

Bayerisches Staatsministerium für  
Unterricht und Kultus  
Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



## Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern



gute  
gesunde Schule  
Bayern

- ▶ **GMS Tann**
- ▶ **GS Walburgskirchen**
- ▶ **Projekt im Schuljahr  
2022/23**

# Gute gesunde Schule

## Landesprogramm Bayern

- Gesundheitsbildung: elementarer Bestandteil des Bildungs- und Erziehungsauftrags
- Gesundheitsförderung aller Mitglieder der Schulfamilie: unverzichtbares Element einer nachhaltigen Schulentwicklung
- Über den Unterricht hinaus soll daher die alltägliche Schulpraxis möglichst gesundheitsförderlich gestaltet werden, um entsprechendes Denken und Handeln nach und nach zur Norm werden zu lassen.
- Eine wiederholte Teilnahme am Landesprogramm ist erwünscht, neue Projekte können durchgeführt oder etablierte Programme fortgeführt und weiterentwickelt werden.

# Gute gesunde Schule      Ziele

## ▶ Steigerung von Gesundheit und Wohlbefinden

- ✓ Gesundheitsförderung ist eine schulische Aufgabe mit hoher Bedeutung
- ✓ Projekte sollen zur Steigerung von Gesundheit und Wohlbefinden beitragen.
- ✓ Das "Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern" unterstützt die Schule bei der Durchführung verhaltens- und verhältnispräventiver Maßnahmen

## ▶ Ein Mehr an Gesundheitskompetenz

- ✓ Die verschiedenen Maßnahmen sollen zum Kompetenzerwerb für eine gesunde Lebensweise und zur gesundheitsförderlichen Gestaltung der Lebenswelt beitragen
- ✓ Die Projekte ermöglichen eine partizipative, bedarfs- und bedürfnisorientierte Auseinandersetzung mit dem Thema Gesundheit.

# Gute gesunde Schule

# Ziele

## ► Einsatz für mehr Gesundheit

- ✓ Schulen sollen ihr Engagement im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung zu verstetigen, ausbauen oder neu zu entwickeln.
- ✓ Es dient als niedrigschwelliger Einstieg für Schulen, die sich auf den Weg zu einer guten gesunden Schule machen wollen oder bereits aktiv dabei sind.

## ► Wertschätzung für Gesundheit

- ✓ Durch die Auszeichnung kann die Schule Ihren Einsatz für schulische Gesundheitsförderung nach außen hin präsentieren und das Engagement sichtbar machen!

# Gute gesunde Schule

# Themen

Aus 5 Themenbereichen sollen 2 Projekte umgesetzt werden:

| <b>Themenbereich</b>                        | <b>Verhaltensprävention =<br/>Aufklärung, Bildung,<br/>Kompetenzerwerb</b>   | <b>Verhältnisprävention =<br/>gesundheitsförderliche<br/>Gestaltung der Umwelt und<br/>Gegebenheiten</b>  |
|---|--|---|
|   | <b>Beispiele</b>   | <b>Beispiele</b>  |
| <b>Ernährung</b>                            | Ernährungsinformation und Ernährungsbildung...   | Vermeidung von Süßgetränken, Veränderung des schulischen Angebots (Pausen- und Mittagsverpflegung), gesunde Wahl wird zur einfacheren Wahl (z. B. Nudging)... |
| <b>Bewegung (Spiel- und Sportförderung)</b> | Angebot regelmäßiger Bewegungseinheiten, Live-Workouts, Ergonomie im Schulalltag (z. B. gesundes Sitzen); Einführung neuer Sportangebote z. B. über AGs... | Gestaltung von Lern- und Pausenräumen/Baumaßnahmen; Einführung einer virtuellen „Sporthalle“; gesunde Wahl wird zur einfacheren Wahl (z. B. Nudging)...       |

# Gute gesunde Schule

# Themen

**Entspannung/Wohlbefinden/  
psychische Gesundheit/  
Stressprävention/  
Lebenskompetenzen**

Angebot an  
Entspannungsübungen,  
Resilienz; Förderung der  
Selbstwirksamkeit, Mobbing-  
und Gewaltprävention;  
Zeit- & Selbstmanagement,  
Hygiene,  
Kompetenzaufbau und  
-förderung,  
Konfliktmanagement,  
Krisenbewältigung,  
Krisenmanagement,...

Gestaltung von Lern- und  
Pausenräumen/Baumaßnahmen;  
Zeitmanagement;  
Raumakustik/Baumaßnahmen;  
Rückzugsmöglichkeiten,  
Schulklima...  
digitale Gesprächs- und  
Unterstützungsangebote,  
Krisenbewältigung,  
Krisenmanagement,...

---

**Suchtprävention**

Aufklärung,  
Präventionsprogramme (Tabak,  
Alkohol, Cannabis,  
Medienkonsum etc.)...  
Digitalisierung und ihre  
Herausforderungen,  
Medienpädagogik...

Schulische Vereinbarungen und  
Handlungsleitlinien (z. B.  
Stufenpläne); Etablierung  
nachhaltiger Peer- und  
Multiplikator(inn)en-Ansätze;  
Struktur- und Netzwerkaufbau mit  
Fachberatungsstellen;  
Anreizsysteme...

---

**Lehrergesundheit**

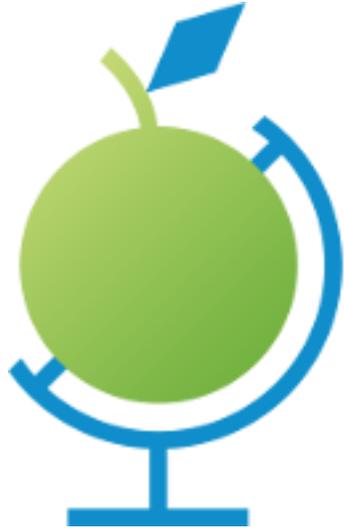
Supervision für Lehrkräfte,  
Kommunikations- und  
Umgangsformen...

Gestaltung der  
Arbeitsbedingungen  
(Lehrerzimmer, Pausenzeit)...

---

# Gute gesunde Schule    GMS Tann/ GS Walburgskirchen

- ▶ Ablauf: Projekte planen, dokumentieren und umsetzen
- ▶ Ende des Schuljahres 22/23: Einreichung der Projektdokumentation
- ▶ Herbst 2023: Auszeichnung als „gute gesunde Schule“
- ▶ Verantwortliche Lehrkräfte:
  - ✓ GS Tann: Margit Sompek
  - ✓ GS Walburgskirchen: Birgit Schwarz
  - ✓ MS Tann: Sarah Hopfenwieser und Nadine Frankenberger
- ▶ Wir wollen:
  - ✓ Die Eltern mit „ins Boot holen“: Ideen geben, Mitarbeit bei Projekten etc.
  - ✓ Die Schülerinnen und Schüler mitentscheiden lassen (Klassen- und Schulsprecher)



gute  
gesunde Schule  
Bayern

Infos unter <https://www.ggs.bayern.de>



Vielen Dank für viele gesunde Ideen!