

Besondere Angebote

„ Im Rahmen des Arbeitsfeldes Schule & Gesundheit bemühen wir uns um die Einhaltung und Förderung von körperlicher, geistig-seelischer und sozialer Gesundheit aller Mitglieder der Schulgemeinde. Dabei achten wir besonders auf die Bereiche Ernährungs- und Verbraucherbildung, Sucht- und Gewaltprävention sowie Bewegungserziehung.“ (Zitat aus dem Schulprogramm der Justus-Liebig-Schule S. 20)

Die Justus-Liebig Schule engagiert sich in besonderer Weise für die Gesundheitserziehung und Gesunderhaltung der Lehrer- und Schülerschaft. Als Anerkennung dafür wurden der Schule am 01.10.2013 insgesamt vier Teilzertifikate aus dem Bereich „Schule und Gesundheit“ verliehen:

- **Ernährungs- und Verbraucherbildung**
- **Bewegung und Wahrnehmung**
- **Sucht- und Gewaltprävention**
- **Gesundheit von Lehrerinnen und Lehrern**

Sie finden im Folgenden Beispiele, wie sich die Gesundheitserziehung in den jeweiligen Teilbereichen gestaltet:

Ernährungs- und Verbraucherbildung:

- Informationsveranstaltung zu Ernährungsangeboten im Rahmen der Einschulung der neuen Fünftklässler
- vierstündiger Workshop „Gesundes Schulfrühstück“ in Klasse 5
- AG-Angebot Kochen (gesunde Ernährung)
- Schülercafé (gesunde Snacks und Getränke)
- Pausenverkauf (hochwertig belegte Brötchen, Joghurt, Obstsalat, Quark etc.)
- Schulinselmensa (zwei Gerichte zur Auswahl, Salatbar, Frischobst, Tafelwasser - Orientierung an den Vorschlägen der DGE)
- regelmäßige Umfragen und Evaluationen zum Speisenangebot (Mensarat aus Schülern, Eltern und Lehrkräften)
- Behandlung des Themas Ernährungs- und Verbraucherbildung in den Fächern Biologie, Sport sowie Politik & Wirtschaft



Bewegung und Wahrnehmung:

- Präventionsfahrt aller 7. Klassen mit hohem erlebnispädagogischem Anteil
- Schulschulturnkurs in der 8. Klasse
- erlebnispädagogischer Rückenschulturnkurs „Rückgrat-beweisen“ in den Klassen 5 und 6
 - diverse Sport-AGs
 - täglich „Bewegte Pause“ (Ausleihe von diversen Spielgeräten)
 - täglich „Bewegte Mittagspause“
 - „Bewegte Vertretungsstunde“ (bei spontanem Unterrichtsausfall, falls keine Möglichkeit für Vertretung von Fachunterricht gegeben ist) mit Nutzung der Spielgeräte und Bewegungsangebote auf dem Schulhof
 - Spielangebote in den Aufenthaltsräumen (Billard, Tischkicker, Brettspiele)
- Raum der Stille
- Boulderwand (zur Nutzung in Pausen, Freistunden, Vertretungsstunden, Sportunterricht)
- Soccer-Court (zur Nutzung in Pausen, Freistunden, Vertretungsstunden, Sportunterricht)
- Einführung von Bewegung im Unterricht auf Basis der Erkenntnisse der Studie „Schnecke“
- regelmäßig stattfindende Sportfeste (Bundesjungendspiele etc.) - Sponsorenläufe
- Projektwochen mit bewegungsförderndem Angebot
- Kooperation mit Vereinen und externen Spezialisten
- Stundenplan nach dem Lehrerraum-Prinzip (Schülerinnen und Schüler wechseln die Unterrichtsräume, bewegen sich zwischen den Unterrichtsstunden auf dem Schulgelände)
- Schließfächer zur Gewichtsreduzierung der Arbeitsmaterialien von Schülerinnen und Schüler



Sucht- und Gewaltprävention

- Eingangsprogramm in den Klassen 5 und 6 (drei Projektstage zu den Themen Kennenlernen, Kooperation sowie Konfliktanalyse)
- Lions-Quest-Programm in den Klassen 5 und 6 (Ich-Stärkung durch Übungen zur Selbstwahrnehmung und spielerisches Üben eines achtsamen Umgangs miteinander)
- Klassenlehrerstunde in der 5. Klasse
- Sucht-Präventionsfahrt für alle 7. Klassen (Aufklärung, Ich-Stärkung, Teambildungs- und Problemlösungsstrategien)
- Rückenschulkurs „Rückgrat-beweisen“ (Haltungs- und Entwicklungsförderung, Stärkung des Selbstwertgefühls und Selbstbewusstseins)
- Schulschifahrt in Klasse 8 (Ich-Stärkung, Teamarbeit)
- Sucht-Theater-Vormittage in Klasse 8
- Nichtraucher-Programme in unterschiedlichen Klassenstufen
- Mentorenkonzept (ältere Schülerinnen und Schüler begleiten, betreuen bzw. unterstützen jüngere im Schulalltag)
- Zusammenarbeit mit Sucht- und Drogenprävention der Stadt Darmstadt
- Schulsozialarbeit / Notfallgruppe / Kernkrisenteam



Gesundheit von Lehrerinnen und Lehrern

- Lehrerraum-Konzept (Raumgestaltung, Lagerung von Materialien, Kontinuität)
 - Doppelstunden-Konzept (mehr Ruhe und Kontinuität)
 - Ruhepausen (nur Aufsicht führende Lehrkräfte sind in den Pausen ansprechbar)
 - Lehrerruheraum
 - Pädagogischer Tag zum Thema Lehrgesundheit (Burnout-Prophylaxe)
 - Lehrersport (Rückenschule, Yoga-Angebot)
 - Kollegiale Beratung
- Fallbesprechungsgruppe (Zusammenarbeit mit Schulsozialarbeit und Schulpsychologin)



Wir möchten, dass Sie uns unterstützen...

Falls Sie als Eltern daran interessiert sind, sich ebenfalls für die Gesunderhaltung der Schüler- und Lehrerschaft an der Justus-Liebig Schule zu engagieren, so sind Sie herzlich eingeladen, in der Steuergruppe Schule & Gesundheit mitzuarbeiten. Sie können uns aber auch einfach nur Anregungen und Wünsche mitteilen.

Ansprechpartnerin für den Bereich „Schule & Gesundheit“ ist Frau Schmale (E-Mail: frauke@schmale.biz).