

## Checkliste für Gesunde Schulen

Liebe PädagogInnen, liebe Schulleitung!

Mit der folgenden Checkliste könnt Ihr anhand von sieben Bereichen **regelmäßig überprüfen**, wohin sich Eure Schule in Bezug auf Gesundheit und Gesundheitskompetenz entwickelt:

1. Sich zu Gesundheitskompetenz bekennen
2. Gesundheitskompetenz in der Schulentwicklung verankern
3. Den Schulalltag gesundheitsfördernd gestalten
4. Materialien zur Stärkung der Gesundheitskompetenz im Unterricht einsetzen
5. Zur Gesundheit(-skompetenz) von Schulleitung und Schulteam beitragen
6. Eine unterstützende Schulumwelt sicherstellen
7. Regionale Potenziale und Expertisen nutzen

Die Beantwortung der Fragen funktioniert, wie folgt, nach dem Ampelprinzip.

**ROT** = Das Thema fehlt. Hier sind Maßnahmen erforderlich.

**GELB** = Das Thema ist im Entstehen. Es gibt Entwicklungsbedarf.

**GRÜN** = Die Schule ist in diesem Bereich gut aufgestellt. Maßnahmen sind verankert.

**GRAU** = Kann ich nicht beantworten oder spielt an unserer Schule keine Rolle.

Das Kommentarfeld kann für Erläuterungen der jeweiligen Antwort genutzt werden.

| 1. Gesundheitskompetenz fördern   |                       |                       |                       |                       | Kommentar |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------|
| Wir bemühen uns um die Verbesserung der Gesundheitskompetenz unserer SchülerInnen – unter Berücksichtigung ihrer sozialen, kulturellen und ethnischen Herkunft. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |           |
| Wir erheben kritisches Hinterfragen zu einem Leitprinzip. Es ist an der Schule ausdrücklich erwünscht.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |           |
| SchülerInnen sollen an unserer Schule ihr Gesundheitswissen vertiefen und Gesundheitsinformationen verstehen, kritisch hinterfragen und anwenden können.        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |           |
| Die Schulaufsicht unterstützt die Entwicklung der Schule zu einer gesundheitskompetenten Organisation.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |           |
| Der Erhalter stellt finanzielle Ressourcen für die Umsetzung von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung an der Schule bereit.                                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |           |

|  |                       |                       |                       |                       |  |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|
| Uns ist bewusst, dass es in den verschiedenen Gesellschaften der Welt ein unterschiedliches Verständnis von Gesundheit gibt und wir respektieren dies. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|

| <b>2. Gesundheitskompetenz in der Schulentwicklung verankern</b>   |                       |                       |                       |                       | <b>Kommentar</b> |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------|
| Wir integrieren das Thema Gesundheit(-skompetenz) in unseren Schulentwicklungsplan.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Wir haben eine/n Gesundheitsbeauftragte/n im Team.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Für die Förderung der Gesundheit planen wir zeitliche Ressourcen ein.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Für die Förderung der Gesundheit planen wir finanzielle Ressourcen ein.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Wir nutzen die Ergebnisse dieser Checkliste zur (Weiter-) Entwicklung von Zielen und Maßnahmen zur Gesundheit(-skompetenz).                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Wir bemühen uns um gesundheitliche Chancengleichheit (z. B. kostenlose Angebote wie Obstkorb, zusätzliche Bewegungs-, Musikkurse an der Schule). | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |

| <b>3. Den Schulalltag gesundheitsfördernd gestalten</b>  |                       |                       |                       |                       | <b>Kommentar</b> |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------|
| Wir haben bewegungsfreundliche und -anregende Schulräume (Lernwaben, Teppiche, Tische zum Stehen, Sitzbälle, Kippelstühle, ...). | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Der Schulhof ist naturnah gestaltet. Er ist untergliedert, bietet Rückzugs- und Spielräume.                                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Wir achten auf eine gesunde Raumgestaltung (z.B. Luft, Pflanzen, Licht, Farben).   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Wir planen Zeitfenster für mehr Bewegung (z.B. Bewegung zwischendurch, Laufdiktate, bewegte Pausen im Freien) ein.               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Wir fördern aktiv, dass SchülerInnen Wasser trinken (z.B. durch Trinkbrunnen).   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Wir bieten KEINE zuckerhaltigen Getränke an der Schule an (z.B. Kakao, Joghurt, Vanillemilch,                                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |

|  |                       |                       |                       |                       |  |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|
| Getränkeautomat,...).  |                       |                       |                       |                       |  |
| Wir achten auf ein interkulturell gesundes Angebot bei der Mittagsverpflegung, bei Festen und am Schulbuffet (siehe Liste interkulturelle Lebensmittel GET-Materialien). | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir fördern an unserer Schule eine gesunde Jause für SchülerInnen.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir pflegen unsere Teamkultur durch gemeinsame Aktivitäten und regelmäßigen Austausch.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Umweltbewusstsein und Klimaschutz gehören bei uns zur Schulkultur.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir machen Unterricht im Freien (z.B. regelmäßige Waldtage, Einheiten in Freiluftklasse,...).  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| SchülerInnen fühlen sich an unserer Schule wohl und gehen gerne in die Schule.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| SchülerInnen bekommen Angebote, um ihre Kreativität auszuleben.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Der Umgang mit digitalen Medien ist an unserer Schule für alle klar geregelt.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir achten auf einen interkulturell sensiblen und sicheren sowie beschämungsfreien Umgang miteinander (Schulteam, SchülerInnen, Eltern, ...)                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir handeln vorurteilsbewusst und vermeiden Stereotypisierungen.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir schätzen die persönlichen, kulturellen und religiösen Fähigkeiten und Prägungen von SchülerInnen und LehrerInnen.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Die Kinder können untereinander in den Sprachen ihrer Wahl kommunizieren.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir kennen die Lebenswelten und persönlichen Hintergründe unserer SchülerInnen.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |

| <b>4. Materialien zur Stärkung der Gesundheitskompetenz im Unterricht einsetzen</b>   |                       |                       |                       |                       | <b>Kommentar</b> |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------|
| An unserer Schule gibt es Unterrichtsmaterialien zur Stärkung der (interkulturellen) Gesundheitskompetenz der SchülerInnen. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Wir gestalten in allen Schulstufen Unterrichtsstunden zum Thema (interkulturelle) Gesundheitskompetenz (zB.                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |

|   |                       |                       |                       |                       |  |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|
| mit den GET-Materialien).   |                       |                       |                       |                       |  |
| Wir bemühen uns um eine verständliche, schülergerechte Sprache.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir ermutigen SchülerInnen dazu, Informationen kritisch zu hinterfragen und Verständnisfragen zu stellen.                                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir vermitteln, dass Entspannung zwischendurch wichtig ist und bieten Entspannungsmöglichkeiten an.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir bauen regelmäßig kreative Aktivitäten (z.B. Tanz, Musik, Zeichnen, Theater, Poesie,...) im Unterricht ein.                                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir fördern die sozial-emotionalen Kompetenzen der SchülerInnen (z.B. Klassenrat, Konfliktkultur, Umgang mit Gefühlen,...).                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir stärken die psychische Gesundheit der SchülerInnen (z.B. Ermutigung, Mentaltraining, Stärkenportfolio, Resilienzförderung,...).           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Klima- und Umweltschutz bauen wir regelmäßig im Unterricht ein (z.B. GET-Box, Naturexkursionen, Tierprojekte,..)                              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Im Rahmen offener Lerneinheiten können SchülerInnen ihre Lernplätze selbstständig auswählen (z.B. im Freien, am Gang, am Boden, im Gehen,..). | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir reflektieren mit den SchülerInnen Risiken und Chancen der digitalen Welt.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir arbeiten im Unterricht gemeinsam an der interkulturellen Gesundheitskompetenz.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |

| <b>5. Zur Gesundheit(-skompetenz) von Schulleitung und Schulteam beitragen</b>        |                       |                       |                       |                       | <b>Kommentar</b> |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------|
| Wir nehmen an Fortbildungen zum Thema (interkulturelle) Gesundheit(-skompetenz) teil. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Die Schulleitung orientiert sich an den Grundsätzen des „Gesunden Führens“.           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Die Schulleitung reflektiert im Team die Gesundheit am Arbeitsplatz.                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |

|   |                       |                       |                       |                       |  |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|
| Unsere eigene Gesundheit ist uns wichtig, wir machen sie immer wieder zum Thema und leben gesundes Verhalten vor. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| An unserer Schule gibt es Maßnahmen zur PädagogInnengesundheit.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir sind in interkultureller Kompetenz geschult (z. B. Fortbildung).  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Die Schulleitung ist geschult in der Führung von (interkulturellen) Teams.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |

| <b>6. Eine unterstützende Schulumwelt sicherstellen</b>   |                       |                       |                       |                       | <b>Kommentar</b> |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------|
| An unserer Schule gibt es ein Koordinationsteam für herausfordernde Situationen und Krisenfälle (z.B. auffälliges Verhalten, Gewalt, Mobbing, Todesfall, Fluchterfahrungen, ...).   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Wir sind mit schulischen und außerschulischen Unterstützungssystemen gut vernetzt.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Wir haben einen Krisenplan erstellt, in dem die Kontaktadressen der wichtigsten internen und externen Personen/Organisationen (z.B. Schulpsychologe, Schularzt, Mediatorin) gelistet und deren inhaltliche Zuständigkeiten klar definiert sind. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Unser Krisenplan ist für alle Schulangehörigen sichtbar.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Wir haben ein Vorgehen definiert, das in herausfordernden Situationen umgesetzt wird. Wir wissen, was als erstes zu tun ist und welche Schritte folgen.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Wir arbeiten mit interkulturellen Unterstützungssystemen/Personen/Organisationen (z.B. MigrantInnenvereinen, ... ) zusammen.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |
| Dokumente, welche an Eltern und SchülerInnen weitergegeben werden, sind in einfacher Sprache/in mehreren Sprachen/in Bildern gestaltet.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                  |

| <b>7. Kooperationen und Austausch</b> | <b>Kommentar</b> |
|---------------------------------------|------------------|
|---------------------------------------|------------------|

|  |                       |                       |                       |                       |  |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|--|
| Wir arbeiten mit regionalen Initiativen (z.B. Gesunde Gemeinde, Bewegungsinitiativen), Einrichtungen (z.B. Bibliotheken, Biobauernhof, ...) und FachexpertInnen (z.B. ÄrztInnen, ApothekerInnen) zusammen, die uns helfen, Gesundheit(-skompetenz) praktisch erlebbar zu machen. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir vernetzen uns mit Partnerorganisationen (z.B. anderen Schulen in der Region, Kindergärten, Mittelschulen, Schulaufsicht, Gemeinde).  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir tauschen uns zum Thema Gesundheit(-skompetenz) aktiv mit anderen Schulen aus.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir arbeiten mit interkulturellen Initiativen (z.B. MigrantInnenvereinen, ...) zur interkulturellen Gesundheitskompetenz zusammen.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir sind mit anderen Schulen zur interkulturellen Gesundheitskompetenz im Austausch.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |
| Wir achten in der Elternzusammenarbeit die soziale, ethnische und kulturelle Vielfalt der Eltern und berücksichtigen deren Sprachkenntnisse.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |  |

## Auswertung

Pro Standard kann man z.B. jährlich gemeinsam bei einer Gesundheitskonferenz überprüfen, wie oft **rot** (Handlungsbedarf), **gelb** (es passiert bereits einiges, könnte aber mehr sein) und **grün** (hier sind wir bereits gut aufgestellt) gewählt wurden und was sich positiv verändert hat. Wichtig ist auch, dass man sich zu Beginn nicht zu viel vornimmt und Standards auswählt, die man vorrangig behandeln möchte!

Weiterführende Materialien findet ihr hier:

Für die Primarstufe: <https://styriavitalis.at/information-service/downloads/get-materialbox/>

Für die Sekundarstufe: <https://styriavitalis.at/information-service/downloads/get-sekundarstufe/>

Wir wünschen euch eine erkenntnisreiche und erfolgreiche Arbeit mit der Checkliste. Für Rückfragen, wendet euch gerne an: Christina Kelz-Flitsch, [christina.kelz-flitsch@styriavitalis.at](mailto:christina.kelz-flitsch@styriavitalis.at), 0316-822034-50.