

Gesundheitskonzept

Im Rahmen unseres Erziehungs- und Bildungsauftrages kommt dem Aspekt der Gesundheitserziehung eine zunehmende Bedeutung zu. Optische und akustische Reizüberflutungen, falsche und / oder ungenügende Ernährung, mangelnde Bewegung, fehlende Körperhygiene und andere Ursachen wirken sich nachteilig auf die kindliche Entwicklung aus. Wir sind daher als Schule gefordert, negativen Tendenzen entgegen zu wirken und unseren Schülerinnen und Schülern im Schulalltag Möglichkeiten zu einer gesunden Entwicklung zu bieten.

In unterschiedlichen Bereichen versuchen wir an der Albert-Schweitzer-Schule Schüler zu ganzheitlichem gesundheitsbewusstem Verhalten zu erziehen.

Folgende Ziele sind uns wichtig:

- Förderung der Körperwahrnehmung und eine positive Einstellung zur Gesundheit
- Stärkung der persönlichen und sozialen Kompetenzen
- Schulung eines kritischen Umgangs mit Tabak, Alkohol und den Versprechen der Werbung
- Förderung eines gesunden Ernährungsverhaltens
- Unterstützung der Kinder beim gesunden Aufwachsen durch Eltern, Schule und Gemeinde
- Information über Gesundheit, Krankheit, Prävention und Therapie
- Untersuchungen und Überwachung durch den schulärztlichen und jugendzahnärztlichen Dienst

Das aus diesen Zielen heraus sich entwickelnde Konzept setzt sich bausteinartig zusammen:

Gesunde Ernährung

Bereits in den jüngsten Klassen versuchen wir durch praktische Beispiele zu vermitteln, was zu einer gesunden Ernährung zählt und wie man ein Schulfrühstück gestalten kann, das sowohl den Kindern schmeckt als auch gesundheitlichen Aspekten Rechnung trägt. Die folgenden Maßnahmen finden dafür statt:

- Tägliche feste Frühstückszeiten in den Klassen.
- Bilden und fördern von positiven Ernährungsgewohnheiten durch entsprechende Lernangebote zu und zu fördern.
- Bereits erworbene spezifische Ernährungsgewohnheiten der Schüler modifizieren bzw. stabilisieren und neue zu entwickeln.
- Außerhalb der Schule gehen von den Eltern die stärksten Einflüsse auf die Schüler aus. Deshalb ist für eine wirksame Ernährungserziehung die Kooperation mit den Eltern wichtig.

Einen wesentlichen Baustein für das Konzept der gesunden Ernährung bildet unser Hauswirtschaftunterricht.

Der Hauswirtschaftsunterricht umfasst Aspekte zahlreicher lebenspraktischer Bereiche, wie Einkauf, Zubereitung von Nahrungsmitteln, Vor- und Nachbereitung des Arbeitsplatzes und Hygienemaßnahmen. Hinzu kommt das Erlernen wichtiger hauswirtschaftlicher Tätigkeiten wie Putzen, Waschen und der Umgang mit Haushaltsgeräten. Auch das Kennenlernen exotischer Kost und fremder Gerichte ist ebenso Thema, wie regionale und saisonale Küche. Der Unterricht berücksichtigt wesentliche Gesichtspunkte der Ernährungslehre mit dem Schwerpunkt gesunder und ausgewogener Ernährung.

Bereits in der Unterstufe beginnen die Schüler mit dem Einkauf und der Zubereitung einfacher kleiner Gerichte. Im Verlauf der Schulzeit kommt das Erlesen von Rezepten, Vorratshaltung, Umgang mit Geld und viele weitere Themen hinzu, wie z.B. die Zubereitung von Fertiggerichten und Hauptmahlzeiten, gesunde Ernährung bei kleinem Budget etc.

Weitere Bausteine unserer Gesundheitsförderung finden Sie im Präventionskonzept sowie in der Aktiven Pause.