

# Gesund durch die Schule - Gesund durch das Leben

## Leitsatz:

Wir unterstützen unsere Schülerinnen und Schüler dabei, ein gesundes und aktives Leben zu führen und stellen zahlreiche Angebote bereit.

Leitziel	Qualitätsstandards
Wir geben Raum zum Bewegen und zum Entspannen.	Der Sportunterricht wird in vollem Umfang ohne Kürzungen in jeder Jahrgangsstufe durchgeführt.
	Der Stundenplan ist durch angemessene Pausen strukturiert.
	Wir achten auf eine entlastende Aufeinanderfolge der Unterrichtsfächer
	Wir bieten verschiedene AGs im Sport und in der Musik an, die allen Schülerinnen und Schülern offen stehen.
	In den Pausen, Freistunden und am Nachmittag werden Spiel- und Entspannungsangebote zur Verfügung gestellt.
	Alle Schülerinnen und Schüler nehmen jahrgangsbezogen an sportlichen Exkursionen teil
	In der Jahrgangsstufe 5 wird für alle Schüler ein zweistündiger Neigungsbereich angeboten.
	Im SLZ können Schülerinnen und Schüler in Pausen und Freistunden entspannen
	Alle Schülerinnen und Schüler werden ermutigt, mit dem Fahrrad zur Schule zu kommen.
	Alle Schülerinnen und Schüler lernen im Unterricht Meditation und Entspannungsübungen kennen.
Wir gestalten unseren Schulhof bewegungsfreundlich	Unser Schulhof bietet Platz zur körperlichen Bewegung sowie Entspannungszonen.
Wir fördern ein gutes soziales Miteinander	Siehe „persönlichkeitsbildende Erziehung“
Wir entwickeln ein Gesundheitsbewusstsein	Alle Schülerinnen und Schüler beschäftigen sich im Unterricht mehrerer Fächer und in weiteren Projekten mit gesundheitlichen Fragestellungen
Wir führen regelmäßig präventive Maßnahmen durch	Wir bieten regelmäßig gesundheitsbezogene Beratungs- und Informationsveranstaltungen an.
	Alle Schülerinnen und Schüler kennen Ansprechpartner in Krisensituationen
Wir bieten gesunde Ernährung an.	Alle Schülerinnen und Schüler erhalten täglich die Möglichkeit, sich gesund zu ernähren
Wir fördern bewegtes Lernen im Unterricht aller Fächer	Das Kollegium wendet verschiedene Methoden des bewegten Unterrichts an.
	Alle Lehrkräfte werden über den Aspekt „Lernen und Bewegung“ fortgebildet.
Wir schaffen gesundheitsfördernde Rahmenbedingungen	Die Ausstattung aller Räume orientiert sich an den pädagogischen, hygienischen und psychosozialen Standards. Durch bauliche Maßnahmen wurde die Raumakustik verbessert.