



Gesundheitstag

Status:	Besonderer Schulanlass
Fachrichtungen:	alle
Dotation:	in der 1. Klasse ein ganzer Tag, in der 2. und 3. Klasse gesundheitsfördernde Aktivitäten unterschiedlicher Art und Dauer

Bildungsziele

Der Gesundheitstag, der für die 1. Klassen durchgeführt und von den schuleigenen "Beauftragten für Gesundheitsförderung" betreut wird, bildet den Dreh- und Angelpunkt einer permanenten Gesundheitsförderung und Prävention sowohl auf Fach- als auch auf gesamtschulischer Ebene, und zwar in allen Klassenstufen.

"Gesundheit", wie sie im schulischen Umfeld verstanden wird, geht nicht nur von einem individualisierten Gesundheitsbegriff aus, also von einem Zustand körperlichen und seelischen Wohlbefindens eines Individuums, sondern er schliesst auch die "soziale" und "umweltbezogene" Gesundheit ein.

Der Gesundheitstag leistet also einen Beitrag zur Gestaltung einer "gesunden Schule", in der anspruchsvolles Lernen sowie der Ausgleich durch Entspannung und Bewegung eine Einheit bilden. Schule wird als Lerngemeinschaft und als eine geteilte Umwelt begriffen, zu denen Sorge getragen werden muss. In diesem Zusammenhang geht es auch um die Förderung sozialer Lernprozesse, um die Verbesserung der Kommunikations- und Konfliktfähigkeit der Schülerinnen und Schüler und um die Gleichstellung in Hinblick auf Gender.

Entsprechend diesem Ganzheitskonzept der Gesundheitsförderung und Prävention thematisiert der Gesundheitstag auch alltägliche Verhaltensweisen und Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler, die sowohl positive als auch negative Folgen für ihre individuelle Gesundheit haben können. Gemäss einem "salutogenetischem Ansatz" stehen hierbei "gesundmachende" und "nicht-krankmachende" Faktoren im Vordergrund; dies gilt nicht zuletzt auch für die Drogenprävention, in der es weniger um Abschreckung als um Aufklärung und Erziehung zur Genussfähigkeit - ohne Drogen - geht.

Richtziele

- sich selbst, die eigenen Stärken und Schwächen einschätzen, dabei eigene und fremde Grenzen erkennen und akzeptieren
- gesundheitsförderliche Ressourcen aktivieren und dabei erleben, dass sich Befriedigung, Genuss und Wohlbefinden auch ohne gesundheitsgefährdendes Verhalten einstellen
- Themen aus dem Bereich der Gesundheit unter persönlichen und fachlichen Aspekten analysieren und aus unterschiedlichen Perspektiven betrachten
- sich mit genderspezifischen Rollenzwängen auseinandersetzen und deren negative Wirkung auf Gesundheit und Wohlbefinden erkennen
- am Gesundheitstag eigene Interessen einbringen, Erkenntnisse und Erfahrungen festhalten und für eine Auswertung zur Verfügung stellen