

Bewegung und Gesundheit

als Profil der Grundschule Klauberg – Akzentuierung und
Auswahl von pädagogischen Leitzielen aus den Bereichen
Unterrichtsqualität, Lern- und Lebensraum Schule und
Steuern und Organisieren

Gesund und fit-
da mach ich mit!

Stand: Februar 2022

Zur Mitte des Schuljahres 2015/2016 entschied sich die Schulgemeinde der Grundschule Klauberg zur Schärfung und Entwicklung eines Schulprofils. Im Hinblick auf bereits bestehende Strukturen bot sich für unseren Standort das Profil Bewegung und Gesundheit an. Dabei ist es uns wichtig, einen breit angelegten Bewegungsbegriff verstanden zu wissen, der nicht auf eine originäre Orientierung im Leistungssport abzielt. Dies schließt natürlich nicht aus, dass besonders begabte Schüler*innen im Zuge der Talentsichtung und Talentförderung besonders unterstützt und gegebenenfalls an die zuständigen Vereine weitervermittelt werden.

Für alle Schüler*innen unserer Schule geht es schwerpunktmäßig um einen Bewegungsbegriff, der die Freude an der Bewegung unterstützt, Bewegungsanreize schafft und somit das Wohlbefinden und die Gesundheit der Kinder stärkt und ihre Aufmerksamkeit auf die Erhaltung dieser lenkt.

Dabei wollen wir sie im Sinne des Spiralcurriculums unterstützen, so dass sie am Ende ihrer Grundschulzeit vielfältige Anreize erfahren haben und ihr Wissen erweitert haben.

Ein weiterer Schwerpunkt ist in diesem Zusammenhang der Gesundheitsaspekt. Auch in diesem Bereich soll unseren Schüler*innen ermöglicht werden, vielfältige Erfahrungen mit ihrer Gesundheit, insbesondere der gesunden Ernährung zu machen, so dass sie in der Lage sind, auf sich zu achten und für das Thema sensibilisiert sind.

Auch die Lehrer*innen sollen im Zuge der Salutogenese Steuerungsmittel und Möglichkeiten erhalten, ihre Gesundheit, insb. die psychische Gesundheit, zu achten, zu erhalten und zu pflegen.

In diesem allgemeinen Zusammenhang haben wir uns auf den Weg gemacht, um folgende Bausteine für uns zu klären, zu festigen oder neu zu implementieren.

Wofür stehen wir? – Slogan

Was wollen wir? Ziele

Unterrichtsqualität

- durch Arbeitsformen und Methoden die Selbstständigkeit der Schüler*innen fördern
- Team und Kooperationskompetenz ausbauen
- Bewegungspausen und tägliche Bewegungszeiten
- Organisations- und Unterrichtsformen ritualisieren
- sinnaktivierendes Lernen zur Steigerung der Wahrnehmungs-, Konzentrations- und Lernleistung
- Gestik, Mimik und Körpersprache verstärkt einsetzen
- Regeln und Rituale für störungsarmes Lernen

Lern- und Lebensraum Schule

- veränderte Sitzhaltung ermöglichen
- für angemessenes Klima, Akustik und räumliche Gestaltung sorgen
- Nischen und Zwischenräume für individuelles Lernen nutzen
- Außenräume für Bewegung, Erholung, Ruhe und Kommunikation auslegen
- situative Bewegungsgelegenheiten ermöglichen
- Risiko und Wagnis durch herausfordernde Gerätemodellierung ermöglichen
- Bewegungssituationen mit Spielgeräten, Pausenspielkisten, Spielfeldern herausfordern

- durch klare Regeln Konflikte reduzieren und wertschätzendes Verhalten anregen
- gesunde Ernährung durch praktische Erfahrungen erlebbar machen
- Erholungs- und Rückzugsmöglichkeiten für Lehrkräfte optimieren
- Kollegiale Fallberatung

Steuern und Organisieren

- Rhythmisierung z.B. durch die Auflösung des 45 Minuten Taktes, Einführung einer Gleitzeit zu Beginn des Schulvormittags, individuelle und klassenbezogene Bewegungspausen während der Unterrichtsblöcke
- Verzicht auf die Fünf- Minuten-Wechsellpause zwischen den Stunden
- systematisches Zeitmanagement: Schulkalender, große Pause als echte Pause schüler- und elternfrei
- verbindliche Beginn- und Schlusszeiten bei Konferenzen und Teamzeiten
- Kollegiale Hospitation
- über Schulrituale die Identifikation mit der Schule steigern
- geeignete Beteiligungsmodelle schaffen (Steuergruppe, Schülerparlament, Klassenrat...)
- Vernetzung mit stadtteilbezogenen Einrichtungen
- bewegte Schulkultur im Schulprogramm verankern und Nachhaltigkeit sichern
- Corporate Identity
- Medien
- Lehrer*innengesundheit

„Die drei Handlungsfelder (Unterrichtsqualität, Lern- und Lebensraum Schule und Steuern und Organisieren) machen das Grundgerüst des Konzepts der Bewegten Schule aus und erfassen übersichtlich die wesentlichen Qualitätsmerkmale des Orientierungsrahmens Schulqualität aus Praxissicht. Sie greifen wie Zahnräder ineinander, so dass jede Aktivität eine Wirkung auf das ganze System erzielt. Der Impuls kann in diesem Wirkungszusammenhang von jedem einzelnen Zahn im „Räderwerk“ ausgehen“ (aus: Schulpädagogik heute, Heft 6 (2012), 3. Jahrgang, S.2).

Im Folgenden werden die einzelnen Punkte näher erläutert bzw. die Schulprogrammbausteine zu den einzelnen Bereichen aufgeführt.

Wofür stehen wir?

Wie oben bereits beschreiben war unser Anliegen, unser schon in vielen Bereichen vorhandenes Schulprofil Bewegung und Gesundheit zu schärfen, zu festigen und zu implementieren. In diesem Zusammenhang machten wir uns als Schulgemeinde auf den Weg zu überlegen, wie ein möglicher Slogan bzw. Leitsatz für unsere Schule aussehen kann. Die Schüler*innen machten sich innerhalb des Klassenrates Gedanken zu diesem Thema, welche dann von den jeweiligen Klassensprechern ins Schülerparlament getragen wurden. Die Schüler*innen reichten dann ihre Vorschläge ein.

Im Rahmen einer Schulpflegschaftssitzung machten sich die Elternschaft gemeinsam mit den Lehrkräften zu diesem Thema Gedanken. Der entstandene Vorschlag wurde in der Lehrerkonferenz einstimmig verabschiedet und anschließend in der Schulkonferenz und im Schülerparlament ebenfalls zur Abstimmung gebracht.

„Gesund und fit – da mach ich mit!“

Was wollen wir? Was sind unsere Ziele

Unsere allgemeinen Ziele zu diesem Profil liegen in verschiedenen Bereichen, die im Folgenden allgemein beschrieben werden. Die genauen Ziele der einzelnen Bausteine werden innerhalb des einzelnen Bausteins benannt und können dort entnommen werden.

Ein Bereich unserer Ziele beschreibt die Ziele für Lehrer*innen, ein Bereich für Schüler*innen, wobei sich beide Bereiche natürlich ergänzen und vernetzen.

Lehrer*innen:

- Handlungssicherheit in schwierigen Situationen gewinnen durch beschriebene Vorgänge, Fortbildungen und Unterstützung durch multiprofessionelle Teams und Gespräche
- Stressbelastung durch erlernte Methoden reduzieren
- Planungssicherheit durch langfristige Terminübersichten und eingehaltene Zeiten gewinnen
- Kenntnisse von Entlastungsmöglichkeiten erlangen und nutzen
- Unterstützung in Belastungssituationen schaffen

Schüler*innen

- Stressbelastung durch erlernte Möglichkeiten erkennen und reduzieren
- Konzentrationssteigerung durch einen Wechsel von Be- und Entlastung erlangen
- Be- und Entlastungssituationen wahrnehmen
- Das allgemeine Wohlbefinden steigern
- Spaß an der Bewegung kennenlernen und erhalten
- Kenntnisse und Erfahrungen mit gesunder Ernährung machen und erhalten

Diese Liste stellt keinen Endpunkt sondern nur die wichtigsten Überlegungen der Ziele dar.

Im Folgenden werden Ideen zu Themenbereichen und Handlungsfeldern genannt, Projektideen zugeordnet und Schwerpunkte vorgestellt.

Bereich	Projektidee	Umsetzung
Pause	Klassen erstellen ein Plakat mit Beschäftigungsmöglichkeiten für die Regenpause	in verschiedenen Klassen wurde die Idee umgesetzt
	Ideen für Spiele sammeln: Klatschspiele, Zeitungstanz, Stopptanz, Freiarbeitsregal, Bewegungskarten, Schulrallye	Ideen werden in den Jahrgangsstufen zusammengestellt
Unterricht	Bewegungspausen und tägliche Bewegungszeiten, sinnaktives Lernen zur Steigerung der Wahrnehmungs-, Konzentrations und Lernleistung	Mappe von Bewegungsliedern und –spielen für jeden Kollegen mit CD (siehe Schulprogrammbaustein), Anwendung der Übungen aus Stressbewältigung durch Achtsamkeit
	Organisations- und Unterrichtsformen ritualisieren	Verbindlicher Start in den Tag mit Vorstellung des Tagesplanes Vorstellung einer Themenleine, Studententransparenz (siehe Schulprofilbaustein)
	Gestik, Mimik und Körpersprache verstärkt einsetzen	Kolleg*innen achten auf Einsatz dieser
	Regeln und Rituale für störungsarmes Lernen	Kolleg*innen achten auf Einsatz dieser
	Durch Arbeitsformen und Methoden die Selbstständigkeit der Schüler*innen fördern	Erstellung eines Methodenbuchs mit geeigneten Methoden, Festlegung von verbindlich durchzuführenden Methoden (siehe Schulprofilbaustein), Ausarbeitung von Methodenzirkeln im Sachunterricht zur spiralcurriculumartigen Umsetzung von Methoden
Schule	Veränderte Sitzhaltung ermöglichen	Kolleg*innen achten auf Erfordernisse, Anschaffung von Sitzkissen zum aktiven Sitzen

	Für angemessenes Klima sorgen	Regelmäßiges Lüften nach Plan (siehe Schulprofilbaustein), Lüftungsdienst wird von Schüler*innen übernommen
	Für angemessene Akustik und räumliche Gestaltung sorgen	Gestaltung des Klassenraums durch in eindeutige Funktionszonen eingeteilte Bereiche, Berücksichtigung des Aspektes bei anstehender Baumaßnahme
	durch klare Regeln Konflikte reduzieren und wertschätzendes Verhalten anregen	• Vereinbarungen für ein gutes Miteinander (siehe Schulprogrammbaustein) • Klassendienste (siehe Schulprofilbaustein) • Trainingsraum (siehe Schulprofilbaustein) • Streitschlichterprogramm (siehe Schulprogrammbaustein)
• Schulhof	Außenräume für Bewegung, Erholung, Ruhe und Kommunikation auslegen	Beim Umbau des unteren Schulhofes wurde auf klare Einteilung der Bereiche geachtet
	Risiko und Wagnis durch herausfordernde Gerätemodellierung ermöglichen	Spielgeräte auf dem unteren Schulhof laden zum Experimentieren mit den eigenen Kräften ein.
	Bewegungssituationen mit Spielgeräten, Pausenspielkisten, Spielfeldern herausfordern	Nutzung der DAK Spieletonne (siehe Schulprofilbaustein), Aufstockung von Pausenspielgeräten für die einzelnen Klassen durch den Schulverein erfolgt,
• Steuern und Organisieren	Rhythmisierung z.B. durch Auflösung des 45 Minuten Taktes, individuelle klassenbezogene Bewegungspausen während der Unterrichtszeit	Zwischen der 1. & 2., 3. & 4. Stunde und der 5. & 6. Stunde findet keine 5 Minuten Pause statt (siehe Schulprofilbaustein), Pausen zwischen den Stunden werden von Lehrer*innen individuell nach Bedarf der Klasse gesetzt

	systematisches Zeitmanagement, verbindliche Beginn- und Schlusszeiten bei Konferenzen und Teamzeiten	Jahresarbeitsplan, Konferenzkultur (siehe Schulprofilbaustein)
	große Pause als echte Pause Schüler- und Elternfrei	alle Kolleg*innen achten auf ihre Pause
	über Schulrituale die Identifikation mit der Schule steigern	○ Verkauf von T-Shirts mit Schullogo durch den Schulverein (siehe Schulprogrammbaustein)
	geeignete Beteiligungselemente schaffen	○ Steuergruppe (siehe Schulprofilbaustein) ○ Schülerparlament (siehe Schulprofilbaustein) ○ Klassenrat (siehe Schulprofilbaustein)
	Vernetzung mit stadtteilbezogenen Einrichtungen	○ Rollhaus (siehe Schulprofilbaustein) ○ Coppelstift (siehe Schulprofilbaustein) ○ weiterführende Schulen (siehe Schulprogrammbaustein)
	Corporate Identity	○ Neuer Schulflyers unter Berücksichtigung unseres Schulprofils (siehe Schulprofilbaustein) ○ benutzerfreundlichen Homepage (siehe Schulprofilbaustein) ○ Zusammenarbeit mit Pressevertretern bei Projekten
• OGS	Ruhezonen schaffen	wurde umgesetzt
• Eltern	Elternhaltestelle einrichten	siehe Schulprogrammbaustein
	Rucksack Schule	siehe Schulprogrammbaustein
	Sportfest mit Eltern organisieren	siehe Schulprogrammbaustein
• Ausflüge	Bewegter Wandertag	wird in Klassen umgesetzt
	Korkenziehertrasse nutzen	wird in Klassen umgesetzt
• Team	Kollegiale Hospitation ermöglichen	Kolleg*innen haben die Möglichkeit nach Absprache eine Kollegiale Hospitation in Anspruch zu nehmen.

	Supervision	Nutzung des Angebotes des Coppelstiftes durch Frau Aydeniz (siehe Schulprofilbaustein)
	Schülerexperten zum Thema Gesundheit und Bewegung	Thema im Schülerparlament (siehe Schulprofilbaustein)
• Feste	Klassenfeste mit Bewegungsaktion (Fahrradparcours, Rollerparcours...)	wird in Klassen umgesetzt (siehe Schulprofilbaustein)
	Alternatives Sportfest jährlich	(siehe Schulprofilbaustein)
• Prävention	Zahnfee	(siehe Schulprofilbaustein)
	Siehst du mich?	(siehe Schulprogrammbaustein)
• Schulsozialarbeit	Werbung für BUT für Sportvereine	wird von Schulsozialarbeiterin angesprochen
	Streitschlichterprogramm	(siehe Schulprogrammbaustein)
	Gruppe Kunterbunt	(siehe Schulprofilbaustein)
• Kooperation mit außerschulischen Partnern	Erste Hilfe für Kinder	Wird regelmäßig durchgeführt
	Austausch mit weiterführenden Schulen (Buddy)	(siehe Schulprofilbaustein)
	Fit for Future – Gesundheitsprojekt DAK	(siehe Schulprofilbaustein)
	Projekt GIK – Stressbewältigung durch Achtsamkeit	(siehe Schulprofilbaustein)
• Projekte	Projektwoche zum Thema	Wird regelmäßig durchgeführt
	Fahrradwettbewerb	(siehe Schulprofilbaustein)
	Teilnahme an Meisterschaften	(siehe Schulprogrammbaustein)
• Ernährung	Regelmäßiges gemeinsames gesundes Frühstück	wird in Klassen umgesetzt
	EU-Schulobstprogramm	(siehe Schulprofilbaustein)
	Frühstückspiraten	(siehe Schulprofilbaustein)
	Zusätzliche Frühstückszeit – offener Anfang	Die Kinder haben von 08:00 Uhr – 08:10 Uhr die Möglichkeit in die Klasse zu kommen und ggf. zu frühstücken.
• Schulweg	Elternhaltestelle	siehe Schulprogrammbaustein
	Grüne Meilen	Teilnahme am Projekt grüne Meilen