



## Regionale Schule mit Grundschule Hiddensee

---

*Die Gesundheit ist wie das Salz: Man bemerkt nur, wenn es fehlt.*

Konzeption: Gesunde Schule

1. Präambel
2. Säulen
3. Umsetzung und Evaluation

### 1. Präambel

*Gesundheit gehört zu den kostbarsten Gütern, die ein Mensch besitzen kann. Also ist es an uns, Bedingungen zu schaffen, um für unsere Schüler, für die Kollegen und für das technische Personal dieses Gut zu erhalten. Der Begriff „Bedingungen“ ist in diesem Sinne sehr weit aufgestellt zu sehen. Er umfasst das Wissen um eine gesunde Lebensführung genauso wie das bewusste Handeln dazu, umfasst die zwischenmenschliche Atmosphäre genauso wie die räumlichen Gegebenheiten und ist die grundlegende Voraussetzung für ein seelisches Wohlbefinden, welches uns starke Persönlichkeiten sein lässt. Diese Bedingungen füllen wir mit Projekten und Angeboten außerschulischer Partner, aber auch mit den vielen kleinen Handlungen und Aufmerksamkeiten im Alltag, denn an apple a day, keeps the doctor away.*

### 2. Säulen

1. Schulkultur und Schulklima
2. Gesundheitskompetenzen der Schüler\*innen, Lehrer\*innen, des schulischen Personals in den Bereichen Ernährung, Stressbewältigung/Entspannung und Suchtprävention
3. Bewegung als Komponente für einen gesunden Körper und einen aktiven Geist

### 3. Umsetzung und Evaluation

Säule	Maßnahme/Umsetzung	Zeit	Verantwortlich	Evaluation
1. Schulkultur und Schulklima	- Umgang untereinander und miteinander		alle	Feedbackbogen durch Kl.-sprecher erstellt/ 2. SHJ
	- Ordnung und Sauberkeit innen und außen/ Blumen/ Pflanzen - Schulgarten		KL GS	
	- Schülergremium stärken		KL, SL	
	- Elterngremium stärken	Regelmäßige Vorinformationen	SL	
	- Raumgestaltung		KL, FL	
	- Außenwirkung durch Ausstellungen/ Feste/ soziale Aufgaben/Homepage (Heideeinsatz/Vorlesetag/SFV-Kuchenbasare)			
	- Zusammenarbeit mit Institutionen u. Eltern		FL, KL	SI-Lehrpläne
	- Frühjahrsputz	März/April	CD + Elternsprecher	
2. Ernährung, Stressbewältigung/ Entspannung und Suchtprävention	- Gesunde Ernährung - wiederkehrendes Thema in HS, Bio, En		FL	EVA in Db
	- Gemeinsame Frühstückspause/ Beachtung der Frühstücksdose		FL	
	- 2 Wochen der gesunden Pause		CG	
	- Entspannungsphasen im Unterricht (GS)			
	- Stressbewältigung – Thema für Klassenrat	Wenn notwendig: Tagesablauf	KL	

	- Suchtprävention - wiederkehrendes Thema Sozialkunde 7/8//Bio/ Ch		FL	
3. Bewegung als Komponente für einen gesunden Körper und einen aktiven Geist	- Spielekiste -> bewegte Pause		JA	EVA in Db
	- Bewegter Unterricht → stärken		alle	
	- Lauf gegen den Hunger		CG	
	- Start der Db mit 1 Bsp. für Bewegung u. Gehirn			