

## 11. Gesundheitsförderung und Prävention

In den letzten Jahren hat sich die Schule verstärkt bemüht, Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention in die tägliche Arbeit zu integrieren.

Seit dem Schuljahr 2007/08 nehmen wir an „**Klasse 2000**“ teil, ein Programm zur Gesundheitsförderung, Gewaltvorbeugung und Suchtvorbeugung. Dazu kommt ca. zweimal jährlich eine Gesundheitsförderin in die Schule und führt mit den Kindern grundlegende Unterrichtsstunden zu den jeweiligen Themen durch. Diese Stunden werden durch Lehrerstunden ergänzt, die die Themen abrunden. Mit Hilfe der KLARO-CD werden regelmäßig Bewegungspausen in den Unterricht eingebaut. Im Oktober 2010 wurde unsere Schule mit dem Klasse-2000-Zertifikat für besondere Bemühungen um die Gesundheitserziehung und Persönlichkeitsentwicklung der Kinder ausgezeichnet.

Die „**bewegte Pause**“, auf die wir seit einigen Jahren verstärkt Wert legen, hat wesentlich dazu beigetragen, Aggressionen und Gewalt in Grenzen zu halten. Die Viertklässler leihen in jeder großen Pause an alle Kinder der Schule Bewegungsspiele aus. Ein Spielausweis garantiert, dass die Spiele auch wieder zurückgegeben werden.

Mehrmals haben wir zudem **Projektwochen** mit dem Arbeitstitel „Bewegte Schule“ durchgeführt, in denen Lehrer, Eltern, Trainer aus Vereinen und andere engagierte Menschen verschiedene Bewegungsangebote durchführten.

Der seit 1990 jährlich stattfindende **Lauftag** soll den Kindern das gesunde Laufen „Laufen ohne zu schnaufen“ nahebringen. Auch dabei sind mitlaufende Eltern und Lehrer eingebunden. Strecken zwischen 400 m und 3600 m werden von den Läufern bewältigt.

Seit 2007 nehmen wir außerdem an der Aktion „**zu Fuß zur Schule**“ teil. Seit 2019 zusätzlich am **Projekt Stadtradeln**.

Auch der Förderverein hilft uns, indem er mehrmals jährlich den Kindern ein „**gesundes Frühstück**“ zubereitet.

Seit dem Sommer 2019 nehmen wir am „**Schulobst-Programm-NRW**“ teil. Die Kinder werden dreimal in der Woche mit frischem Obst versorgt, welches uns kostenlos geliefert wird.