

NEUE MITTELSCHULE KOPFING

Es ist den Lehrern dieser Schule ein großes Anliegen die ca. 100 Kinder in einer schon fast familiären Atmosphäre, in der jeder jeden kennt, auf ein Leben, in dem die eigene Gesundheit eine große Rolle spielt, vorzubereiten.



Seien es nun die regelmäßig stattfindenden Sporttage, der im 2-Jahres-Rhythmus im Zusammenhang mit dem Gemeindefest abgehaltene Gesundheitstag, die vielen Aktionen in puncto gesunder Ernährung, die das Verhalten betreffenden Vorträge oder die Hilfestellungen für ein suchtfreies Leben—alle diese Aktionen fördern das Miteinander und das Reifen der jungen Menschen.

Besonders glücklich ist das Projektteam über die Umsetzung der gesunden Ernährung an der Schule in

Zusammenarbeit mit den Eltern und der Gesunden Gemeinde.

So wird seit diesem Schuljahr immer freitags von sich abwechselnden Müttern eine Gesunde Jause angeboten, weiters werden an den übrigen Tagen von der Bäckerei des Ortes auch nur mehr Vollkorn- bzw. Mehrkornprodukte verkauft.

Die Zuerkennung des Qualitätszertifikats „Gesunde Küche“ des Landes OÖ für die Schulausspeisung, die den Kindergarten, die Volksschule und die Hauptschule versorgt, zeigt, dass an dieser Schule versucht wird, die Gesundheit der heranwachsenden Jugend zu fördern.

Sitzbälle als Maßnahme zum dynamischen Sitzen während des Unterrichts beziehungsweise Wuzzler und Tischtennistische für die Pausen sorgen für das richtige Maß an Bewegung.



Weiterentwicklung

Alle zwei Jahre findet an der Neuen Mittelschule Kopfing ein Gesundheitstag statt, bei dem den Schülerinnen und Schülern ein abwechslungsreiches Programm geboten wird. So planten die Lehrer und Lehrerinnen beim letzten Mal ein 5- Stationen- Programm, das die Schülerinnen und Schüler im Laufe eines Vormittags genossen.

In der Schulküche bereiteten alle im Stationsbetrieb das Buffet zu, das als krönender Abschluss gemeinsam verzehrt wurde.

Weiter ging es dann im Turnsaal bzw. in einem der Gänge, dort wurden von einem Outdoortrainer und seinen Helfern aus der Gesunden Gemeinde verschiedene Geschicklichkeits- bzw. gruppenfördernde Spiele angeboten.

Gesundes Essen und Trinken war das Thema des nächsten Programmpunkts. Beim „Gesunden Trinken“ wurde neben der Einführung des Trinkpasses auch vor allem der Zuckergehalt der beliebtesten Getränke anhand von Zuckerwürfeln anschaulich bewusstgemacht. Weiters ergänzten Puzzles und Legespiele zum Thema „Fettgehalt von Speisen“ diese Einheit.

Weiters wurde den Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit geboten, ihre Seh- und Hörkraft überprüfen zu lassen, dazu wurde ein Optiker aus der nächsten Umgebung eingeladen.

Neben der willkommenen Abwechslung zum herkömmlichen Unterricht ist der Tag fester Bestandteil des Bestrebens der Neuen Mittelschule Kopfing, um das Gesundheitsbewusstsein der Schülerinnen und Schüler zu stärken.



Weiterentwicklung

Die **Neue Mittelschule Kopfing** bietet mit dem Fach Sozial- u. Gesundheitsmanager allumfassendes Gesundheits- u. Bewegungsangebot.

Körperliche, psychische u. soziale Gesundheit werden durch verschiedenste Projekte positiv beeinflusst u. somit stärkt sich die Persönlichkeit eines jeden Einzelnen.

Einerseits durch das Präventionsprogramm „PLUS“ oder Projekte wie Wasser trinken, Yolo (Nichtraucherkampagne), die von den Schülerinnen und Schülern zubereitete Jause oder auch durch die verschiedenen Bewegungsangebote wie Bikeline, Tischtennis und vieles mehr.



Weiterentwicklung



Die Neue Mittelschule Kopfing legt seit vielen Jahren sehr viel Wert auf das Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler. Wir sind eine kleine Schule, fast wie eine große Familie, in der jeder jeden kennt und somit immer der/die Einzelne im Vordergrund steht.

Körperliche, psychische u. soziale Gesundheit werden durch verschiedenste Projekte positiv beeinflusst, sodass die Persönlichkeit und das Selbstvertrauen jedes Einzelnen gestärkt werden.

Die als „Gesunde Küche“ zertifizierte Schulausspeisung liefert neben der Gesunden Jause einen wichtigen Beitrag zur altersgemäßen, gesunden Ernährung.

Das Fach Sozial- und Gesundheitsmanagement in der 3. u. 4. Klasse bietet uns Raum und Zeit, die Schülerinnen und Schüler nicht nur auf die Gefahren in der digitalen Welt hinzuweisen, sondern mit ihnen auch Konzepte zu besprechen, wie man soziale Kontakte pflegt und Probleme löst.

Kopfstandtrophie, Selbstverteidigungskurse, Gesundheitstage mit Workshops wie Breakdance, Vorsicht Zuckerfalle, Wasser trinken, Sturztraining, Selbstverteidigung oder die Herstellung von Badekugeln runden das reichhaltige Programm ab.

