


Modellhafter Entwicklungsplan einer fiktiven Volksschule zur Gesundheitskompetenz

Stand: Dezember 2018

Entwickelt im Projekt „Schulen für Gesundheitskompetenz“
von Styria vitalis in Kooperation mit Volksschul-PädagogInnen
im Auftrag des Hauptverbands der österreichischen Sozialversicherungsträger

VOLKSSCHULE
Entwicklungsplan für 3 Jahre: 2019/20 bis 2021/2022

Präambel, Einleitung

Erläuterungen:

Ein Entwicklungsplan ist immer ein standortbezogenes, schul-spezifisches und prozesshaftes Instrument als Basis und strukturelle Unterstützung der jeweiligen Weiterentwicklung. Daher kann ein modellhafter Entwicklungsplan, wie er hier vorliegt, auch nur Anregung sein und niemals ein Modell, das genau in dieser gleichen Weise nachzumachen wäre. Niemand kann Zukunft vorhersehen, daher kann man auch noch nicht wissen, was sich konkret nach dem ersten Jahr Umsetzung entwickeln wird. Jede Schule hat andere Voraussetzungen und Bedarfe, aber auch ihre besonderen Potentiale und kreativen Möglichkeiten. Genau dieses Zusammenspiel dient der Entwicklung des Standortes. Ein Plan kann Wege aufzeigen. Die Umsetzung und die sich daraus ergebenden neuen Ideen und Wege sind jedoch „die Perlen“ am Weg, die es aufzunehmen gilt.

Um einen der vielen möglichen Wege auszuwählen und darzustellen, sind wir von einer fiktiven Schule ausgegangen. Wir hoffen, Sie damit zu inspirieren und wünschen Ihnen ausreichend Zeit zum Innehalten, um viele „überraschende Perlen“ am Weg zu reflektieren und zu entscheiden, ob Sie sie aufnehmen oder nicht.

Präambel der fiktiven Schule:

„Gesundheit ist eine Ressource für das tägliche Leben und Voraussetzung für das Lernen, sowie das Lehren.“ (BMBF) Daher setzen wir als Schule schon viele Jahre verschiedene Maßnahmen zur Förderung der Gesundheit um. Dennoch entsteht immer wieder das Gefühl, dass das nicht ausreicht. Viele Aktivitäten scheinen add-on zu laufen und manche KollegInnen haben den Eindruck, nicht ausreichend Zeit für alle wichtigen Anliegen zu finden, die im Schulalltag integriert werden sollen. Eine Reflexion im Kollegium hat ergeben, dass es den Wunsch gibt, systematischer zum Thema Gesundheit vorzugehen, um genauer wahrzunehmen, wo wir bereits ausreichend Maßnahmen setzen und förderliche Haltungen entwickelt sind, und wo nicht. Zentral ist uns dabei, die Stärkung der Gesundheitskompetenz noch mehr als „add-in“-Strategie anzugehen, um so die Lernprozesse zu erleichtern und unsere Bildungs- und Gesundheitsmaßnahmen nicht mehr getrennt zu sehen.

Auch für die Eltern ist die Stärkung der Gesundheitskompetenz ein wichtiges Anliegen. In der Diskussion im Schulforum haben sie ihre Unterstützung und Mitarbeit zugesagt.

Teil A:

Thema 1	Gesund(es) Lernen Gesundheitskompetenz fördern und nachhaltig im Unterricht und Schulalltag verankern
Zielbilder	<p>SchülerInnen sind in ihrer Gesundheitskompetenz gestärkt, das bedeutet, dass sie verantwortungsvoller mit ihrer Gesundheit umgehen und Entscheidungen treffen, die sie in ihrer Gesundheit stärken.</p> <p>Sie finden und verstehen relevante (Gesundheits-)Informationen, hinterfragen diese kritisch und können ihre Meinung anderen mitteilen (wie es z.B. auch in den Bildungsstandards von Deutsch und Mathematik, bei der IKM und BIST vorgesehen ist). Sie zeigen eine positive Haltung sich selbst und den eigenen Bedürfnissen gegenüber und wissen, was ihnen gut tut und was ihnen schadet. Sie kommen mit anderen gut zurecht und können mit Stress und Konflikten umgehen. Sie wissen, wohin sie sich wenden können, wenn sie Hilfe brauchen.</p> <p>SchülerInnen wenden diese Fähigkeiten im Schulalltag an, stärken ihre Eigenverantwortlichkeit beim Lernen, bewältigen dadurch die Lernanforderungen besser und tragen zu einem positiven Lernklima bei.</p> <p>LehrerInnen haben ihren Unterricht durch Methoden und Materialien zur Förderung der Gesundheitskompetenz weiterentwickelt. Sie verknüpfen die Gesundheitsbildung nachhaltig mit der Gestaltung von Lernanlässen im Schulalltag und beeinflussen so schulische Leistungen positiv. „Kritisches Hinterfragen“ ist ein fixer Bestandteil aller Lerninhalte und Lehrhaltungen, unabhängig davon welches Fach gerade unterrichtet wird.</p> <p>LehrerInnen arbeiten an ihrer eigenen Gesundheitskompetenz, um einerseits Vorbild und glaubwürdig zu sein und andererseits um mit den Herausforderungen des anspruchsvollen Berufs langfristig gut umgehen zu können.</p> <p>Die Schulgemeinschaft hat die Rahmenbedingungen für gesundes Lernen reflektiert und Maßnahmen für eine Verbesserung umgesetzt (z.B. Innen- und Außenräume). Gesundheit ist ein gemeinsamer Wert und die Etablierung einer Gesunden-Lern-Kultur am Schulstandort ein Anliegen. Insbesondere das kritische Denken und Hinterfragen ist als Kultur etabliert.</p> <p>Eltern erweitern ihr Wissen und sind in den Weiterentwicklungsprozess eingebunden. Ihr Bewusstsein für die Themen zur Gesundheitskompetenz und ihre Verantwortung dafür sind geschärft.</p> <p>Die Zusammenarbeit in der Schulgemeinschaft (PädagogInnen, SchülerInnen, Eltern, Schulerhalter) und mit dem Unterstützungssystem (SchulärztInnen, Schulpsychologie, Schulsozialarbeit, BeratungslehrerInnen) hat sich verbessert. Man weiß, wer für was zuständig ist und wie man vernetzt im Sinne von Prävention und Krisenhilfe vorgehen kann.</p>

Rückblick & Ist-Stand

Zur Erhebung von verschiedenen Sichtweisen zum Status quo unserer Schule wurde eine Gesundheitskonferenz mit allen LehrerInnen, eine Diskussion im Schulforum und eine Reflexion der aktuellen schulärztlichen Untersuchung inkl. Zahnstatus durchgeführt.

Die Ergebnisse aus der Gesundheitskonferenz (inkl. Bearbeitung und Auswertung der Checkliste des Leitfadens) zeigen, dass bereits viele Aktivitäten umgesetzt werden (siehe auch Protokoll), sie aber noch willkürlich und unsystematisch erscheinen, sodass wir nicht wirklich wissen, ob sie ausreichend sind. Weiters haben wir das Gefühl, dass wir unser Wissen und unsere Materialien noch stärker austauschen und vernetzter vorgehen müssten. Unsere unterschiedlichen Potentiale in Bezug auf Gesundheitsthemen werden noch nicht gut genutzt.

Es scheint so, als ob Fähigkeiten, wie Konzentration, Ausdauer und respektvolles Miteinander-Umgehen in den letzten SchülerInnen-Generationen nachgelassen hätten. Es kostet viel Kraft, immer wieder die notwendige Aufmerksamkeit für das gemeinsame Lernen einzufordern.

Kritisches Denken und Hinterfragen wurde von uns bisher noch nicht als wichtige Teilkompetenz von Gesundheitskompetenz gesehen. Hier sehen wir viele Verbindungen zum Lehrplan, zum allgemeinen Persönlichkeitsbildungsauftrag und zur frühen Politischen Bildung im speziellen. Auch die Anknüpfung an Sprach- und Lesekompetenz fällt leicht.

Der Getränke- und Kaffeeautomat sorgt schon länger für Diskussionsstoff. Unsere Schul-Außenräume brauchen eine naturnahe Gestaltung. Wir haben festgestellt, dass wir uns sehr selten draußen aufhalten. Hier sehen wir eindeutig Handlungsbedarf. Unsere eigene Gesundheit ist auch nur sporadisch Thema. Das möchten wir regelmäßiger in den Fokus nehmen.

Ergebnisse aus der Diskussion im Schulforum:

Auch die Eltern sind mit dem Angebot im Getränkeautomaten nicht zufrieden. Weiters wird die Mittagsverpflegung als nicht ausreichend gesund und abwechslungsreich wahrgenommen. Kontroverse Diskussionen gibt es zu den Themen: Umgang mit dem Handy im Schulalltag und Schulweg. Eltern haben den Eindruck, dass Hänseleien und Streitereien unter den SchülerInnen zugenommen hätten. In der 3. Klasse werden angsterzeugende Kettenbriefe über das Handy verbreitet. Die Eltern sind daher froh, wenn es Maßnahmen dazu geben könnte.

Ergebnisse der schulärztlichen Untersuchung:

bei 10 % der SchülerInnen wurde Übergewicht diagnostiziert; bei ca. einem Drittel der SchülerInnen wurde Karies festgestellt; ein weiteres Drittel unserer SchülerInnen weist Fußfehlstellungen, Haltungs- oder Wirbelsäulenprobleme auf

Ziele & Maßnahmen für das Schuljahr (1) 2019/2020 (oder auch darüber hinaus)

Ziel 1:	SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern tauchen systematisch in 5 Themenfelder zur Gesundheitskompetenz ein: Bewegung, Ernährung, psychosoziale Gesundheit, Medienkompetenz und Prävention/Versorgung. Sie schärfen ihr Bewusstsein dazu und finden neue Ansatzpunkte, an der Stärkung der Gesundheitskompetenz dranzubleiben.	
	Zeithorizont	Verantwortliche/r
	Schuljahr 2019/2020	SchulleiterIn, alle LehrerInnen
	Indikator/en	Überprüfung/Evaluation
	ein Interesse an den Themen und eine rege Beteiligung an den Übungen und Maßnahmen sind wahrnehmbar; es wird darüber gesprochen; es wird nachgefragt; die Motivation steigt, sich mit den 5 Themenbereichen weiter zu beschäftigen; neue Ansatzpunkte, Ziele und Maßnahmen sind gefunden und beschlossen	<i>Beobachtungen und Austausch in den Reflexionen im Kollegium, Protokolle</i> <i>Dokumentation durch Führen eines individuellen Tagebuches</i> <i>Anzahl der Eltern bei den Elternabenden und Rückmeldungen der Eltern in Gesprächen</i>
Maßnahme 1.1:	Kick-Off im Kollegium: LehrerInnen erhalten eine Einführung zur Gesundheitskompetenz, in die 5 Themenfelder und zur Materialbox (Karteikärtchen mit Übungen, Bücher, weiterführende Tipps, fact sheets) in einer SCHILF. Sie setzen die Reflexion über bereits eingesetzte bewährte Maßnahmen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz fort, die in der Gesundheitskonferenz begonnen wurde. Sie planen eine kleine gemeinsame Aktion oder strukturelle Veränderung, die im Laufe des Schuljahres klassenübergreifend bzw. an der Schule umgesetzt werden sollen. (z.B. Besuch aller Klassen durch eine engagierte SchülerInnengruppe mit Bewegungs-Ringen, um andere SchülerInnen/Klassen zu motivieren, Aktivierungs- und Entspannungsübungen durchzuführen).	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	SCHILF im Oktober 2019, Schulleiterin/Gesundheitsbeauftragte	
Maßnahme 1.2:	Umsetzung von Schwerpunktmonaten zu 5 Themenfeldern in jeder Klasse: Jede LehrerIn arbeitet mit ihrer Klasse am Monatsthema, wählt – je nach Bedarf der Klasse – Übungen aus der Materialbox und verknüpft die neuen Anregungen mit den bereits erprobten Routinen. Jeder Monat startet mit einem Kick-Off, in dem mit den SchülerInnen über das jeweilige Thema philosophiert wird. Jede SchülerIn gestaltet ein (Gesundheits-)Tagebuch, das für die kommenden Jahre als Dokumentation und Erinnerungswerk dient. Die Eltern erhalten einen Elternbrief, der Tipps enthält, wie sie das Thema in ihrer Rolle unterstützen können.	

	<p>Je nach Beschluss aus der SCHILF wird die geplante gemeinsame Aktion klassenübergreifend umgesetzt oder eine strukturelle Veränderung eingeführt. Jeder Schwerpunkt endet mit einer Reflexion mit den SchülerInnen.</p>
	<p>Zeithorizont & Verantwortliche/r</p> <p><i>November 2019: Bewegung</i> <i>Dezember 2019/Jänner 2020: Psychosoziale Gesundheit</i> <i>März 2020: Prävention & Versorgung</i> <i>April 2020: Ernährung</i> <i>Juni 2020: Medienkompetenz</i></p> <p><i>alle LehrerInnen</i></p>
Maßnahme 1.3:	<p>Reflexion und Planung der Schwerpunktmonate im Kollegium: Jeder Schwerpunkt endet mit einer Reflexion im Kollegium (als fixer Tagesordnungspunkt im Team-Jour fix), wo besprochen wird, was es den Kindern bringt, was gut ankommt, wie es sich auf die Klasse und das Lernen auswirkt. Weiters wird eine interne Ideenbörse (Pinnwand, Mappe, Box,...) aufgebaut, um den Austausch der Erfahrungen mit den Methoden und Materialien anzuregen. Lieblingsübungen werden gegenseitig angeleitet und dadurch selbst erlebt. Die Anknüpfungsbeispiele zum Lese- und Spracherwerb werden gesammelt (z.B. Lesen von Kinderbroschüren zum Thema Sonnenschutz). Das Folge-Schwerpunktmonat wird besprochen und wieder eine gemeinsame Aktion oder strukturelle Veränderung beschlossen.</p>
	<p>Zeithorizont & Verantwortliche/r</p> <p><i>Monatlich, November 2019 – Juni 2020, alle LehrerInnen, Leiterin (Vorbereitung und Moderation der Team-Jour fix)</i></p>
Maßnahme 1.4:	<p>Elternarbeit planen und Kick-Off-Elternabend umsetzen: Für die Elternbildung wird die Zusammenarbeit mit dem regionalen Eltern-Kind-Zentrum (oder Ähnliches) gesucht und gemeinsam ein 3-Jahres-Programm für Eltern entwickelt, das Elternvorträge (-workshops) zu allen 5 Themen enthält. Pro Semester ein Elternbildungsangebot, beginnend mit dem SS 2020. In einem Kick-Off-Elternabend im November 2019 an der Schule werden die Eltern zur Gesundheitskompetenz eingeführt, über die kommenden Schwerpunktmonate (inkl. Hausübungen an Eltern und Elternbriefe) informiert und zum Besuch der Folge-Elternangebote animiert.</p>
	<p>Zeithorizont & Verantwortliche/r</p> <p><i>ab September 2019 – Aufbau der Kooperation zum EKIZ, LeiterIn</i> <i>November 2019 - Kick-Off-Elternabend an der Schule, LeiterIn</i> <i>SS 2020 – Elternabend zum Thema Bewegung, EKIZ, LeiterIn</i></p>
Maßnahme 1.5:	<p>Jahres-Abschluss-Reflexion im Kollegium: In einer Abschluss-Konferenz werden die Umsetzungserfahrungen des gesamten Schuljahres zusammen getragen und reflektiert, die Ideenbörse (Materialbox) erweitert und beschlossen, welche strukturellen Maßnahmen weiterhin verfolgt werden sollen. Weiters werden die konkreten Ziele für das kommende Schuljahr festgelegt.</p>

	Zeithorizont & Verantwortliche/r
	<i>Konferenz im Juli 2020, SchulleiterIn, alle LehrerInnen</i>

Ziele & Maßnahmen für das Schuljahr (2) 2020/2021 (oder auch darüber hinaus)

Ziel 1:	SchülerInnen sind in ihrer Gesundheitskompetenz gestärkt; insbesondere im kritischen, eigenständigen Denken.	
	Zeithorizont	Verantwortliche/r (s. Hinweise!)
	<i>ab Schuljahr 2020/2021</i>	alle LehrerInnen
	Indikator/en	Überprüfung/Evaluation
	SchülerInnen stellen häufiger Fragen im Unterricht; SchülerInnen werden häufiger zu Feedback-, Analyse- und Reflexionsschleifen angeleitet; SchülerInnen haben mehr Zeit an ihren Interessen und an eigenen Fragestellungen dranzubleiben	<i>Beobachtung der Kinder, Dokumentation durch Führen eines (Gesundheits-)Tagebuches</i> <i>Unterrichtsreflexion durch die LehrerIn selbst und durch Hospitation</i> <i>Reflexion im Kollegium, Erweiterung der Materialbox</i>
Maßnahme 1.1:	LehrerInnen erweitern ihr Methoden-Wissen zur Förderung von kritischem Denken und reflektieren ihre Haltung dazu. In einer SCHILF wird dazu gearbeitet, was Kindern hilft, Fragen zu stellen, Informationen kritisch zu hinterfragen und sich eine eigene Meinung zu bilden. Im Laufe des Jahres findet dieser Fokus immer wieder Anwendung in der täglichen Arbeit mit den Kindern – egal welches Fach es betrifft. Durch regelmäßige (Selbst-)Reflexion vertieft sich die Haltung.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>SCHILF - Oktober 2020 Umsetzung im Alltag in allen Fächern - laufend</i>	
Maßnahme 1.2:	Einige LehrerInnen aus dem Kollegium besuchen die FB zum „Philosophieren mit Kindern“ (oder „Forschendes Lernen“, „Dialogisches Lernen“) an der Pädagogischen Hochschule und berichten ihre Erkenntnisse in einem Team-Jourfix.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>WS 2020 – interessierte LehrerInnen, LeiterIn</i>	
Maßnahme 1.3:	Weiterarbeit an den 5 Themen innerhalb der Schwerpunktmonate und Präsentation von SchülerInnen für SchülerInnen am Ende eines Schwerpunktmonats: Jede LehrerIn arbeitet mit ihrer Klasse zu den 5 Themen – je nach Bedarf und Stand der SchülerInnen. Zusätzlich werden durch verschiedene Arten von Präsentationen das Erlernte, eine neue Idee oder ein Highlight dargestellt, um hier klassenübergreifend im Austausch zu bleiben.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>Laufend im Schuljahr Schwerpunktmonate wie im ersten Jahr</i>	

Maßnahme 1.4:	Umsetzung der themenspezifischen Elternabende in Kooperation mit dem EKIZ	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	WS 2020 – Elternabend zum Thema Ernährung im EKIZ SS 2021 – Elternabend zum Thema Medienkompetenz im EKIZ	
Ziel 2: Bewegung	Mehr Bewegung und mehr Aufenthalt im Freien in den Schulalltag bringen	
	Zeithorizont	Verantwortliche/r
	<i>Laufend im Schuljahr</i>	LehrerInnen
	Indikator/en	Überprüfung/Evaluation
	es gibt mehr Bewegungsanlässe im Alltag der Unterricht findet häufiger im Freien statt	<i>Reflexion im LehrerInnen-Team, Protokoll (Beobachtungen vorher/nachher)</i>
Maßnahme 2.1:	Jeden Montag gibt es einen kleinen Waldlauf für die ganze Schule (ca. halbe Stunde) in der wärmeren Jahreszeit. Im Winter gibt es stattdessen eine Bewegungseinheit im Turnsaal (auch in Kooperation mit Vereinen), z.B. Skigymnastik, Tanz, Ballspiele. Weiters werden die generellen Turnstunden nicht am Ende des Schulvormittags im Stundenplan geplant, um die gewonnene Aktivität und Konzentration besser für das Lernen nützen zu können.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>jeden Montag-Morgen, halbe Stunde, ab Schulbeginn, laufend im Schuljahr</i> <i>ganze Schule, Aufgabenaufteilung im LehrerInnen-Team</i>	
Maßnahme 2.2:	In Gesprächen mit dem Schulerhalter und im Schulforum werden Möglichkeiten für die Installierung eines „Freiluft-Klassenzimmer“ ausgelotet, z.B. Sitzgelegenheiten im Schatten, damit der Unterricht häufiger auch im Freien stattfinden kann. Nächste Schritte werden geplant.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>Schuljahr 2020/2021, LeiterIn, interessierte LehrerInnen</i>	
Ziel 3: Ernährung	Das Thema Ernährung ist durch 2 weitere Anliegen bearbeitet: <ul style="list-style-type: none"> • Die Ernährungskompetenz und die Naturbeziehung der SchülerInnen der vierten Klassen ist durch das Projekt „Essen in der Wildnis“ weiter gestärkt. • Ein Prozess zur Qualitätsverbesserung von Mittagsverpflegung, Jausen-Zulieferung und Getränke-Angebot ist gestartet. 	
	Zeithorizont	Verantwortliche/r
	<i>Schuljahr 2020/21 – Projekt</i> <i>ab SS 2021 – Angebots-Verbesserung bei Essen und Trinken</i>	KlassenlehrerInnen der 4. Klassen LeiterIn

	Indikator/en SchülerInnen wissen, was man in der Wildnis essen kann und haben ihre Naturerlebnisse reflektiert. Relevante AkteurInnen für die Angebote von Essen und Trinken sind für eine Qualitätsverbesserung gewonnen. Nächste Schritte sind formuliert.	Überprüfung/Evaluation <i>Gespräche mit den SchülerInnen, Projektbericht</i> <i>Protokoll des Runden Tisches</i>
Maßnahme 3.1:	Die beiden vierten Klassen planen ein 2tägiges Projekt in der Natur, das sie gemeinsam mit einem/einer Wildnistrainer/in umsetzen. Dabei liegt der Fokus auf das „Überleben in der Natur“, wo speziell auch das Essen in der Wildnis erlebbar wird.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r <i>WS 2020 – Planung und Vorbereitung, KlassenlehrerInnen</i> <i>April 2021 – Umsetzung des Projektes</i>	
Maßnahme 3.2:	Runder Tisch mit Essens-Zulieferant, Schulerhalter, Elternvertretung, LeiterIn, SchulärztIn und Ernährungs-ExpertIn zur gemeinsamen Reflexion der Qualität und Planung von Verbesserungsschritten bei Mittagsverpflegung, Jausenlieferung und Getränkeautomat.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r <i>ab SS 2021, LeiterIn</i>	
Ziel 4: Prävention & Versorgung	Zum Thema Prävention/Versorgung werden zwei zusätzliche Ziele verfolgt: <ul style="list-style-type: none"> • Die SchülerInnen fühlen sich bei der schulärztlichen Untersuchung wohler und sind ermutigt nachzufragen, wenn sie etwas wissen wollen oder etwas nicht verstehen. • Die Selbstwirksamkeit von SchülerInnen im Umgang mit leichten, häufigen Erkrankungen oder Symptomen (Schnupfen, Husten, Verspannung, Kopf weh, Halsweh...) ist gestärkt. 	
	Zeithorizont	Verantwortliche/r (s. Hinweise!)
	<i>Schuljahr 2020/2021</i>	LeiterIn, SchulärztIn, KlassenlehrerIn
	Indikator/en	Überprüfung/Evaluation
	Der Raum für die Untersuchung ist angenehmer gestaltet. SchülerInnen sind entspannter, interessierter und stellen häufiger Fragen.	<i>Besichtigung, Beobachtung und Gespräche mit SchülerInnen</i>

	SchülerInnen wissen, was man bei leichten, häufigen Erkrankungen tun kann und kennen einfache Möglichkeiten, die sie anwenden können. Eine „Schul-Hausapotheke“ ist entwickelt und vorhanden.	<i>Gespräche, Präsentationen von SchülerInnen Schul-Hausapotheke anschauen</i>
Maßnahme 4.1:	SchülerInnen der 1. und 3. Klasse gestalten den Raum für die schulärztliche Untersuchung so, wie sie ihn für sich angenehm empfinden. Sie besuchen den/die SchulärztIn in der Ordination und stellen im Vorfeld Fragen zur Untersuchung. Der SchulärztIn erklärt in einfachen Worten, was bei der Untersuchung geschieht und wozu diese dient.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>Schuljahr 2020/21, KlassenlehrerInnen der 1. und 3. Klassen</i>	
Maßnahme 4.2:	SchülerInnen der 2. Klasse vertiefen sich zum Thema Kräuter und Umgang bei leichten häufigen Erkrankungen/Symptomen und befüllen eine kleine „Schul-Hausapotheke“ (wirksame Kräutertees, Wärmeflasche, „Beuleneule“, Massageball, Kuscheltier, Entspannungsübungskärtchen, Hände-Wasch-Erinnerungskärtchen, Gesundheits-Gedicht ...). Eltern aus Gesundheitsberufen werden zur Mitarbeit eingeladen.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>Schuljahr 2020/21, KlassenlehrerInnen der 2. Klassen</i>	
Ziel 5: Medienkompetenz	Die Schulgemeinschaft stärkt ihre Medienkompetenz durch eine Vertiefung mit ExpertInnen und reflektiert ihren Umgang mit Handy & Co im Schulalltag.	
	Zeithorizont	Verantwortliche/r
	<i>Schuljahr 2020/2021</i>	LeiterIn, KlassenlehrerInnen
	Indikator/en	Überprüfung/Evaluation
	SchülerInnen verstehen 3 Regeln: 1. Persönliches geheim halten 2. Nicht alles im Internet ist wahr 3. Das Internet vergisst nichts. Und wenden diese an. Sie wissen, wohin sie sich wenden können, wenn sie Angstvolles oder Beunruhigendes im Internet erfahren. Die Materialien- und Ideenbox zur Arbeit im Unterricht ist erweitert. LehrerInnen fühlen sich im nachhaltigen Verankern im Unterricht sicherer.	<i>Quiz oder Gespräche mit SchülerInnen, (Gesundheits-)Tagebuch Befüllung/Erweiterung der Materialbox Reflexion im Kollegium</i>

	Die Hausordnung ist überarbeitet und im Schulforum beschlossen.	<i>Hausordnung, Schulforumsprotokoll</i>
Maßnahme 5.1:	SchülerInnen der 3. und 4. Klasse erhalten Workshops mit safer-internet-ExpertInnen, in denen ein eigenverantwortlicher Umgang mit dem Internet gestärkt wird. Sowohl Potentiale als auch Gefahren des Internets werden erarbeitet.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>WS 2020, KlassenlehrerInnen</i>	
Maßnahme 5.2:	LehrerInnen lernen bei den SchülerInnenworkshops mit, erhalten dadurch neues Wissen, neue Anregungen und Methoden, wie sie Medienkompetenz nachhaltig in den Unterricht verankern können. In einer Projekt-Nachbesprechung erhalten sie Beratung zu ihren offenen Fragen durch die ExpertInnen.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>WS 2020 und SS 2021, KlassenlehrerInnen</i>	
Maßnahme 5.3:	In einer Arbeitsgruppe mit LehrerInnen und Eltern wird die Hausordnung in Bezug auf den Umgang mit Handy und Medien im Schulalltag reflektiert und in einer Schulforumssitzung beschlossen.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>SS 2021, LeiterIn, Kollegium</i>	
Ziel 6: Psychosoziale Gesundheit	Vertiefende Ziele zum Themenbereich Psychosoziale Gesundheit:	
	<ul style="list-style-type: none"> • Es gibt Rückzugsorte für Erholung und für stilles Arbeiten. • Die Arbeit am Thema Gefühle ist klassenübergreifend vertieft. 	
	Zeithorizont	Verantwortliche/r
	<i>Schuljahr 2020/2021</i>	LeiterIn, KlassenlehrerInnen
	Indikator/en	Überprüfung/Evaluation
Orte für Erholung und stilles Arbeiten sind eingerichtet und werden genutzt. SchülerInnen haben verschiedene Übungen zu Gefühle erlebt und darüber reflektiert.	<i>Beobachtung</i> <i>Konzept und Umsetzung des Aktionstages, (Gesundheits-) Tagebuch oder Gefühle-Pass</i>	
Maßnahme 6.1:	Umgestaltung eines „Stille-Raumes“ für Erholung, Entspannung und stilles Arbeiten, zur Nutzung für Lehrer- und SchülerInnen.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>Schuljahr 2020/2021, LehrerInnen, LeiterIn</i>	
Maßnahme 6.2:	Erarbeitung und Umsetzung eines Aktionstages zum Thema Gefühle mit Stationenbetrieb für die ganze Schule.	

	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>Schuljahr 2020/2021, alle LehrerInnen, LeiterIn</i>	
Ziel 7: LehrerInnen-Gesundheit	LehrerInnen steuern ihren Prozess gemeinsam. LehrerInnen-Gesundheit ist explizit Thema.	
	Zeithorizont	Verantwortliche/r
	<i>Schuljahr 2020/2021</i>	LeiterIn
	Indikator/en	Überprüfung/Evaluation
	LehrerInnen beteiligen sich bei Reflexion und Planung. Maßnahmen zur Stärkung von LehrerInnen-Gesundheit sind geplant.	<i>Protokolle</i>
Maßnahme 7.1:	Der Austausch zu den Aktivitäten und Erfahrungen mit den Projekten ist regelmäßiger Tagesordnungspunkt der Team-Jourfix.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>Laufend im Schuljahr 2020/2021, LeiterIn</i>	
Maßnahme 7.2:	Umsetzung einer eintägigen „Gesundheits-Klausur“ im Kollegium am Schuljahresende an einem schönen Ort außerhalb der Schule (z.B. in der Natur), um die bisherigen Schritte zu reflektieren und das kommende Schuljahr vorzubereiten. Besprechung von verschiedenen Potentialen und Stärken im Team und dementsprechende Aufteilung der Themen für die Atelierarbeit im nächsten Schuljahr. Reflexion der eigenen Gesundheit und Finden von Maßnahmen zur Stärkung von LehrerInnen-Gesundheit am Schulstandort.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>Juli 2021, LeiterIn</i>	

Ziele & Maßnahmen für das Schuljahr (3) 2021/2022 (oder auch darüber hinaus)

Ziel 1:	SchülerInnen sind in ihrer Gesundheitskompetenz gestärkt, vertiefen sich vor allem in 3 von 5 Themenbereichen und sind noch mehr in die Gestaltung der Themen-Umsetzung miteingebunden. Die erworbenen Gesundheitskompetenzen sind im Schulalltag und in der Lernkultur erkennbar.	
	Zeithorizont	Verantwortliche/r
	Schuljahr 2021/2022	LeiterIn, KlassenlehrerInnen
	Indikator/en	Überprüfung/Evaluation
	Die 5 Themenbereiche werden als selbstverständlicher Teil des Unterrichts regelmäßig bearbeitet. Die Haltung des kritischen Hinterfragens ist eine Lernkultur im Alltag. Gesundheitskompetenzen sind wahrnehmbar und werden im Lernalltag gelebt (z.B. Entspannung bei Unruhe, kritisches Hinterfragen als Lernhaltung, Aufgreifen und Bearbeitung von aktuellen Situationen/Themen – z.B. Konflikte, Krankheit, Unfall, Schularztuntersuchung, ...)	<i>Selbstreflexion, Reflexion im Kollegium und Hospitation</i>
	Atelierunterricht hat stattgefunden. SchülerInnen konnten die 3 Themen frei wählen und haben maßgeblich die Umsetzung mitbestimmt. Ein Quiz-Pass ist entstanden.	<i>Konzept des Atelierunterrichts, Dokumentation durch Führen eines (Gesundheits-) Tagebuches</i>
Maßnahme 1.1:	Weiterarbeit an den 5 Themen individuell und selbstbestimmt innerhalb der Klassen (anhand der erweiterten Materialbox und der Erfahrungen der vergangenen 2 Schuljahre): Jede LehrerIn arbeitet mit ihrer Klasse zu den 5 Themen – je nach Bedarf und Stand der SchülerInnen. Die Haltung des kritischen Hinterfragens fließt in den Lern-Alltag und themenunabhängig ein.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	Schuljahr 2021/2022, KlassenlehrerInnen	
Maßnahme 1.2:	Atelierunterricht zu den 5 Themenkomplexen – Arbeit mit der erweiterten Materialbox und mit den Ideen der Kinder: Die SchülerInnen dürfen sich altersunabhängig ein Thema auswählen (<i>bei großen Schulen innerhalb der beiden Grundstufen</i>). In dieser altersgemischten Gruppenzusammenstellung wird 5 Wochen lang jeden Freitag in 2 Einheiten Atelierunterricht gearbeitet. Am Ende jedes Atelier-Trimesters gibt es eine Gruppen-Präsentation für die	

	<p>Schulgemeinschaft (zeigen, was gemacht wurde; neue Ideen für den Schulalltag präsentieren, kreative Darstellungen des Erlebten, Quizfragen, Kurzvideos...) Jede SchülerIn hat so die Möglichkeit im Laufe des Schuljahres 3 der 5 Themen durch Atelierunterricht zu vertiefen.</p> <p>Im Zuge des Atelierunterrichts werden zu jedem Thema Quizfragen erarbeitet und daraus ein „Gesundheitskompetenz-Quiz-Pass“ für die Arbeit mit den SchülerInnen der darauffolgenden Jahre erstellt.</p>	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>Trimester-System im Schuljahr 2021/2022, beginnend im Oktober</i>	
	<i>Verantwortliche: Bewegungskompetenz: LehrerIn a Ernährungskompetenz: LehrerIn b Kompetenz in psychosozialer Gesundheit: LehrerIn c Medienkompetenz: LehrerIn d Kompetenz in Versorgung und Prävention: LehrerIn e</i>	
Maßnahme 1.3:	<p>Umsetzung von Erzählcafés: Das freie Erzählen zur Förderung der sprachlichen Ausdrucksfähigkeit und selbstständigen Denkens wird vor kleinem Publikum geübt. Auf ausgewählten Schauplätzen (im Freien, auf kleiner Bühne mit gemütlichem Erzählstuhl) erzählen Kinder, LehrerInnen oder Eltern eine Geschichte, eine Episode oder zeigen ein Erzähltheater. Die Themen können sich z.B. aus der Atelierarbeit ergeben. Eine begrenzte Zuschauerzahl von max. 20 Personen sichert einen kleinen Übungsrahmen. Eine Einladung mit Eintrittskarten zum Abreißen hängt in der Schule aus.</p>	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>3 x pro Schuljahr 2021/2022, LeiterIn, LehrerInnen</i>	
Maßnahme 1.4:	<p>Umsetzung der themenspezifischen Elternabende in Kooperation mit dem EKIZ</p>	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>WS 2021 – Elternabend zum Thema psychosoziale Gesundheit im EKIZ, LeiterIn und EKIZ SS 2022 – Elternabend zum Thema Prävention/Versorgung im EKIZ, LeiterIn und EKIZ</i>	
Ziel 2:	<p>Der Umgang mit SchülerInnen in psychosozialen Krisen ist gestärkt.</p>	
Psychosoziale Gesundheit	Zeithorizont	Verantwortliche/r
	<i>Schuljahr 2021/2022</i>	LeiterIn
	Indikator/en	Überprüfung/Evaluation
	LehrerInnen fühlen sich sicherer, im Wissen, was sie im Anlassfall tun können.	<i>Reflexion im Kollegium Feedbackbögen der FB</i>

Maßnahme 2.1:	Eine SCHILF zum Thema „Umgang mit Kindern psychisch erkrankter Eltern“ wird an der Schule organisiert. Die KindergartenpädagogInnen werden zur Fortbildung eingeladen.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>WS 2021, LeiterIn</i>	
Maßnahme 2.2:	Relevante PartnerInnen aus dem regionalen Unterstützungssystem werden zu einem Kennenlernen und Austausch eingeladen (SchulpsychologIn, SozialarbeiterIn, SchulärztIn, Kinder- und Jugendhilfe,...). Vergangene Anlassfälle werden besprochen, um für zukünftige Herausforderungen gewappnet zu sein.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>WS 2021, LeiterIn</i>	
Ziel 3: LehrerInnen-Gesundheit	Die Rahmenbedingungen für die Konferenzen sind gesünder und dialogfördernder gestaltet.	
	Zeithorizont	Verantwortliche/r
	<i>Schuljahr 2021/2022</i>	LeiterIn
	Indikator/en	Überprüfung/Evaluation
Die Zufriedenheit mit der Konferenzkultur und die Freude am persönlichen Austausch ist gestiegen.	<i>Reflexion im Kollegium</i>	
Maßnahme 3.1:	Konferenzen werden an einen schöneren Ort verlagert (am besten außerhalb der Schule, z.B. Picknick im Freien), um leichter aus dem Alltag auszusteigen und einen reflexiven, dialogischen Austausch zu fördern. Ein gemeinsames Essen vor der Konferenz sorgt für Pause, Stärkung und informelles Ankommen. Es gibt ausreichend Zeit und Moderation, um bei Bedarf in die Tiefe zu gehen und eine gemeinsame Lernhaltung zu pflegen.	
	Zeithorizont & Verantwortliche/r	
	<i>Schuljahr 2021/2022, LeiterIn, Kollegium</i>	
Ziel 4: Nachhaltige Verankerung	Die 3-Jahres-Schwerpunktarbeit zur Gesundheitskompetenz ist abgeschlossen und eine Gesundheits-Kultur an der Schule etabliert.	
	Zeithorizont	Verantwortliche/r
	<i>Juni, Juli 2022</i>	<i>LeiterIn, Kollegium</i>
	Indikator/en	Überprüfung/Evaluation
Bausteine der erworbenen Gesundheitskompetenz und nachhaltige strukturelle Veränderungen sind sichtbar gemacht. Die Art und Weise des Dranbleibens am Thema ist definiert.	<i>Präsentationen am „Tag der Gesundheit“</i> <i>Protokoll Abschluss-Konferenz</i>	

Maßnahme 4.1:	An einem „Tag der Gesundheit“ am Ende des Schuljahres wird einerseits der Schulschluss gefeiert und andererseits die Ergebnisse und Highlights der Arbeit an der Stärkung der Gesundheitskompetenz (der vergangenen 3 Jahre) sichtbar gemacht. Dazu werden einerseits Elemente zu den 5 Themen-Säulen und zu den gewordenen Veränderungen in der Gesundheits-Kultur der Schule dargestellt und andererseits PartnerInnen eingeladen, am Gesundheits-Tag mitzuwirken und Beiträge zu gestalten (Elternverein, Schulpsychologie, Vereine, Eltern-Kind-Zentrum, Apotheke, SchulärztIn...)
	Zeithorizont & Verantwortliche/r
	<i>Juni 2022, LeiterIn, Kollegium</i>
Maßnahme 4.2:	In einer Abschluss-Konferenz wird die Schwerpunktarbeit der vergangenen 3 Jahre reflektiert, Brauchbares und Bleibendes gesammelt, das Dranbleiben am Thema geplant und neue Ziele abgeleitet. In der darauffolgenden Schulforumssitzung (Herbst 2022) werden die Ergebnisse des 3-Jahres-Schwerpunktes präsentiert und das weitere Dranbleiben besprochen.
	Zeithorizont & Verantwortliche/r
	<i>Juli 2022, LeiterIn, Kollegium</i>