steigerung der Leistungsfähigkeit des Gehirns durch körperliche Übungen (z.B. der Überkreuzung der Körpermitte). Insbesondere vor Leistungsüberprüfungen bieten BrainGym-Übungen eine effektive Möglichkeit zur besseren Konzentration und werden deshalb im Schulalltag angewendet.

## **Raumgestaltung**

- In unserer Schule haben wir einen „Ruheraum“ und einen „Bewegungsraum“ eingerichtet. Im Ruheraum haben die Kinder die Möglichkeit, sich zurückzuziehen. Außerdem finden dort Angebote zur Entspannung der Schüler:innen statt. Im Bewegungsraum werden herausfordernde und abwechslungsreiche Bewegungsaufgaben gestellt sowie die Möglichkeit zur freien motorischen Entwicklung geboten.
- Aktuell arbeitet die Südschule intern an einer Weiterentwicklung des Raumkonzepts, welches viele verschiedene Einsatzmöglichkeiten zulässt und ebenso dabei hilft, die vielfältigen Bedürfnisse der Lernenden besser zu berücksichtigen.