

# Gesundheitserziehungs -Konzept

der



Hohwart Grundschule  
Dortmund

## Konzept zur Gesundheitserziehung

Im Rahmen des Erziehungs- und Bildungsauftrages kommt dem Aspekt der Gesundheitserziehung eine immer größere Bedeutung zu. Falsche Ernährung, fehlende Bewegung, Reizüberflutungen durch Medien u.a. wirken sich schädlich auf die kindliche Entwicklung aus.

Wir verstehen die Gesundheitsförderung als gemeinsame Aufgabe aller am Schulleben beteiligten Personen. Sie soll das Arbeiten und Leben der Kinder und Erwachsenen in der Schule positiv beeinflussen. Dazu ist es notwendig, das Bewusstsein für den eigenen Körper und die eigene Gesundheit zu stärken.

Unser Konzept umfasst folgende **Handlungsbereiche**:

### 1. Bewegung und Entspannung

- Bewegungspausen im Unterricht
- Kinesiologie für Kinder
- Schulung der Gleichgewichtsfähigkeit („Guten Morgen, liebes Knie!“)
- Wahrnehmungsspiele
- Entspannungsübungen/Phantasiereisen
- Bewegtes Lernen im Unterricht (Laufdiktate, Ecken-Rechnen, Silben-Klatschen, Stationsarbeit, Bewegungslieder)
- Pausengestaltung mit Spiel- und Klettergeräten, bewegliche Fußballtore
- Sport- und Schwimmunterricht, Fußball-AG
- Teilnahme an den Bundesjugendspielen
- Teilnahme an Wettbewerben: Fußball, Leichtathletik, Turnen
- Wandertage und Klassenfahrten
- Aufsuchen außerschulischer Lernorte

### 2. Ernährung

- Gesunde Ernährung als Thema im SU in jeder Klasse
- Teilnahme am europäischen Schulobstprojekt
- Gemeinsames gesundes Frühstück
- Milchbestellung in allen Jahrgängen
- Vereinbarung zum Wassertrinken

### **3. Körper/Körperpflege/Körperhaltung**

- „Mein Körper“ als SU-Thema in allen Jahrgängen Kinesiologie für Kinder
- Zähne/Zahnhygiene Wahrnehmungsspiele
- Notwendige Maßnahmen bei Krankheiten (z. B. ansteckende Krankheiten, Läusebefall) Pausengestaltung mit Spiel- und Klettergeräten, bewegliche Fußballtore
- Angepasste Tisch- und Stuhlgrößen
- Eigentumsfächer in allen Klassen

### **4. Sexualerziehung**

- Sexualerziehung in allen Jahrgängen
- Teilnahme am Projekt „Mein Körper gehört mir“.

### **5. Sicherheit und Schutz**

- Notfallpläne
- Feueralarmübungen
- Jährliche Sicherheitsbegehungen mit dem Sicherheitsbeauftragten der Schule
- Notfall- Telefonlisten in allen Klassen
- Verkehrserziehung in allen Jahrgängen (In Klasse 1 mit dem Verkehrspolizisten)
- Besuch der Verkehrspuppenbühne
- Radfahrtraining und -prüfung

### **6. Sozialtraining/Soziale Gemeinschaft**

- Projekt „Hilfe, bevor es brennt“
- Projekt „Faustlos“/Klassenrat
- Klassenrat
- Haus- und Pausenordnung
- Schulung und Einsatz von Pausenhelfern
- Einsatz von Integrationshelfern im Unterricht und in der Pause