

Gesundheitserziehung und Prävention

Gesundheit ist der Zustand des völligen körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheiten und Gebrechen.

Gesundheitserziehung ist die Erziehung zur Förderung und Erhaltung der eigenen Gesundheit.

Der **Gesundheitserziehung** im Sinne einer Gesundheitsvorsorge kommt in heutiger Zeit eine besondere Bedeutung zu. Aufgabe der schulischen Gesundheitserziehung ist es, den Schüler **zu gesundheitsorientiertem Handeln zu befähigen**.

So sollen die Schüler beispielsweise durch Förderung der **Körperwahrnehmung** und **Stärkung sozialer Kompetenzen** und des **Selbstwertgefühls** zu einer **positiven Einstellung ihrer Gesundheit gegenüber** geführt werden. Deshalb nehmen alle Klassen an dem **Projekt „Klasse2000“** teil. In diesem Projekt geht es um die **Gesundheitsförderung und Suchtvorbeugung** in der Grundschule.

Weiterhin ist **gesunde Ernährung** ein wichtiger Punkt in der Gesundheitserziehung der Grundschule. Seit 2006 bietet der Landfrauen-Verein Uslar/Schoningen ebenfalls für die dritten und vierten Klassen Projekte zur gesunden Ernährung an (Milch, Fleisch, Gemüse). Die Kinder der dritten Klassen erhalten nach erfolgreicher **praktischer und theoretischer Prüfung** ihren **Ernährungsführerschein**.

In Form von Werkstätten (Sachunterricht: **UE „Das bin ich“**) bearbeiten unsere Schüler die **Themen** Sinnesorgane und Verdauung. Im Rahmen des Projekts Klasse 2000 werden die Themen Atmung, Wirbelsäule, Weg der Nahrung, Herz und Blutkreislauf sowie Genuss- und Suchtmittel in den vier Schuljahren behandelt.

Aspekte der Gesundheitserziehung und Prävention sind integrierter Bestandteil allen Unterrichts.

Ein anderer Punkt ist die **Hygiene-Erziehung**, zum Beispiel das regelmäßige Händewaschen. Einmal im Jahr steht das Thema Zähne auf dem Programm. Es kommt die Schulzahnärztin zum Überprüfen der Zähne und es wird daraufhin das Zähneputzen im ersten Schuljahr intensiv geübt. Darüber hinaus hält ein Mitarbeiter des Gesundheitsamtes eine jahrgangsspezifische Unterrichtsstunde zum Thema Zähne.

Schließlich richtet sich unser Bestreben ganz allgemein darauf, ein **gesundheitsförderndes Umfeld zu schaffen**, denn Vorbildverhalten, liebevolle Zuwendung, Grenzen und Freiraum zur Selbstbestimmung sind der Schlüssel zu einer gesunden Entwicklung.