



## Gesundheitsförderung im Schulalltag eingebettet

### Medienkompetenz: Ein Zugang zur Gesundheitsförderung



#### Portrait

**Name:** Schule Mellingen –  
Wohlenschwil

**Ort, Kanton:** Mellingen und  
Wohlenschwil, AG

**Anzahl Schüler/-innen:** ca. 1200

**Anzahl Lehrpersonen:** ca. 140

**Stufe HarmoS:** Zyklen 1-3  
(KG-Sek 1)

**Mitglied im Netzwerk SNGS:**  
2000

**Mitglied im Netzwerk KNKS**

**Aargau:** 2010

**Internet-Adresse:**

[www.schule-mewo.ch](http://www.schule-mewo.ch)

#### Kontakt

Nicole Lazzari

#### Kurzbeschreibung

Die Schule Mellingen – Wohlenschwil liegt im unteren Reusstal des Kanton Aargau. Etwa 140 Lehrpersonen und 1200 Schüler/-innen aus acht Gemeinden lehren und lernen an drei grossen Standorten. Die Schule hat eine lange Tradition im Bereich Gesundheitsförderung und ist überzeugt, dass ein wertschätzendes Schul- und Klassenklima unabdingbar ist. Partizipation und eine offene und transparente Kommunikation sind zwei Prinzipien, welche die Schule aktiv lebt. Wichtige Themen werden ganzheitlich behandelt um damit die grösstmögliche Nachhaltigkeit zu erreichen.

#### Besondere Stärken

- Gelebte Partizipation durch die Einbindung der Lehrpersonen in die Arbeitsgruppen
- Alle Oberstufenklassen im Schülerrat vertreten
- Von Schüler/-innen, Lehrpersonen und Eltern gemeinsam erarbeitete Verhaltensgrundsätze
- Kooperative Grundhaltung von Schulleitung und Lehrpersonen
- Verankerung der Gesundheitsförderung im Schulprogramm

#### Organisation

Die Gesundheitsförderungsgruppe «Special Tasks» trifft sich mehrmals pro Quartal und entwickelt Projekte und Konzepte zur Umsetzung von Gesundheitsthemen. In ihr sind Lehrpersonen aller Stufen vertreten, und sie ist von einer Lehrperson geleitet. Alle Beteiligten werden für diese Arbeit entschädigt. Die Leitung der Gesundheitsgruppe koordiniert mit der Schulleitung. Wenn sinnvoll, nimmt die Schulleitung auch an den Sitzungen von «Special Tasks» teil.

#### Projekte und Aktivitäten im Lauf der Jahre

##### Medienkompetenz

- Sendepause: Alle Schüler/-innen verzichten eine Woche auf ein selbstgewähltes Medium. Im Jahr 2016 wurden zum ersten Mal an der Oberstufe am Mittwochnachmittag Ateliers angeboten. Am Ende der Woche reflektieren die Schüler/-innen ihre Erfahrungen und machen sich den eigenen Umgang mit digitalen Medien bewusst.
- In der 5. und 7. Klasse erhalten die Schüler/-innen Inputs von externen Fachpersonen

zu verschiedenen Herausforderungen der digitalen Medien (Internetsucht, Datenmissbrauch, Sexting, Cybermobbing).

- Die Eltern aller 5. Klassen werden an Elternabenden über das Thema «Umgang mit elektronischen Medien» informiert.

### **Schulkultur/Partizipation**

- Eine wertschätzende Schulkultur ist ein Schwerpunkt der Schule. Ziel ist, dass Schüler/-innen gerne zur Schule gehen, dass Eltern sich wünschen, dass ihre Kinder an diese Schule unterrichtet werden, und dass Lehrpersonen stolz darauf sind, an der Schule zu arbeiten. Die Schule hat partizipativ Verhaltensgrundsätze erarbeitet.
- Jedes zweite Jahr findet ein Elternaustauschabend statt. Themen der letzten Jahre waren: Ernährung, Bewegung und Schlaf, Umgang mit digitalen Medien, Mobbing, Hausaufgaben und Lerntechniken, Suchtprävention.
- Der Klassenrat soll wieder flächendeckend durchgeführt werden (in Erarbeitung).

### **Bewegung im Unterricht und Ernährung**

- Die Schule hat am Projekt «Bewegte Schule» teilgenommen. Aktuell werden regelmässige Bewegungspausen in den Unterricht eingebaut.
- Die Schule hat einen Pausenkiosk auf der Oberstufe, der gesund, günstig und gut sein soll. Die Schüler/-innen verkaufen v.a. selbst gemachte Sandwiches.

### **Gewaltprävention**

- Im Kindergarten und in der Unterstufe, z.T. auch in der Mittelstufe, wird das Projekt «faustlos» durchgeführt, ein Gewaltpräventionskonzept aus Deutschland.

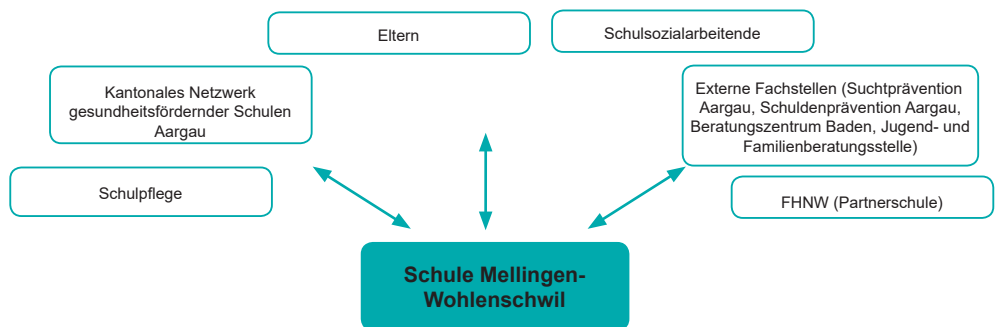
### **Sexualpädagogik**

- Zwei Sexualpädagogen besuchen die Klassen regelmässig. Zudem findet jedes zweite Jahr ein Elternabend zum Thema Umgang mit Sexualität statt.

### **Lernstrategien und Stressprävention**

- Ein Konzept zu diesem Thema ist in Erarbeitung.

## **Zusammenarbeit**



## **Blick vom Schulnetz21**

Gesundheitsförderung ist im Schulprogramm langfristig verankert. Es ist nicht eine «Eintagsfliege», sondern eine Haltung. Alle Bereiche der Schule Mellingen – Wohlenschwil werden periodisch aus der Perspektive der Gesundheitsförderung betrachtet, und Veränderungen und Verbesserungen in Angriff genommen, v.a. dank dem definierten Auftrag und den regelmässigen Treffen der der Gesundheitsgruppe.

## **Zitate der Lehrperson**

«Uns ist die Zusammenarbeit aller Beteiligten sehr wichtig. Deshalb arbeiten wir stufen- und schulhausübergreifend und beziehen auch die Eltern mit ein. So werden Projekte von allen getragen und sind erfolgsversprechender.»

«Verankerung ist uns ebenfalls ein grosses Anliegen. Projekte sollen nicht in der Schublade verschwinden, nachdem sie einmal durchgeführt wurden. Wir haben diese Projekte fix im Schuljahr und Schulalltag eingebettet und haben in einem Präventionskonzept alles zusammengetragen. So können auch neue Lehrpersonen und Schüler/-innen darüber informiert werden, was an der Schule alles zur Gesundheitsförderung läuft.»