



im Schulzentrum Nordkehdingen  
Allwörder Str. 22  
21729 Freiburg  
☎ 04779/923427

## Präventionskonzept

Prävention ist das Zuvorkommen bzw. Vermeiden von Problemen und unerwünschten Entwicklungen.

Im Runderlass des MK vom 03.06.2005 heißt es „Die Schule entwickelt unter Einbeziehung der Schülerschaft und der Erziehungsberechtigten ein Präventionskonzept mit dem Ziel, die heutige und zukünftige Generation vor den gesundheitlichen, gesellschaftlichen, umweltrelevanten und wirtschaftlichen Folgen des Tabak- und Alkoholkonsums sowie des Passivrauchens zu schützen.“

Prävention in der Grundschule sollte jedoch auf ein wesentlich breiteres Spektrum individuell und gesellschaftlich relevanter Bereiche abzielen und damit differenzierter betrachtet werden.

### Ziele der Präventionsarbeit

Alle an unserer Schule ergriffenen Maßnahmen zielen darauf ab, die Gesundheitsressourcen unserer Schüler zu stärken. Dazu gehören einerseits physische Ressourcen wie Fitness und körperliche Leistungsfähigkeit, andererseits psychosoziale Ressourcen wie sozialer Rückhalt (Sozialkompetenz) und Selbstwirksamkeit.

Daher findet an unserer Schule Präventionsarbeit mit verschiedenen Schwerpunkten statt:

1. Vermeiden von Gewalt
2. Vorbeugen gegen Suchtverhalten
3. Anleitung zu gesunder Lebensführung / Wir halten unseren Körper gesund
4. Vermeiden von Misshandlungen oder sexuellem Missbrauch
5. Prävention im Bereich Mobilität

## **1. Vermeiden von Gewalt / Erweiterung von Sozialkompetenz**

Je nach Bedarf wird an unserer Schule ein Sozialtraining für die Klassen 3 und 4 mit einem Sozialpädagogen durchgeführt. Im Rahmen dieser zweitägigen Aktion (mit Übernachtung in der Schule) können klassenspezifische Schwerpunkte gesetzt werden. Diese können zum Beispiel sein: Vertrauensübungen, Übungen zur Zusammenarbeit innerhalb der Lerngruppe, Teamfähigkeit, Akzeptanz und Respekt gegenüber Mitmenschen.

## **2. Vorbeugen gegen Suchtverhalten**

„Zu einer starken Persönlichkeit gehört es, dass man sich in seiner Haut wohlfühlt und dass man Herausforderungen meistert und Konflikte lösen kann ohne zu Alkohol, Zigaretten oder anderen Drogen zu greifen. Diese Fähigkeiten müssen früh gefördert werden, dass heißt schon im Kindergarten und auch in der Grundschule.“ (vgl.: Suchtprävention in niedersächsischen Schulen, S. 12). Im Sachkundeunterricht wird dieser Bereich in Verbindung mit anderen Themen (z. B: Das bin ich, „Nein“ sagen ist erlaubt, Hilfe bei Problemen) aufgegriffen und mit den Kindern bearbeitet.

Der Landkreis Stade bietet über das Gesundheitsamt verschiedene Veranstaltungen zum Thema Suchtverhalten an. Hier werden Eltern von einer Fachkraft für Suchtprävention über Möglichkeiten informiert, durch Erziehung und eigenes Verhalten ihre Kinder auf dem Weg zu einer starken Persönlichkeit zu unterstützen.

## **3. Anleitung zu gesunder Lebensführung / Wir halten unseren Körper gesund**

### Gesunde Ernährung

Insbesondere eine gesunde und ausgewogene Ernährung muss für Kinder immer wieder angeboten und thematisiert werden. Aus diesem Grund übernehmen an unserer Schule in jeder Woche 4 - 5 Mütter die Aufgabe, für alle Kinder ein reichliches, abwechslungs-

reiches und gesundes Frühstücksbuffet zum Selbstkostenpreis anzubieten. Dies wird von den Kindern mit Begeisterung angenommen.

Untersuchungen belegen, dass Kinder zwar oft über ein gutes Ernährungswissen verfügen, sich jedoch häufig nicht danach verhalten. Sie wissen (z.B. auch aus dem Sachunterricht), dass Obst, Gemüse, Getreide- und Milchprodukte zu einer gesunden Ernährung gehören. Fettreiche und süße Lebensmittel werden von vielen Kindern allerdings trotzdem bevorzugt. (vgl. Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen e.V.: „Bärenstarke Kinderkost“, Düsseldorf 2005, S. 9-11).

Deshalb werden an unserer Schule nicht nur im Rahmen des Sachunterrichts die Vorteile einer ausgewogenen Ernährung vermittelt (dies geschieht dort in erster Linie theoretisch mit nur kleineren praktischen Anteilen) In einer „Koch-AG“ haben die Schülerinnen und Schüler der Klassen 3 und 4 die Möglichkeit, ausgewogene Ernährung selbsttätig, über einen längeren Zeitraum zu erproben. Dabei spielt neben der gemeinsamen Zubereitung auch das gemeinsame Essen und Genießen der zubereiteten Speisen eine wichtige Rolle. Die Kinder sollen erleben, dass gesunde Mahlzeiten leicht herzustellen sind und schmecken.

Seit den Herbstferien 2008 bieten wir den Kindern eine „Apfelpause“ an. Pro Woche wird eine Kiste Äpfel von einem Obstbauern gespendet. Die Kinder bereiten die Äpfel zum Verzehr vor und verteilen sie.

Für die Klassen 3 und 4 bieten die Landfrauen in regelmäßigen Abständen Ernährungsprojekte zu verschiedenen Themen (Milch, Kartoffeln, Fleisch etc.) an. Neben theoretischen Aspekten steht hierbei das gemeinsame Kochen im Vordergrund.

### Zahnpflege

Einmal jährlich findet in den Klassen 1 bis 4 eine Untersuchung durch den Schulzahnarzt statt. Zweimal im Jahr wird ein Zahnputztraining vom Gesundheitsamt Stade durchgeführt. Wöchentlich kommen die „Zahnfee“ (Eltern), um mit den Kindern eine Kariesprophylaxe (Elmex Gelée) vorzunehmen.

### Bewegung macht Spaß

Die Schüler erhalten mit einer dritten Sportstunde und dem Spielgeräteverleih in der ersten großen Pause ein zusätzliches Bewegungsangebot.

## Klasse 2000

Ab dem Schuljahr 2009/2010 wird das Projekt Klasse 2000 an unserer Schule in der ersten und zweiten Klasse zum Einsatz kommen.

„Klasse2000 vermittelt Lebens- und Sozialkompetenzen, Gesundheits- und Körperwissen sowie eine positive Einstellung zur Gesundheit mit spielerischen, kindgerechten und interaktiven Methoden. (...) Die Einbeziehung der Eltern erfolgt durch einführende Elternabende, sowie jährliche Elternbriefe und -zeitungen.“ (vgl.: Suchtprävention in niedersächsischen Schulen, S. 16).

### **4. Vermeiden von sexuellem Missbrauch**

In regelmäßigen Abständen (alle 2 Jahre) finden klassenübergreifende Projekte (für die Jahrgänge 1 und 2) zum Thema „Sexueller Missbrauch“ statt. In einer gemeinsam mit „Lichtblick“ (Beratungsstelle in Buxtehude, Ansprechpartnerin Frau Bergmann) vorbereiteten Unterrichtseinheit wird die Problematik des sexuellen Missbrauchs im Rahmen des Sachunterrichts thematisiert. Zu dieser Unterrichtseinheit sehen die Kinder ein kindgerechtes, die Thematik aufgreifendes Theaterstück.

### **5. Prävention im Bereich Mobilität**

Unser Ziel ist es, einen tragfähigen Rahmenplan für den Bereich Mobilität zu erstellen.

### **6. Ausblick**

Im Laufe der kommenden 2 Jahre soll ein erweitertes Bewegungsangebot für die große Pause erarbeitet werden. Außerdem sollten weitere „Präventionsmaßnahmen sexueller Missbrauch“ für die Klassen 3 und 4 angedacht werden.

Klasse	Vermeiden von Gewalt Erweiterung von Sozialkompetenz	Vorbeugen gegen Suchtverhalten	Anleitung zu gesunder Lebensführung - Wir halten unseren Körper gesund	Vermeiden von Misshandlungen o- der sexuellem Missbrauch	Prävention im Bereich Mobilität
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Regeln und deren Bedeutung für das Zusammenleben in der Schule</li> <li>- Konflikte und Möglichkeiten der Konfliktlösung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stärkung der Persönlichkeit:</li> <li>- Integration in die Klassen- und Schulgemeinschaft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundkenntnisse bezüglich Körperpflege, Zahnpflege, Ernährung, Bewegung</li> <li>- Lebensmittel für eine ausgewogene Mahlzeit zusammenstellen</li> <li>- wöchentliches Zähneputzen und regelmäßiger Besuch des Schulzahnarztes</li> <li>- 2 x jährlich Zahnputztraining</li> <li>- „Apfelpausen“</li> <li>- 3. Sportstunde</li> <li>- Klasse 2000: Der Weg der Luft und des Sauerstoffs durch den Körper</li> <li>- Entspannungs- und Bewegungsübungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stärkung der Persönlichkeit:</li> <li>- Integration in die Klassen- und Schulgemeinschaft</li> <li>- Klassenübergreifendes Projekt in Zusammenarbeit mit „Lichtblick“ (Theaterstück)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vereinbarungen und Verhalten im Straßenverkehr: sicherer Schulweg, Verhalten als Fußgänger, Überqueren einer Straße, gesehen werden, als Mitfahrer im Bus und Auto unterwegs, ausgewählte Verkehrszeichen</li> <li>- regelmäßige Verkehrskontrollen in Zusammenarbeit mit der örtlichen Polizeidienststelle</li> </ul>

Klasse	Vermeiden von Gewalt Erweiterung von Sozialkompetenz	Vorbeugen gegen Suchtverhalten	Anleitung zu gesunder Lebensführung - Wir halten unseren Körper gesund	Vermeiden von Misshandlungen oder sexuellem Missbrauch	Prävention im Bereich Mobilität
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Regeln und deren Bedeutung für das Zusammenleben in der Schule</li> <li>-Konflikte und Möglichkeiten der Konfliktlösung</li> <li>- Klasse 2000: eigene Gefühle erkennen und benennen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bedürfnisse und Wünsche unterscheiden</li> <li>- Notwendigkeit von Gütern zur Befriedigung von Bedürfnissen prüfen</li> <li>- Fragen von Mangel und Überfluss</li> <li>- ausgewählte Konsumangebote prüfen und bewerten (Werbung)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- den eigenen Tagesablauf strukturieren</li> <li>- wesentliche Körperteile des Menschen benennen</li> <li>- erste Kenntnisse einer gesunden Lebensführung erwerben</li> <li>- wöchentliches Zähneputzen und regelmäßiger Besuch des Schulzahnarztes</li> <li>- 2 x jährlich Zahnputztraining</li> <li>- „Apfelpausen“</li> <li>- 3. Sportstunde</li> <li>- Klasse 2000: Wirbelsäule und Verdauungsorgane (der Weg der Nahrung)</li> <li>- Ernährungspyramide und Lebensmittelfamilien kennen lernen</li> <li>- Bedeutung von Bewegung für den Körper</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Klasse 2000: eigene Gefühle erkennen und benennen</li> <li>- Klassenübergreifendes Projekt in Zusammenarbeit mit „Lichtblick“ (Theaterstück)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verkehrszeichen</li> <li>- Umsicht im Straßenverkehr</li> <li>- Mit dem Bus unterwegs</li> <li>- gefährliche Situationen</li> <li>- Schulweg beschreiben</li> <li>- regelmäßige Verkehrskontrollen in Zusammenarbeit mit der örtlichen Polizeidienststelle</li> </ul>

Klasse	Vermeiden von Gewalt Erweiterung von Sozialkompetenz	Vorbeugen gegen Suchtverhalten	Anleitung zu gesunder Lebensführung - Wir halten unseren Körper gesund	Vermeiden von Misshandlungen oder sexuellem Missbrauch	Prävention im Bereich Mobilität
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wahrnehmung von Vielfalt in der Gesellschaft</li> <li>- Empathiefähigkeit weiterentwickeln</li> <li>- andere Meinungen zulassen und gelten lassen</li> <li>- Mehrheitsregel als demokratisches Entscheidungsverfahren</li> <li>- Klassenübergreifendes Projekt: Sozialtraining</li> <li>- Klasse 2000: Konflikte mit Ich-Botschaften gewaltfrei lösen</li> <li>- Körpersprache deuten und Gefühle bei anderen erkennen</li> <li>- mit den Gefühlen anderer behutsam umgehen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Klasse 2000: Mit Wut und Angst konstruktiv umgehen</li> <li>- erkennen eigener Stärken und Schwächen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Notwendigkeit der Gesunderhaltung des Körpers erkennen, geeignete Maßnahmen nennen und anwenden</li> <li>- Körperliche und seelische Gefährdungen des Menschen kennen</li> <li>- Koch-AG</li> <li>- Ernährungsprojekte der Landfrauen (Milch, Kartoffeln, Fleisch etc.)</li> <li>- wöchentliches Zähneputzen und regelmäßiger Besuch des Schulzahnarztes</li> <li>- 2 x jährlich Zahnputztraining</li> <li>- „Apfelpausen“</li> <li>- 3. Sportstunde</li> <li>- Klasse 2000: Herz- und Blutkreislauf kennen lernen</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewusstwerden der eigenen Mobilitätssituation</li> <li>- Lehrgänge: „Schulwegsicherheit“, „Sicher mit dem Rad unterwegs“</li> <li>- Verkehrszeichen und -regeln für Radfahrer</li> <li>- regelmäßige Verkehrskontrollen in Zusammenarbeit mit der örtlichen Polizeidienststelle</li> </ul>

Klasse	Vermeiden von Gewalt Erweiterung von Sozialkompetenz	Vorbeugen gegen Suchtverhalten	Anleitung zu gesunder Lebensführung - Wir halten unseren Körper gesund	Vermeiden von Misshandlungen o- der sexuellem Missbrauch	Prävention im Bereich Mobilität
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Klassenübergreifendes Projekt: Sozialtraining</li> <li>- Klasse 2000: Gruppendruck erkennen</li> <li>- „Nein“-sagen in Gruppendrucksituationen</li> <li>- Freunde gewinnen, ein guter Freund sein</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Klasse 2000: Werbebotschaften durchschauen</li> <li>- Zigarettenwerbung kritisch hinterfragen</li> <li>- Was brauche ich zum Glücklichein?</li> <li>- Alkohol und Tabak kritisch beurteilen</li> <li>- Gruppendruck erkennen</li> <li>- „Nein“-sagen in Gruppendrucksituationen</li> <li>- Freunde gewinnen, ein guter Freund sein</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kleiner Erste-Hilfe-Kurs durch den SSD der HRS</li> <li>- Skelett, Muskeln und Gelenke: grundlegende Funktionen beschreiben und Möglichkeiten der Gesunderhaltung nennen</li> <li>- Koch-AG</li> <li>- Ernährungsprojekte der Landfrauen (Milch, Kartoffeln, Fleisch etc.)</li> <li>- wöchentliches Zähneputzen und regelmäßiger Besuch des Schulzahnarztes</li> <li>- 2 x jährlich Zahnputztraining</li> <li>- „Apfelpausen“</li> <li>- 3. Sportstunde</li> <li>- Klasse 2000: Tabak und Alkohol kritisch beurteilen</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verhalten im Verkehr</li> <li>- unterschiedliche Verkehrsmittel</li> <li>- das verkehrssichere Fahrrad</li> <li>- sicher mit dem Rad unterwegs</li> <li>- Radfahrprüfung mit der Polizei</li> <li>- regelmäßige Verkehrskontrollen in Zusammenarbeit mit der örtlichen Polizeidienststelle</li> </ul>



