

## Zentrum für schulpraktische Lehrerbildung in Siegen

Thementag Gesundheit am 10. Dezember 2015

Schule ist ein Ort des Lernens, aber auch des Lebens. Der Schulalltag lebt in Veränderung und Anpassung an gesellschaftliche Bedingungen. Hier sind nur die Stichworte Ganztagsbetreuung, Inklusion und Integration zu nennen. Damit aus der Schule gesunde und leistungsstarke Kinder hervorgehen, bedarf es gesunder Lehrerinnen und Lehrer sowie einem gestärkten Umfeld. Gesundheitsförderung in der Grundschule bedeutet, Kinder physisch und psychisch zu stärken, damit sie zu gesunden Persönlichkeiten heranwachsen. Unter dem Leitspruch von Arthur Schopenhauer „Gesundheit ist gewiss nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts“ (1788-1860), fand am Zentrum für schulpraktische Lehrerbildung (ZfsL) in Zusammenarbeit mit dem Arbeitskreis Zahngesundheit Siegen-Wittgenstein und Olpe der **Thementag Gesundheit** statt.

Die angehenden Grundschullehrerinnen und -lehrer hatten die Möglichkeit ihre eigenen Kompetenzen zu erweitern und außerschulische Kooperationspartner zur Unterstützung gesundheitsfördernder Aktivitäten kennenzulernen.

Im Eingangsvortrag „Entwicklung im Grundschulalter – Startbedingungen, Stolpersteine, Stützpunkte“ referierte *Dr. Holger Petri*, Chefarzt des Sozialpädiatrischen Zentrums der DRK-Kinderklinik, zu unterschiedlichen Entwicklungsbeeinträchtigungen bei Kindern, den damit verknüpften Herausforderungen im Schulalltag sowie zu Untersuchungsmöglichkeiten und gezielten Förderungen in und außerhalb der Schule.

Anschließend konnten die Referendarinnen und Referendare zwei weitere Themen, die als Workshop aufbereitet waren, auswählen. *Heike Lobpreis*, selbst Lehramtsanwärterin, zeigte die Bedeutung einer „Gesunden Stimme im Lehreralltag“. Hierbei ging es um Techniken und Methoden, die die Kinder aktiv in das Unterrichtsgeschehen einbinden können, aber auch um die Schonung der eigenen Stimme. „Kinder stärken, damit sie weder Täter noch Opfer werden“ *Peter Ginsberg*, Kriminalkommissar a. D., gab Hintergrundinformationen und praktische Hilfen wie alle an der Erziehung von Kindern Beteiligten, auf Kinder achten und sie unterstützen können. *Kirsten Schreiber* und *Cornelia Rohleder*, Physiotherapeutische Praxis Bellebaum & Gerlach, stellten in ihrem Workshop „LifeKinetik“ durch einfache, aber teilweise ungewöhnliche Bewegungsabläufe und Koordinationsübungen dar, wie unser Gehirn sich aktivieren lässt, um Aufnahme- und lernbereiter zu sein. Im Workshop „ADHS Update“ erläuterte *Dipl. Psychologe Reinhard Semmerling* aktuelle Erkenntnisse über Erklärungsansätze und Therapiemöglichkeiten von ADHS. *Michael Kasterke*, *Intensivpädagoge*, referierte in dem Workshop „Burnout“ wie Lehrerinnen und Lehrer Stressoren im Alltag erkennen, Stress bewältigen und durch die Stärkung ihrer eigenen Ressourcen gesund bleiben können.

Während der Mittagspause stand für alle Seminarteilnehmer der „**Markt der Möglichkeiten**“ mit mannigfaltigen Medien, Programmen und Ausstellungen zur Gesundheitserziehung in Grundschulen offen. *Heike Bellebaum* zeigte das Programm Klasse 2000 und konnte interessierten Lehramtsanwärtern umfangreiches Material zur Verfügung stellen. Den Deutschen LandFrauenverband vertrat *Hildegard Hansmann-Machula*, die ebenfalls viele Medien, Informations- und praktisches Unterrichtsmaterial den Teilnehmer an die Hand geben konnte. Beide Fachfrauen unterstützen durch Unterrichtsbesuche mit ihren Programmen die Grundschulen in den Kreisen Siegen-Wittgenstein und Olpe als externe Fachkräfte. Der Arbeitskreis Zahngesundheit stellte seine Programme zur Aktion Mundhygiene, Ernährungsprophylaxe und das Zähneputzen im Offen Ganzttag vor.

*Intensivpädagogin Michael Kasterke* beendete den Aktionstag mit einem Vortrag über das Thema Resilienz. Resilienz beschreibt die Fähigkeit mit Veränderungen umgehen zu können. Da Kinder ihre seelisch-emotionalen Belastungen mit in den Unterricht bringen, ist es wichtig Verhaltensmuster zu erkennen, sie zu verstehen und darüber hinaus Kinder konkret in ihrer Entwicklung zu unterstützen und zu stärken, um ihnen eine Brücke in die Zukunft zu bauen.

Dieser anregungsreiche Thementag setzte Impulse zur Vernetzung von Schule mit regionalen Institutionen und Kooperationspartnern als Lösungsansatz zur Bewältigung von Herausforderungen im Schulalltag.