

AG Gesundheitsförderung

Was? Wir wollen mit Hilfe dieser AG die Gesundheitsförderung an unserer Schule vorantreiben, indem Aspekte zur Bewegung, Entspannung und gesunder Lebensführung in den Schulalltag implementiert werden.

Warum? Eine gesunde, sowohl bewegte als auch entspannte Lebensweise wird in unserer mediendominierten, sitzenden, bewegungsreduzierten Welt immer wichtiger und bietet besonders im Schulalltag sehr viele Möglichkeiten, das Lernen und das Sozialverhalten sinnvoll zu verbessern und zu unterstützen. Viele Kinder bewegen sich viel zu wenig und sind in der Folge unaufmerksam, unruhig und entsprechend ihrer Entwicklungsstufe nicht optimal fit. **Die AG Gesundheit** bemüht sich, wesentliche Aspekte gesunder Lebensweise aufzugreifen und in das Schulleben zu integrieren.

Wie? Konkret wurden und werden folgende Bausteine durch die AG betreut:

- Koordination fest verankerter, schulinterner Veranstaltungen
- Organisation und Durchführung schulübergreifender Veranstaltungen
- Integration von Bewegung in den Unterricht
- Spielgeräteausrüstung in den Pausen
- Ausbildung von Schüler/innen zu Sport Helfern und deren Einsatz im Pausensport
- Einrichtung von Mottostunden für die Kl. 5-7 mit dem Schwerpunkt Sport, Bewegung und Gesundheit
- Einrichtung von Ruhezonen, um Entspannung zu ermöglichen
- Drogenpräventionsprogramm in verschiedenen Jahrgängen
- Schulhofsportturniere
- Teilnahme an Schulwettkämpfen und Turnieren

Gesunde Realschule Jöllenbeck

Projekte und Angebote für alle Jahrgangsstufen



Körper & Bewegung

Pausensport
Spielgeräteausleihe
Sporthelfer
Schülermannschaften
Tag der Bewegung & Entspannung (mit Sponsorenlauf)
Motto Sport in der Erprobungsstufe



Ernährung

Schwerpunkt
Ernährung in Klasse 5&6



Liebe & Sexualität

Kooperation mit Frauenärztin
geschlechtsspezifische Gruppen im Sexualekundeunterricht
Weltaidstag



Suchtprävention

Kooperation mit Drogenberatung Bielefeld
Theaterprojekt „Natürlich bin ich stark“
Präventionsschwerpunkte in einzelnen Jahrgangsstufen
BE SMART-Wettbewerb



Soziale & emotionale Gesundheit

Buddy-Projekte
Schulsanitätsdienst
Schulhofturnier
Schüler helfen Schülern
Sozialtraining
Beratungsangebot



Gesundheitsprojekte allgemein

Weltaidstag
Tag gegen Lärm

Gesunde Realschule Jöllenbeck

Zusätzliche Schwerpunkte in den Jahrgangsstufen

5

Gesunde Ernährung

6

Suchtprävention:
„BE SMART-don't start“

7

Suchtprävention:
„Natürlich bin ich stark“

8

Liebe & Sexualität:
Kooperation mit Frauenärztin

9

Suchtprävention:
Alkohol

10

Suchtprävention:
Allgemein