

## **Gesundheitskonzept**

- Jahrgangsstufe 5 bis 8
- Jahrgangsstufe 9 / 10 (z. Z. in Planung)
- Sexualerziehung

## Das Gesundheitskonzept der Reinoldi-Sekundarschule

Zu den Schwerpunkten der Gesundheitsförderung an der Reinoldi-Sekundarschule gehören

- Ernährung
- Bewegung
- Entspannung
- Umgang mit dem Körper (Körperpflege, Sexualkunde usw.)
- sich Wohlfühlen in guter (Lern-) Atmosphäre.

Wir legen besonderen Wert auf die Vermittlung von Wissen über gesunde Ernährung und fördern einen „bewegten“ Schulalltag. Dabei sollten Entspannung und sich Wohlfühlen in entspannter Lernatmosphäre nicht fehlen.

Die Schwerpunkte unseres Konzeptes werden in den folgenden Tabellen für die einzelnen Jahrgangsstufen detailliert dargestellt.

### I. Jahrgangstufe 5-8

<b>Klasse 5</b>
Ganztagsveranstaltungen <ul style="list-style-type: none"> <li>• Projektwoche zum Thema: Gesunde Ernährung</li> <li>• Sponsorenlauf / Pfingstlauf (s. Sportkonzept)</li> <li>• Schneetag (s. Sportkonzept)</li> </ul>
Unterrichtsfächer Naturwissenschaften, Hauswirtschaft, Technik <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheit und Regeln in den Fachräumen</li> <li>• Info Gefahrenstoffe</li> <li>• Lehrplanbezogene Themen (s. Schulinterne Lehrpläne)</li> </ul>
Meditation und Entspannung (s. Soziales Lernen) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gefühle</li> </ul>
Klassenfahrt (s. Fahrtenkonzept) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwerpunkt soziales Lernen</li> </ul>
Sicherheit im Straßenverkehr (s. Verkehrskonzept) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Besuch der Verkehrspuppenbühne</li> <li>• Busschule</li> <li>• ADAC-Sicherheitstraining</li> </ul>
Sportveranstaltungen (s. Sportkonzept)
aktive Pausengestaltung / Spielcontainer <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sport- und Kreativangebote in der Mittagspause (s. Ganztagskonzept)</li> </ul>
während des Unterrichts <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungspausen</li> </ul>

<b>Klasse 6</b>
Ganztagesveranstaltung <ul style="list-style-type: none"> <li>• Thementag /Gesundheitstag <i>Entspannung</i>:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Meditation, Phantasiereisen</li> <li>- Obstspieße- so lecker kann gesundes Essen sein</li> <li>- Pulsmessung- Ist meine körperliche Fitness messbar?</li> <li>- Konflikttraining- Übungen auf der Matte</li> <li>- Kooperationsspiele- Gemeinsame Problemlösung in der Gruppe</li> </ul> </li> <li>• Sponsorenlauf / Pfingstlauf</li> <li>• Schneetag</li> </ul>
Unterrichtsfächer Naturwissenschaften, Hauswirtschaft, Technik <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheit und Regeln in den Fachräumen</li> <li>• Info Gefahrenstoffe</li> <li>• Lehrplanbezogene Themen (s. <i>Schulinterne Lehrpläne</i>)</li> </ul>
Entspannung <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lehrplanbezogene Themen (s. <i>Schulinterner Lehrplan Religion</i>)</li> <li>• Soziales Lernen</li> </ul>
Durchführung des AWO- Workshops: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sexualerziehung</li> </ul>
Sicherheit im Straßenverkehr (s. <i>Verkehrskonzept</i> )
Sportveranstaltungen (s. <i>Sportkonzept</i> )
aktive Pausengestaltung / Spielcontainer <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sport- und Kreativangebote in der Mittagspause (s. <i>Ganztagskonzept</i>)</li> </ul>
während des Unterrichts <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungspausen</li> </ul>

<b>Klasse 7</b>
Ganztagesveranstaltung: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Thementag: Body-Grips-Mobil (DRK) Suchtvorbeugung/Gesundheit</li> <li>• Sponsorenlauf / Pfingstlauf</li> <li>• Schneetag</li> <li>• Waldtag: Erlebnispädagogik</li> </ul>
Unterrichtsfächer Naturwissenschaften, Hauswirtschaft, Technik <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheit und Regeln in den Fachräumen</li> <li>• Info Gefahrenstoffe</li> <li>• Lehrplanbezogene Themen (s. <i>Schulinterne Lehrpläne</i>)</li> </ul>
Klassenfahrt / Skifahrt (s. <i>Fahrtenkonzept</i> ) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportveranstaltungen (s. <i>Sportkonzept</i>)</li> <li>• Sporthelfer</li> </ul>
Erste Hilfe Kurs

<b>Klasse 8</b>
Ganztagesveranstaltung <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sponsorenlauf/Pfingstlauf</li> <li>• Schneetag</li> </ul>
Unterrichtsfach Naturwissenschaften <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheit und Regeln im NW- Raum</li> <li>• Info Gefahrenstoffe</li> <li>• Lehrplanbezogene Themen</li> <li>• Kennenlernen des Suchthilfezentrums / Drogenberatung: Wer hilft mir bei welchem Problem?</li> </ul>
Klassenfahrt/ Skifahrt
Sportveranstaltungen <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sporthelferprojekt</li> </ul>
Erste Hilfe Kurs

### **Jahrgangsstufe 9 / 10 (in Planung)**

<b>Klasse 9</b>
Ganztagesveranstaltung <ul style="list-style-type: none"> <li>• Thementage</li> <li>• Schneetag</li> <li>• Sponsorenlauf / Pfingstlauf</li> </ul>
Unterrichtsfächer Naturwissenschaften, Hauswirtschaft, Technik <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheit und Regeln in den Fachräumen</li> <li>• Info Gefahrenstoffe</li> <li>• Lehrplanbezogene Themen</li> </ul>
Nutzung der Angebote des Suchthilfezentrums / Drogenberatung
Sportveranstaltungen
Verkehrserziehung <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfallverhütung</li> <li>• Mofa-Kurs AG</li> </ul>

<b>Klasse 10</b>
Ganztagesveranstaltung <ul style="list-style-type: none"> <li>• Thementage</li> <li>• Schneetag</li> <li>• Sponsorenlauf / Pfingstlauf</li> </ul>
Unterrichtsfächer Naturwissenschaften, Hauswirtschaft, Technik <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheit und Regeln in den Fachräumen</li> <li>• Info Gefahrenstoffe</li> <li>• Lehrplanbezogene Themen</li> <li>• pro-familia (Babypuppenprojekt)</li> </ul>
Nutzung der Angebote des Suchthilfezentrums / Drogenberatung
Sportveranstaltungen
Verkehrserziehung <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfallverhütung</li> <li>• Mofa-Kurs AG</li> </ul>

## II. Sexualerziehung

Einen besonderen Schwerpunkt legen wir auf die Sexualerziehung. Der partnerschaftliche Umgang miteinander und die multikulturellen Einflüsse innerhalb der heterogenen Schülerschaft sollen bei diesem sensiblen Thema den Schülerinnen und Schülern ausreichend Raum zu persönlicher Entfaltung bieten, ihnen aber auch Gefahren und Grenzen im Umgang mit dem eigenen Körper und mit anderen bewusst machen. Innerhalb des Fachunterrichts, aber auch in verschiedenen Projekten wollen wir das Thema Sexualerziehung in den Fokus stellen. Da die Interessen und der Entwicklungsstand der Schülerinnen und Schüler berücksichtigt werden soll, führen wir in unterschiedliche Jahrgangsstufen die Projekte durch.

### Der AWO-Workshop zur Sexualerziehung Klasse 6

#### a) aktueller Entwicklungsstand

Bisher ist der Workshop in allen Jahrgängen im Klassenverband durchgeführt worden. An 2 Terminen sind 2-4 Mitarbeiter der AWO für ca. 4 Unterrichtsstunden im Klassenraum. In Gesprächen geht es um die Veränderungen im eigenen Körper.

Eigene Erwartungen und persönliche Grenzen werden thematisiert. Mögliche Gefahren im Umgang mit dem Partner / der Partnerin, aber auch der missbräuchliche Umgang durch Erwachsene und das Ausnutzen von Kindern werden diskutiert.

#### b) Perspektiven

Der Workshop soll weitergeführt werden.

In der Jahrgangsstufe 9/10 soll ggf. das Babypuppenprojekt eingeführt werden. Dort können Jugendliche für einen Zeitraum von einigen Tagen Simulationspuppen leihen, die ihnen die Verantwortung und den Umgang mit Babys deutlich machen.