

Gesundheitskompetenz: Die Schule leistet ihren Beitrag

Emilie Achermann, Fachbereichsleitung G&P, PH Zürich

Regula Nussbaumer, Dozentin PH Zürich, Koordinatorin Kantonales Netzwerk

Stefan Oberfell, Primarlehrer Talhof-Erlen, Winterthur

Gesundheitskompetenz

«Gesundheitskompetenz ist die Fähigkeit des Einzelnen, im täglichen Leben Entscheidungen für die Gesundheit zu treffen und entsprechend zu handeln (...).»

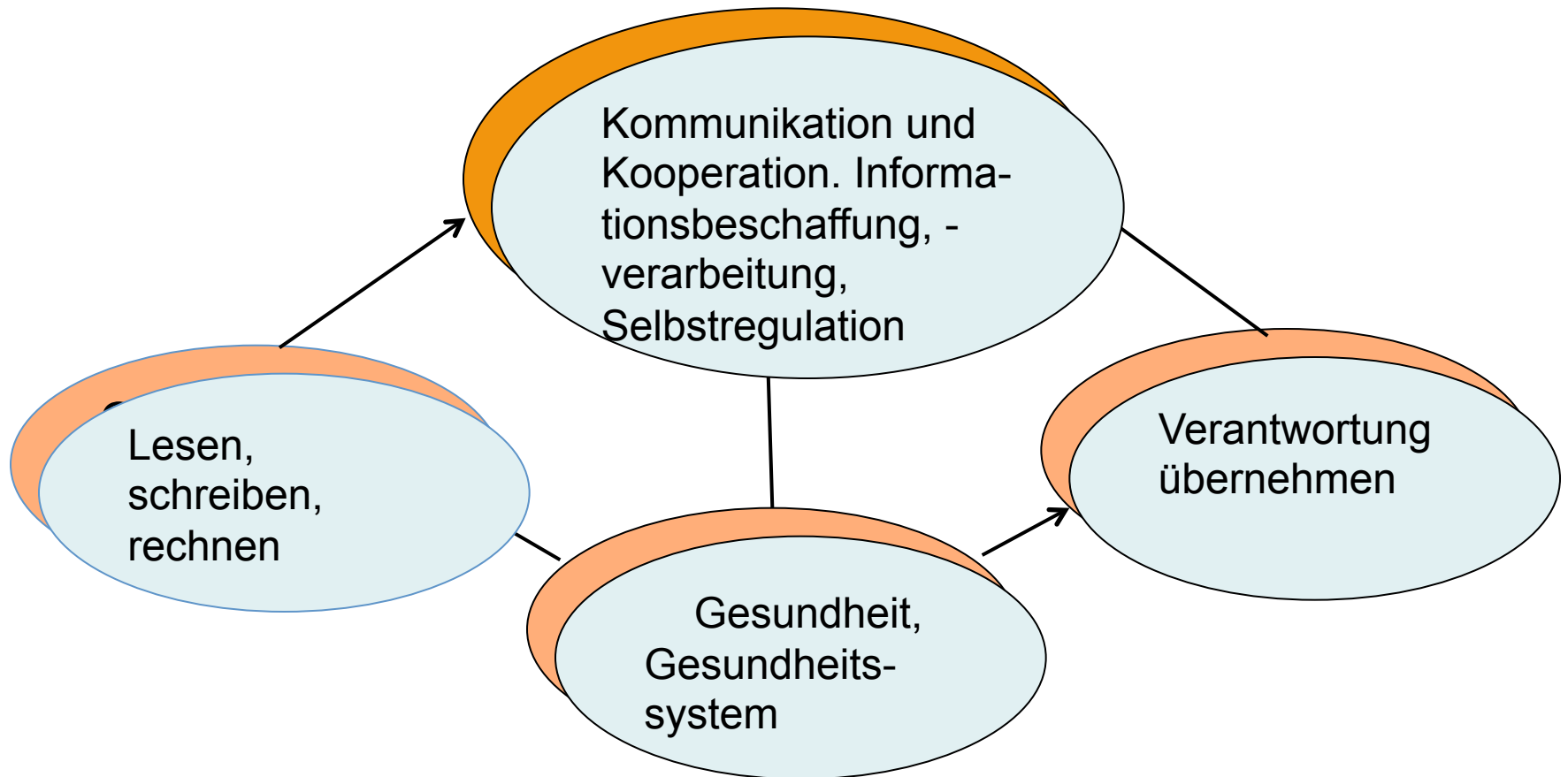
(Definition in Anlehnung an Kickbusch 2005)

- Kein Konsens, wie der Begriff der Gesundheitskompetenz (engl. *health literacy*) zu definieren ist
 - keine Einigkeit bezüglich der Frage, welche Fähigkeiten und Fertigkeiten diese Kompetenz konstituieren
- (vgl. Soellner u.a. 2010)

Facetten der Gesundheitskompetenz

Über welche Fähigkeiten und Fertigkeiten muss jemand verfügen, um im Alltag und im Umgang mit dem Gesundheitssystem so handeln zu können, dass es sich positiv auf seine Gesundheit und sein Wohlbefinden auswirkt?

Strukturmodell der Gesundheitskompetenz



Soellner et al. 2010

Gesundheitskompetenzen im Lehrplan der Schulen

Gesundheitsförderung und Prävention sind v.a. als fächerübergreifende Unterrichtsgegenstände verankert.

-> Zielsetzungen im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention sind verbindlich, aber kein fester zeitlicher Rahmen

-> in die 5 Unterrichtsbereiche integriert

Gesundheitskompetenzen im Lehrplan der Schulen

z.B. Gewaltprävention Unterstufe

Lebenskunde und Realien:

- Zuhören und aufeinander eingehen
- Wortschatz und Begriffe, um soziale Sachverhalte anzusprechen, klären und anwenden (Freundschaft und Feindschaft, Streit und Versöhnung)
- Über grundlegende Erfahrungen in der Begegnung mit anderen sprechen
Lebenssituationen betrachten (Zärtlichkeit, Gewalt)
- ...

Vgl. auch Religion und Kultur

Gesundheitskompetenzen im Lehrplan der Schulen

z.B. Suchtprävention Mittelstufe

Lebenskunde und Realien:

- Wortschatz und Begriffe, um über sich selbst zu sprechen, klären und anwenden (Gefühle und Bedürfnisse, Sichdurchsetzen, Sicheinfügen)
- Sich selber als Individuum in seiner Einmaligkeit erkennen und akzeptieren (eigene Bedürfnisse und Gefühle)
- Aktuelle Probleme, Fragen und Vorkommnisse besprechen und Ansätze für einen sinnvollen Umgang damit suchen (Aktualitäten)

Gesundheitskompetenzen im Lehrplan der Schulen

z.B. Psychosoziale Gesundheit Oberstufe

Deutsch:

- Sich in die Gesprächspartnerin/ den Gesprächspartner einfühlen und ihren/ seinen Standpunkt zu verstehen versuchen
- Über die Wirkung und den Verlauf von Gesprächen nachdenken und miteinander darüber sprechen.

Vgl. auch Religion und Kultur/ Lebenskunde und Realien

Gesundheitsförderung und Prävention in der Volksschule des Kantons Zürich

Planungshilfen für den Unterricht | Sekundarstufe



Inhalt

Basisinformationen und Hinweise zur Umsetzung	3
Planungshilfen.....	6
Bewegung und Entspannung	6
Ernährung	8
Suchtprävention	11
Sexuelle Gesundheit und Sexualerziehung	14
Gewaltprävention.....	17
Psychosoziale Gesundheit.....	20

- Lehrplanbezug
- Planungshilfe

WAS	WIEVIEL	WER	WIE
4.-6. Klasse			
<p>Selbstwahrnehmung Gefühlsbewusstsein/Körperbewusstsein</p> <p>→ Eigene Gefühle wahrnehmen, benennen und ausdrücken.</p> <p>→ Mit verschiedenen Gefühlen (Angst, Wut, Freude) angemessen umgehen</p> <p>→ Gefühle und körperliche Reaktionen miteinander in Verbindung bringen</p>	<p>Integriert in den Unterrichtsalltag</p>	<p>Lehrperson</p> <p>allenfalls unter Beizug weiterer Fachpersonen oder Fachstellen, Schulsozialarbeit</p>	<p>Fit und stark fürs Leben: 3./4. und 5./6. Schuljahr, Persönlichkeitsförderung zur Prävention von Aggression, Stress und Sucht. Asshauer, Martin et al., (2003). Leipzig Stuttgart Düsseldorf Ernst Klett Grundschulverlag 3.-4. Schuljahr Kap. 2.2-2.4/5.-6. Schuljahr Abschnitt 7, S. 79</p>

Lehrplan 21

Teilprojekt BNE+ (Bildung für Nachhaltige Entwicklung +):

Ziel: sicherstellen, dass die überfachlichen Themen Demokratie und Menschenrechte, Gender und Gleichstellung, Gesundheit, globale Entwicklung und Frieden, kulturelle Identität und interkulturelle Verständigung, Umwelt und Ressourcen sowie Wirtschaft und Konsum im Lehrplan 21 integriert sind.

Keine neuen Fachbereiche, sondern kohärente und angemessene Einbindung in die Struktur des Lehrplans.

Fachbereich Natur, Mensch, Gesellschaft

Die Gesundheitsfördernde Schule: Vom Engagement Einzelner zur koordinierten Verankerung im Schulhaus

Ottawa Charta 1986

— Settingansatz

„Gesundheit wird von den Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt, dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben.“

— Vernetzung

Vernetzung von Gesundheitsfördernden Schulen auf europäischer, nationaler und kantonaler Ebene



Oberstufe Nänikon-Greifensee

Mitglied des Kantonalen Netzwerks
Gesundheitsfördernder Schulen
Zürich



Wir sind auf dem Weg zu einer
gesundheitsfördernden Schule!

Das Kantonale Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen Zürich
ist Teil des Schweizerischen Netzwerks Gesundheitsfördernder Schulen.

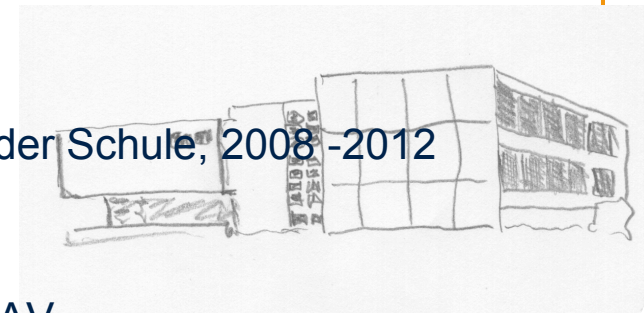
Kantonales Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen Zürich Volksschule

Gesundheitsförderung

- ist ChefIn-Sache **UND** Teamentscheid
- braucht eine mandatierte Lehrperson **mit Weiterbildung** in Gesundheitsförderung und Prävention
- die mandatierte Lehrperson wird durch eine Steurgruppe/ Arbeitsgruppe unterstützt
- Ist Schulentwicklung: Standortbestimmung, Schulprogramm, Leitbild, Projekte, Auswertung

Projekte

- Strukturelle Verankerung der Gesundheitsförderung in der Schule, 2008 -2012
Sekundarschule Mettmenhasli
- MitarbeiterInnenvertretung an der Primarschule Rüti /MAV
- Konzept zur langfristigen Gesundheitsförderung in der Primarschule



1986		Ottawa Charta, WHO Setting, Vernetzung, Programm, Partizipation, Empowerment, Chancengleichheit, Langfristigkeit
1991	Lehrplan Kanton Zürich Gesundheitsförderung und Prävention sind als fächerübergreifende Unterrichtsgegenstände verankert.	
1992		Schools for Health in Europe
1993		Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen Standortbestimmung im Team, Programm G&P, Auswertung, mandatierte Kontaktperson, Steuergruppe...
2005	Ja zum neuen Volksschulgesetz Geleitete Schulen, Mitwirkung Eltern, Partizipation SuS, QUIMS	
2006		Kantonales Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, VS Schule entwickeln – Gesundheit fördern
2011	Planungshilfe für den Unterricht, Bildungsdirektion Handlungsfelder basierend auf Q-Kriterien des Schweizerischen Netzwerks	