

BRG/BORG KIRCHDORF AN DER KREMS



Die Gesundheit zu fördern, ist für eine Schule eine umfassende Aufgabe. Neben den Maßnahmen, die einem wahrscheinlich sofort einfallen, wie etwa einem gesunden Speisenangebot im Schulbuffet, bemüht sich das BRG/BORG Kirchdorf, das Thema breit und mit einer Vielzahl von parallelen Ideen anzugehen.

Neue Wege im Förderunterricht unter Einbindung von Lernpeers gehören dazu ebenso wie eine Supervisionsgruppe für die Lehrkräfte oder auch die Verschönerung der Aufenthalts- und Pausenräume. Die Schule, die sehr großzügig ausgestattet ist, versucht dabei, ihre Ressourcen zu nützen. Ein Beispiel: Jeden Dienstag läuft in der großen Aula die Aktion „Bewegte Pause“: Schülerinnen und Schüler der Oberstufe bieten ihren kleineren Mitschülerinnen und Mitschülern einfache Bewegungsangebote, wie Geschicklichkeitsspiele, Jonglierübungen usw.

Dass ein Projekt mit diesem Anspruch auch breite Unterstützung verlangt, ist klar. Am Projekt haben daher neben den Projektleiterinnen von Anfang an auch Eltern, die Schülerversammlung, die beiden Schulärzte und auch die Buffetbetreiberinnen aktiv mitgearbeitet. Die Akzeptanz der Idee „Gesunde Schule“ ist daher hoch.





Weiterentwicklung

Die AHS besuchen mehr als 700 SchülerInnen aus einem großen Einzugsgebiet und sie bietet viele Angebote, Wahlfächer, eine Tagesbetreuung, gesundes Mittagsmenü, ein ORG mit Instrumentalunterricht, ein RG mit naturwissenschaftlichem Schwerpunkt und zahlreiche Aktivitäten zu Bewegung, Ernährung, Gesundheit, Leseförderung, gezielter Entwicklung der Stärken und Begabungen u.v.m. - eine Schule der Vielfalt, aufgeschlossen und innovativ!

Weiterentwicklung

Ernährung

Das Buffet verfügt über eine große Anzahl an Speisen, die gemeinhin als „gesund“ angesehen werden, ein besonderer Wert wird ebenfalls auf ein vegetarisches Angebot gelegt: Salate, Obst, Joghurt, belegte oder unbelegte Brote. Eine weiterführende Verbesserung unter dem Blickwinkel der Gesundheitsförderung ist anzustreben.

Getränke

Stark zuckerhaltige Getränke wie z. B. Limonaden wurden aus den Automaten und vom Buffet verbannt und sind nun mit Mineralwasser, gespritzten Fruchtsäften und Eistee bestückt, die einen Zuckergehalt von unter 7,5 g pro 100 ml aufweisen. Im schulautonomen Zweig Biologie-Labor wird jedes Jahr zum Thema Wasser gearbeitet. Es werden Themen wie Wasserverbrauch, Inhaltsstoffe von Wasser, Abwasser und Abwasserreinigung, Bedeutung von Wasser für den Menschen usw. bearbeitet.

Trink- und Jausenführerschein

Dieser wurde im Biologieunterricht im Schuljahr 2015/16 in den 1. Klassen umgesetzt. Die SIPCAN-Initiative für ein gesundes Leben, versorgt die Schule seither mit ihren Unterrichtsmaterialien, die dem Lehrplan entsprechend in unseren Unterricht eingebaut werden. In den ersten und vierten Klassen wird fast jedes Schuljahr ein Projekt zum Thema „Gesunde Jause“ durchgeführt. In der Oberstufe werden im Rahmen des Wahlpflichtgegenstandes Biologie regelmäßig Themen mit Bezug zu Gesundheit bzw. gesunder Ernährung und Nachhaltigkeit behandelt bzw. Projekte zu diesen Themen durchgeführt.

Milchautomat mit A2-Milch

Unsere Schule verfügt über einen Milchautomaten eines lokalen Anbieters aus Inzersdorf.

Alljährliche Apfelaktion

Seit mindestens 8 Jahren findet am BRG/BORG Kirchdorf alljährlich eine „Apfelaktion“ statt. Die Schule bezieht von einem lokalen Anbieter wöchentlich 20 Kilogramm Äpfel, die gratis an die Schülerinnen und Schüler ausgegeben werden. Finanziert wird diese Aktion vom Elternverein.



Weitere Angebote zur Förderung einer gesunden Lebensführung sind die Bewegte Pause, die Große Pause im Freien und die Suchtprävention.

Psychosoziale Gesundheit der Lehrerinnen und Lehrer: Arbeits- und Rückzugsraum

Seit 2016 wird für die Lehrpersonen jedes Jahr die Möglichkeit einer strahlenfreien Untersuchung der Wirbelsäule mittels einer „MediMouse“ mit einem anschließenden

Beratungsgespräch mit Fokus auf Haltung, Beweglichkeit und Stabilität angeboten und eine Körperfettmessung etc. Ebenfalls durchgeführt werden Workshops für Lehrerinnen und Lehrer zu den Themen Stress und Burnout. Sowie eine Schilf mit Bezug auf neue Autorität. Wandertage, Ausflüge mit besonderem Bedacht darauf, auch körperlich beeinträchtigte Personen nicht auszuschließen.

Wohlfühlatmosphäre für Schüler/-innen

Im Rahmen der Corona Maßnahmen wurden Tische und Sitzgelegenheiten für die Außenbereiche geschaffen. Ziel: Schüler/innen können draußen ohne Maske lernen und Lehrer/innen ihre Gruppe auch im Freien unterrichten.

Desinfektionsmittelpender für Eingänge, Turnsäle, Musiksaal, Biologie und Physiksaal, Konferenzzimmer

In einem Projekt gemeinsam mit der BOKU Wien ist eine Begrünung unserer Schule, für heuer fix eingeplant.

Mehr individuelle Gestaltung von kahlen Wänden und wenig benutzten Bereichen durch die Schüler/innen

Pausenräume/Aula/Außenbereiche: es stehen Tischtennistische, Tischfußballtische, Bälle oder andere Spiele (Gesellschaftsspiele) zur Verfügung.

Sozialtage für alle Klassen im Herbst bei denen neben sportlichen Aktionen auch gesund gekocht wurde.

Bewegung und Sport

Besondere Aktionen: Schüler retten Leben und Tag der Wiederbelebung, ganze Klasse schwimmt, Sport Schwerpunkt Ober-Unterstufe

Im Lockdown, Dokumentation im Rahmen eines Bewegungs-und Ernährungstagebuch, inklusive Reflexion mit Verbesserungsvorschlägen und Dokumentation von eventuellen Veränderungen durch eine Ernährungsumstellung.



Rezeptvorschläge durch Lehrpersonen - Ziel: Motivation selbst zu Kochen, mit den Eltern zu kochen, sich mit der Familie bewegen, nachhaltig und gesund einzukaufen, Achtsamkeit zu lernen.