



# GESUNDHEITS- FÖRDERNDE SCHULE



Die Gesundheit ist das höchste Gut des Menschen. Daher nimmt deren Förderung einen besonderen Stellenwert im fächerübergreifenden Bildungskanon des Gymnasiums Michelstadt ein. Die hierfür erarbeiteten Curricula sowie entsprechende Projekte und Aktivitäten werden in einem durch Kultusministerium und Schulamt verliehenen Zertifikat „Gesundheitsfördernde Schule“ anerkannt.

Notwendige Voraussetzung sind vier zertifizierte Teilmodule. Die Bereiche „Sucht- und Gewaltprävention“, „Ernährung und Konsum“ sowie „Bewegung und Wahrnehmung“ sind bereits erfolgreich zertifiziert. Ein viertes Modul zur „Lehrkräftegesundheit“ ist in Bearbeitung.

## **Sucht- und Gewaltprävention**

Wirkungsvolle Sucht- und Gewaltprävention ist ein besonderer Auftrag der Gesundheitserziehung, da sie stets auf die Stärkung der Persönlichkeit der Schülerinnen und Schüler gerichtet sein muss. Hierzu ruht die gut ausgebaute und vielfältig angelegte innerschulische Beratung und Ausbildung auf mehreren Säulen, unter anderem auf Schulsozialarbeit, Schulseelsorge, Schulpsychologie, Schulmediation und Mobbing-Intervention. Unterstützung wird geleistet durch die Streitschlichter, den Schulsanitätsdienst, die Gruppe „Digitale Helden“, die Vertrauenslehrerinnen und -lehrer sowie Sucht- und Missbrauchspräventionsbeauftragte.

## ***Ernährung und Konsum***

Eine ausgewogene Ernährung gilt als Grundpfeiler gesunder Lebensführung, die Schülerinnen und Schülern nicht zuletzt ideale Voraussetzungen für effektives Lernen ermöglicht. Daher leistet das Angebot der schuleigenen Mensa, welches in Zusammenarbeit mit dem schulinternen Mensabeirat nach den Richtlinien hessischer Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen erstellt wird, wirkungsvolle Unterstützung. Die Projektgruppe „Ernährung und Konsum“ hat ein schulinternes Ernährungscurriculum erstellt und die Lehrküchenausstattung aufgerüstet, sodass ausgewogene Ernährung auch in praktischen Projekten angewendet werden kann (Hygieneschulungen werden stets vorangestellt).

## ***Bewegung und Wahrnehmung***

Der zweite unerlässliche Grundpfeiler gesunder Lebensführung ist ausreichende Bewegung. Hierfür legt das Gymnasium Michelstadt großen Wert darauf, dass möglichst alle Jahrgangsstufen dreistündigen Sportunterricht erhalten. Darüber hinaus hat die gleichnamige Projektgruppe Spielgeräte für die bewegten (Mittags-)Pausen angeschafft, die Pausenhöfe bewegungsfördernd angelegt (Volleyballnetz / Street-Soccer-Feld), die jüngeren Jahrgangsstufen mit Spielekisten ausgestattet (ein großer Dank gilt hier dem Elternbeirat und dem Schulverein für die Unterstützung), ein vielfältiges Angebot an Arbeitsgemeinschaften initiiert und Fortbildungen angeboten, die die Einbeziehung von kurzen Bewegungspausen in den Unterricht zum Ziel hatten.

## ***Lehrkräftegesundheit***

Gesunde Ernährung und ausreichende Bewegung zur Steigerung des Wohlbefindens und der Gesundheit sind für die ganze Schulgemeinde wichtig. In einem weiteren Schritt soll das Augenmerk nun auf die Förderung der Gesundheit der Lehrkräfte gelegt werden.

### **So erreichen Sie uns:**

Gymnasium Michelstadt  
Erbacher Straße 23  
64720 Michelstadt

Tel.: 06061.9599-0

Fax: 06061.71747

sekretariat@gymnasium-michelstadt.de  
www.gymnasium-michelstadt.de

