

Konzept zur Gesundheitserziehung

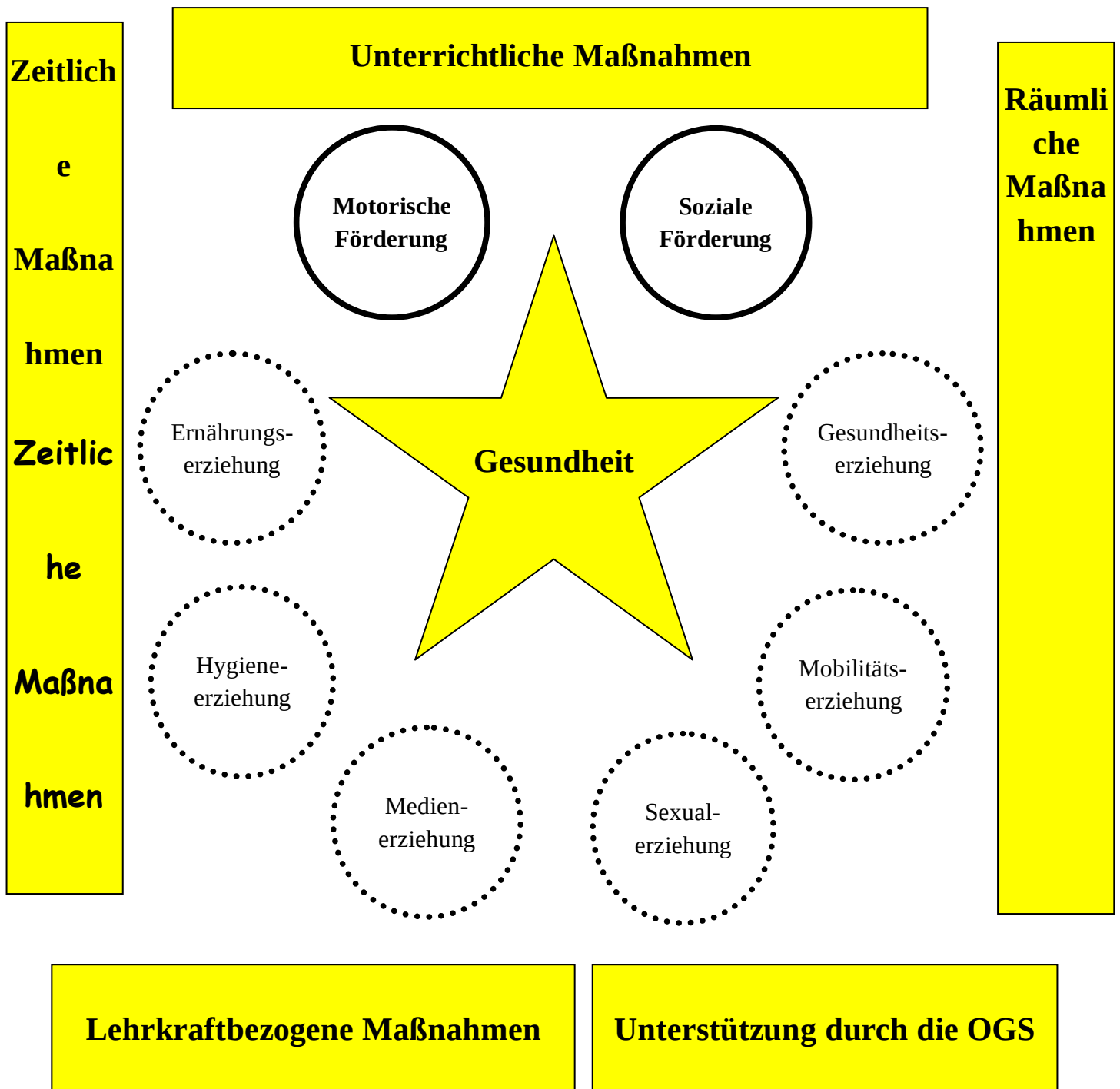
(Stand 08/2026)

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 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 Musikpause 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.

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 Kindern, die die OGS besuchen, ein gemeinsames Mittagessen nach den DGE-Qualitätsstandards angeboten wird. 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.

Gesundheitserziehung

- Neben der jährlichen Zahnuntersuchung durch eine Zahnärztin 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 bei der Essenszubereitung 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 gemeinsam mit den Schüler:innen gestaltet und gepflegt. Durch die aktive Mitgestaltung übernehmen die Kinder Verantwortung für ihren Lern- und Lebensraum und entwickeln eine stärkere Verbundenheit mit ihrer Klasse. Dies trägt dazu bei, dass sie sich in ihrem Klassenraum wohlfühlen und eine positive Klassengemeinschaft entsteht. 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 räumlichen Gegebenheiten ermöglichen eine flexible Gestaltung des Unterrichts und die regelmäßige Arbeit in Kleingruppen. Dadurch können die individuellen Lernvoraussetzungen und Bedürfnisse der Schüler:innen gezielt berücksichtigt und sie bestmöglich gefördert werden. Gleichzeitig bieten die verschiedenen Arbeitsbereiche Möglichkeiten, Kindern bei Bedarf einen ruhigeren Lernort zu geben und ihnen so eine angemessene Lern- und Arbeitsatmosphäre zu ermöglichen. Dies unterstützt sowohl das einzelne Kind als auch ein positives und ruhiges Lernklima innerhalb 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 den OGS-Nachmittag enger mit dem Schulvormittag zu verknüpfen. So können die Kinder in möglichst vielen verschiedenen Kontexten kennengelernt und bestmöglich gestärkt werden.
- 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

- Unser Unterricht orientiert sich an offenen, abwechslungsreichen und methodisch vielfältigen Lernformen. Der vereinbarte Methodenkatalog unterstützt die Entwicklung sozialer Kompetenzen und ermöglicht den Schüler:innen, aktiv und selbstständig zu lernen. Dabei wird auch dem natürlichen Bewegungsbedürfnis der Kinder Rechnung getragen. Ergänzend werden in vielen Klassen regelmäßig kurze Bewegungseinheiten, beispielsweise im Rahmen eines BrainGym-Programms, eingesetzt. Diese bieten den Kindern die Möglichkeit, sich gezielt zu bewegen, neue Energie zu schöpfen und anschließend konzentriert weiterzulernen.

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. Einmal die Woche gibt es außerdem jeweils für zwei Kinder aus jeder Klasse die Möglichkeit, sich eine Auszeit vom Trubel der Hofpause zu nehmen und an einer ruhigen Pause teilzunehmen, die durch eine SEPLerin betreut wird.

Raumgestaltung

- In unserer Schule haben wir einen Bewegungsraum eingerichtet. Dort können herausfordernde und abwechslungsreiche Bewegungsaufgaben gestellt sowie die Möglichkeit zur freien motorischen Entwicklung angeboten werden.
- Aktuell arbeitet die Südschule intern an einer Weiterentwicklung des Raumkonzepts, welches viele verschiedene Einsatzmöglichkeiten zulässt und ebenso dabei hilft, die vielfältigen Bedürfnisse der Kinder im Vormittag sowie im Nachmittag besser zu berücksichtigen.