

## ***Gesundheitskonzept***

Nach der Definition der WHO ist Gesundheit die Summe der seelischen, körperlichen und sozialen Faktoren, die individuell für den Einzelnen diesen Zustand ausmachen.

**"Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts"  
(Schopenhauer)**



Wir verstehen unser Gesundheitskonzept nicht nur als Bestandteil des Sachunterrichts, sondern als integralen Bestandteil des Schullebens und des Schulprogramms der Schule.

## 1. Bewegung im Unterricht

- Bewegungspausen im Unterricht
- Entspannungsübungen im Unterricht
- Methodenbezogenes Bewegen (z.B. Rollenspiele, Werkstattunterricht, Stationsarbeit ...)
- Themenbezogenes Bewegen

## 2. Pausengestaltung

- Für eine bewegungsfreudige Pausengestaltung besitzt jede Klasse eine
- Spielkiste mit Kleinspielzeug
- Die SchülerInnen können auf dem Schulhof Torwandschießen und Basketball spielen
- Es gibt Pedalos, Stelzen, Seilchen, Ringe u. v. m.
- Außerdem gibt es zwei Tischtennisplatten, Klettergeräte, Balancierstangen u. v. m.
- Die SchülerInnen dürfen sich in der Pause auf dem ganzen vorderen
- Schulgelände und im Freiluftklassenzimmer bewegen
- Freiluftklassenzimmer

## 3. Sport/Schwimmen

*Weder im Sport- noch Schwimmunterricht dürfen Schmuck oder Uhren getragen werden!*

*Eine angemessene Sportkleidung ist zwingend notwendig!*

*SchülerInnen mit Warzen dürfen nur nach ärztlicher Rücksprache schwimmen gehen.*

- Klasse 1 + 4: 3 Stunden Sportunterricht
- Klasse 2: 1 Stunde Sport- und 2 Stunden Schwimmunterricht (1. Halbjahr)
- Parallelklasse im 2. Halbjahr
- Klasse 3: 1 Stunde Sport- und 2 Stunden Schwimmunterricht (1. Halbjahr)
- Parallelklasse im 2. Halbjahr
- Kooperationen mit Partnern aus dem Sportbereich, z.B. TBV, TV-Lemgo, TV Kirchheide – Handball, Schwimmen
- Kooperationen mit Eltern, Großeltern
- Kooperationen mit den Stadtwerken und dem Kreissportbund
- Wenn möglich: 1 Std. Schwimmunterricht extra für die Nichtschwimmer der Schule – Kooperation mit den Stadtwerken Lemgo

## 4. Musik

- Kleine und große Theaterstücke
- Bewegen nach Musik
- Rhythmik im Deutsch,- Englisch,- und Mathematikunterricht

## 5. Gesunde Ernährung

- Bereits am ersten Elternabend werden die Eltern gebeten, ihren Kindern gesunde Lebensmittel als Pausenfrühstück mit in die Schule zu geben. Süßigkeiten sowie süße Säfte sollten weggelassen werden. Nur zu besonderen Anlässen wie Geburtstagen und Karneval dürfen Süßigkeiten mit zur Schule gebracht werden. Einmal im Jahr richten die 4. Klassen mit ihren Lehrern und der Schulleiterin das große gemeinsame gute und gesunde Frühstück auf dem Pausenhof oder in der Turnhalle aus.
- Im Sachunterricht werden viele Themen rund um die Ernährung und den menschlichen Körper thematisiert:
  - Klasse 1: Zahnhygiene (Tag der Zahngesundheit- Arbeitskreis Zahngesundheit), Körper, gesundes, Frühstück
  - Klasse 2: Zahnhygiene (Tag der Zahngesundheit, Arbeitskreis Zahngesundheit), Obst und Gemüse, die fünf Sinne
  - Klasse 1- 4: Zahnhygiene (Tag der Zahngesundheit, Arbeitskreis Zahngesundheit), gesunde Ernährung
  - Klasse 4: Zahnhygiene (Tag der Zahngesundheit, Arbeitskreis Zahngesundheit), Sexualerziehung, Radfahrausbildung
  - Kooperationen mit Wirtschaftsunternehmen: z.B. Kerrygold – gesundes Frühstück einmal pro Jahr
  - Schulobst NRW - extra Portion Obst

## 6. Sozialtraining

*Alle sind ein Teil der Gemeinschaft!*

- Ich-Stärkung (Selbstwertgefühl)
- Soziale Kompetenzen stärken
- Patenttraining (Klasse 4 als Paten für Klasse 1)
- Wir-Gefühl (z.B. Patenmodell)
- Kommunikation (z.B. Streitschlichtung, Gewaltprävention, Suchtprävention - Medienerziehung)
- Schulprojekte, Schulfeste, Ausflüge, Klassenfahrten, ...
- Die GS Kirchheide ist: „ Schule ohne Rassismus- Schule mit Courage“

## 7. Hygiene im Klassenraum

- Jeder Klassenraum verfügt über ein Waschbecken mit einem fließenden Kaltwasseranschluss. Darüber hinaus ist folgende Ausstattung vorhanden:
- Seifenspender
- Papierhandtücher
- Mülltrennung – Papiermülleimer, gelber Müll, Biomüll
- Information am Waschbecken zum richtigen Händewaschen
- Weitere Infos zur Hygiene: siehe Hygienekonzept/plan
- Hygieneschutzkonzept unter Berücksichtigung der Corona Pandemie.

## 8. Verantwortung der Eltern

- Kranke Kinder verbleiben zu Hause. Sie können in der Schule nicht hinreichend betreut werden.  
Die Eltern informieren die Schule morgens telefonisch oder per E-Mail.
- Bei längerer Erkrankung erfolgt die Entschuldigung schriftlich oder ggf. mit Attest.
- Kinder, die von Läusen befallen sind, müssen so lange dem Unterricht fern bleiben, bis sie Läuse- und Nissenfrei sind.

## 9. Außerschulische Unterstützung

- Schuleingangsuntersuchung der zukünftigen Erstklässler durch die Amtsärztin/den Amtsarzt
- Besuch des Schulamtszahnarztes
- regelmäßige Unterrichtseinheiten in allen Klassenstufen zur Zahnprophylaxe, in Kooperation mit dem Arbeitskreis Zahnmedizin
- Informationsflyer des Gesundheitsministeriums für die Eltern: „Hygiene- und Vorsichtsmaßnahmen“ bezüglich ggf. auftretender Epidemien (z.B. Schweinegrippe o.ä.)
- Info-Briefe/Flyer zu Läusen
- Kooperationen mit lippischen außerschulischen Partnern, z.B. Volkshochschule der Alten Hansestadt Lemgo
- Kooperation mit der AOK – Fitnesstest, Sitzkissen, lebendige Streuobstwiese – Klassenzimmer im Grünen
- Kooperation mit dem Rolfschen Hof
- Kooperation mit an Landwirten der Umgebung
- Kooperation mit dem Schäfer der Umgebung
- Kooperation mit dem ADAC – Warnwesten für Erstklässler
- Kooperation mit Wirtschaftsunternehmen

Aktualisiert: 13.07.2021