

Gesundheitskonzept der Fridtjof-Nansen-Realschule

Die Gesundheit des Menschen wird laut Weltgesundheitsorganisation definiert als „*ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.*“ Daher umfasst das Gesundheitskonzept unserer Schule nicht nur die Gewalt- und Suchtprävention, sondern greift auch in viele andere Bereiche des Schullebens ein.

Eine gesunde Schule stärkt das Wohlbefinden und damit die Gesundheit der Lehrenden und Lernenden, erreicht eine gute Qualität des Lernens, des Unterrichtens und der Schulprozesse und führt letztendlich zu guten Lern- und Arbeitsergebnissen der Beteiligten. Daher ist die Gesundheitserziehung ein wichtiger Schwerpunkt unserer Arbeit.

Schülergesundheit

Gesundheit ist im Schulalltag nicht nur durch vielfältige Themen in den unterschiedlichen Hauscurricula oder in der Gewalt- und Suchtprävention zu finden, es gibt vielfältige Bereiche, in denen Gesundheitsaspekte zu finden sind:

Physische Gesundheit

- Schulsanitätsdienst (AG)
- Body- und Gripsmobil (Klasse 7)
- Sexpäd (Aufklärungsprojekt der Diakonie Gronau, durchgeführt in geschlechtergetrennten Gruppen)
- Alkoholprävention (Klasse 8, 9)
- Gesundes Frühstück innerhalb der Klassen (z.B. als Start in einen Projekttag)
- Stressbewältigung und Entspannung: Pausensport, Sportfest, Fußballturniere

Soziale und seelische Gesundheit

- Fairmobil (Klasse 5)
- Body- und Gripsmobil (Klasse 7)
- soziales Kompetenztraining
- Schülerfirma: fair gehandelte, ökologische Produkte
- Schülerbücherei
- Mülltrennung, Korksammelstelle
- Flussnetzwerk Dinkel
- energiearme Schule
- Umwelt-AG (Aktion Gronau putzt sich raus)
- Fairtrade Stadt Gronau
- Mobbingprävention (Schulsozialarbeit)
- Tag für Afrika
- Natur erleben (Klassenfahrt des 6. Jahrgangs nach Ameland, Esens, Neuharlingersiel ...)
- Log-Buch und Mitteilungsheft: Unterstützung bei der Zeitorganisation, dem Selbstmanagement und zur persönlichen Zielsetzung

Suchtprävention

Ziele

Die Ziele des Suchtpräventionskonzeptes der Fridtjof-Nansen-Realschule bestehen darin, Suchtverhalten auf mehreren Ebenen zu begegnen:

Information: Aktive inhaltliche Auseinandersetzung mit den verschiedenen Formen von Suchtmittelmissbrauch, Abhängigkeiten und den damit verbundenen Gefahren. (Biologieunterricht, Klasse 8/ Neigungskurs Biologie 9)

Intervention: Handlungsmöglichkeiten bei konkreten Fällen von Suchtmittelgebrauch, in Zusammenarbeit mit Diakonie und Polizei.

Prävention: Im Bereich der Prävention liegt zwar die primäre Verantwortung und die stärkste Einflussmöglichkeit im Elternhaus, daneben übt aber auch die Schule starken Einfluss auf die Entwicklung der Persönlichkeit aus. Die Prävention an unserer Schule umfasst zwei wichtige Bereiche:

1. Die unspezifische Prävention hat als Zielsetzung die Stärkung der Persönlichkeit, die Förderung sozialer und kommunikativer Kompetenzen sowie die Sinn- und Selbstfindung. Zudem legt unsere Schule Wert darauf, den Schülerinnen und Schülern Möglichkeiten sinnvoller Freizeitbeschäftigungen näher zu bringen, um den Reizen des Drogenkonsums entgegenzuwirken.
2. Die spezifische Prävention beinhaltet eine altersgemäße und sachliche Information sowohl über die Aidsproblematik als auch über Suchtmittel, ihre Wirkung und Risiken. Im Hinblick darauf ist unsere Schule in Gronau in besonderer Weise gefordert, da unsere Schüler in ihren lebenswirklichen Zusammenhängen verstärkt mit Süchten konfrontiert werden (Nähe zu den Niederlanden mit einem liberaleren Umgang mit bestimmten Drogen.). Prävention ist deshalb auch ein wichtiger und fester Bestandteil im Unterrichtskanon vieler Fächer. Darüber hinaus bieten wir den Schülern die Möglichkeit, diese - auch stark emotionalen - Themen außerhalb von Schule und ohne Leistungsdruck mit außerschulischen Partnern (z.B. der Diakonie) zu bearbeiten.

Unterrichtsebene

Die Thematik „Sucht“ wird in den Unterricht eingebunden, z. B. Biologie, Politik, Chemie und Religion/Praktische Philosophie. Zudem arbeiten Vertreter des Kollegiums in der Arbeitsgruppe Suchtprävention der Sparkassenstiftung mit. Durch diese Mitarbeit werden immer wieder verschiedene Kampagnen zum Thema Suchtprävention (z.B. Alkohol...check it!) an der Schule durchgeführt.

Jahrgangsübergreifende Projekte:

Folgende jahrgangsübergreifenden Projekte werden z. Zt. angeboten:

- Be smart – don't start (Nikotinprävention, Klasse 5-10, s. u.)
- Sprechstunden der Diakonie
- Projekttag für die 9. und 10. Jahrgangsstufe (s. u.)
- Sadfg

Jahgangsspezifische Projekte

Die jahgangsspezifischen Projekte sind in folgender Tabelle den Jahrgangsstufen zugeordnet dargestellt:

Tabelle 1: Jahrgangsspezifische Projekte

Jahrgangsstufe	Thema	Ansprechpartner
5	- Soziales Kompetenztraining (Fair Mobil) - Be smart- don` t start - verschiedene Arbeitsgemeinschaften	- Frau Eink - Frau Engbrink - div. Kolleginnen und Kollegen
6	- Be smart- don` t start - verschiedene Arbeitsgemeinschaften	- Frau Engbrink - div. Kolleginnen und Kollegen
7	- Be smart- don` t start - verschiedene Arbeitsgemeinschaften - das Body und Grips -Mobil	- Frau Engbrink - div. Kolleginnen und Kollegen - Frau Eink, Frau Feldhues
8	- Süchte: stoffgebundene und stoff- ungebundene Süchte - Theateraufführung Thema Sucht - Be smart- don` t start - verschiedene Arbeitsgemeinschaften	- Biologieunterricht - Diakonie Gronau - Frau Engbrink - div. Kolleginnen und Kollegen
9	- Sex-Päd (Aids) - Projektstage - Be smart- don` t start - verschiedene Arbeitsgemeinschaften	- Mitarbeiter der Diakonie - Frau Hölscher/ Frau Bohn - Frau Engbrink - div. Kolleginnen und Kollegen
10	- Projektstage - Be smart- don` t start - Drogen im Straßenverkehr - verschiedene Arbeitsgemeinschaften	- Frau Hölscher/ Frau Bohn - Frau Engbrink - Polizei - div. Kolleginnen und Kollegen

Projektstage 9/10

Die zweitägigen Schulprojektstage für die Jahrgangsstufen 9/10 ermöglichen den Jugendlichen, sich vom Klassenverband zu lösen und in unterschiedlichen Gruppen nach ihren eigenen Interessen Schwerpunkte zu setzen. Verbunden mit dieser Vorgehensweise findet eine Öffnung von Schule statt, indem Experten in die Schule eingeladen oder von der Gruppe aufgesucht werden. Zur Wahl stehen jedes Jahr viele verschiedene Projekte. Beispiele für in Vorjahren bereits durchgeführte Projekte sind:

- Real-Care-Babies
- Fitness
- Kosmetik
- Selfdefence für Mädchen
- Klettern
- Fotoworkshop
- Taekwondo
- Tanzen
- Schach
- Kochen und Backen
- Sezieren
- Städtereisen (Fremdsprache anwenden)

Die abschließenden Evaluationen bei den Schülern ergaben in den letzten Durchgängen durchweg große Zustimmung im Hinblick auf die Inhalte, die Arbeitsatmosphäre und die Sinnhaftigkeit der Projekte, sowie auf das Engagement der Referenten. Auch diese äußerten sich im Wesentlichen positiv.

Be smart – don't start

Da das Einstiegsalter für Raucher inzwischen bei 11,7 Jahren liegt, macht dieses Projekt bereits schon in der Jahrgangsstufe 5 Sinn. Das Hauptziel des internationalen Wettbewerbs „Be Smart – Don't Start“ liegt in der Verhinderung des Einstiegs in das Rauchen bei den Schülerinnen und Schülern. Nichtraucher sollen motiviert werden, weiterhin Nichtraucher zu bleiben, diejenigen, die schon mit dem Rauchen experimentieren, sollen motiviert werden, damit aufzuhören. Der Wettbewerb sieht auch eine Einbeziehung der Eltern durch gezielte Elternarbeit vor.

Es muss in jedem Schuljahr neu entschieden werden, ob die Klassen die begonnene Teilnahme am Wettbewerb „Be Smart – Don't Start“ weiterführen, um dann auch die vorgeschlagenen Projekte mit Rollenspielen, Plakataktionen etc. weiterhin durchführen zu können.

Arbeitsgemeinschaften

Für alle Jahrgänge werden unterschiedliche Arbeitsgemeinschaften angeboten. Diese AGs sollen den Schülerinnen und Schülern sinnvolle Freizeitgestaltung aufzeigen und das Selbstbewusstsein stärken. Im Schuljahr 2011/12 werden folgende AGs angeboten:

Tabelle 2: Arbeitsgemeinschaften im Schuljahr 2011/12

Name der AG	Schuljahr	Fach	Inhalt	Lehrer
Fußball- AG	5	Sport	Wir trainieren für das Landessportfest der Schulen.	Frau Hölscher
Jahrbuch-AG	9/10	Deutsch	Wir erstellen gemeinsam das Jahrbuch unserer Schule.	Frau Sabel Frau Bohn
Umwelt-AG		Biologie	Wir betätigen uns als Imker und beteiligen uns an weiteren Umwelt-Projekten	Frau Feldhues
Chor	5 - 10	Musik	Wir singen und bereiten uns auf öffentliche Auftritte vor.	Herr Schmieding
Instrumental-AG	5 - 10	Musik	Wir musizieren und bereiten uns auf öffentliche Auftritte vor.	Herr Schmieding
DeLF-AG	10	Französisch	Vorbereitung auf das Französisch-Diplom	Herr Hagedorn
Niederländisch-AG	9/10	Niederländisch	Vorbereitung auf das Niederländisch-Zertifikat	Herr Bauer Herr Janning
Jazz-Dance	8-10	Sport	Wir tanzen zu aktueller Musik.	Frau Göckener
Band-AG	7-10	Musik	Wir spielen moderne Stücke, Beherrschung eines Instrumentes (auch Stimme) erforderlich.	Herr Janning
Schülerfirma	8 - 10	Politik	Wir leiten die Schülerfirma.	Frau Grasser
Hip-Hop	5 - 7	Sport	Wir tanzen nach Hip-Hop-Musik.	Frau Böttick
ECDL	8 - 10	Informatik	Wir bereiten uns auf die ECDL-Prüfung vor.	Frau Schmolders
Abschluss-gottesdienst	10	Religion	Wir bereiten den Abschluss-Gottesdienst vor.	Frau Engbrink
Nähkurs mit der Nähmaschine	7-9	Textil-gestaltung	Anfänger: Wir lernen mit der Nähmaschine zu nähen. Fortgeschrittene: Wir nähen „coole“ Sachen	Frau von Borczyskowski

Außerschulische Partner

Außerschulische Partner unterstützen die Präventionsarbeit unserer Schule: Neben der Diakonie und dem Jugendamt der Stadt Gronau (Streetworker) sind stets verschiedene Vereine aus Gronau in unterschiedlichste Projekte eingebunden.

Gewaltprävention

Dieses Konzept berücksichtigt die Forschungen des Institutes für Friedenspädagogik in Tübingen, die Erfahrungen des Kollegiums und der schulpsychologischen Beratungsstelle des Kreises Borken.

Einführung

Seit dem Schuljahr 2008/2009 ist ein Krisenteam an der Schule eingerichtet. Nachdem zuerst die großen Krisen diskutiert wurden, hat das Krisenteam auch die Aufgabe der Gewaltprävention übernommen.

Als Reaktion auf die öffentliche Diskussion über Mobbing wurden Hilfen eingeführt, die sowohl für die Lehrer als auch für die Eltern und die betroffenen SchülerInnen klare Strategien vorgeben. Mit Hilfe der schulpsychologischen Beratungsstelle wurde der Begriff Mobbing klar definiert:

„Es handelt sich um eine absichtliche Schikane oder Demütigung. Diese kann verschiedene Formen annehmen (verbal, körperlich, Sachbeschädigung, Erpressung, Zerstörung von sozialen Beziehungen, bspw. durch Rufmord,...). Die Schikane findet mind. 1 Mal pro Woche über mehrere Wochen, Monate oder sogar Jahre statt. Es herrscht ein Kräfteungleichgewicht, so dass dem Opfer eine Konfliktlösung aus eigener Kraft nicht möglich ist. Neben diesen äußeren Merkmalen ist aber besonders wichtig zu betonen, dass es sich bei Mobbing um einen Gruppenprozess handelt, an dem nicht nur ein Opfer und ein Täter beteiligt sind, sondern auch Mitläufer und Zuschauer, die die Schikane beobachten, aber nicht eingreifen. Erst durch diese Konstellation kann Mobbing überhaupt entstehen und aufrechterhalten werden.“ (V. Hufgard, Schulpsychologin)

Durch diese Definition ist es jetzt leichter, sinnvoll zu reagieren. Bei Bedarf wird auch mit den Eltern über diese Definition gesprochen. Die verschiedenen Maßnahmen greifen. Mobbingfälle sind stark zurückgegangen.

Die Anzahl der Konflikte ist aber gleichbleibend hoch zu nennen. Eine konstruktive Konfliktbewältigung wird von nur wenigen SchülerInnen beherrscht. Auch klafft die Einschätzung von Gewalt (Konfliktpotenziale) sehr weit auseinander. Eine einfache Befragung bei LehrerInnen und SchülerInnen, die auf persönliche Einschätzungen beruhte, zeigt enorme Unterschiede in der Rangliste. Auch zeigen sich in der Diskussion unter LehrerInnen, dass auch hier die persönlichen Wahrnehmungen zu Gewalterscheinungen sehr unterschiedlich sind. Bei unserer Gewalttrangliste haben wir die Gruppen nach Alter und Geschlecht eingeteilt. Die Unterschiede sind zum Teil sehr gravierend. Die Weiterarbeit zu diesem Thema ist zwingend notwendig. Weitere pädagogische Konferenzen und Fortbildungen zur Thematik werden in den nächsten Jahren folgen.

Faktoren, die helfen

Regeln etablieren

Grundsätzliche Regeln des Zusammenlebens in der Schule sind in unserem Schulprogramm formuliert. Es ist uns wichtig, auf die Veränderungen in der Schule schnell zu reagieren. Schon frühzeitig haben wir auf die Ausuferung des Gebrauches von Handys reagiert. Um unsere Schüler zu schützen, wurden die Handys während des Schultages auf dem Schulgelände verboten. Trotz verschiedener Appelle an Eltern und Schülern war der Mißbrauch leider nicht einzudämmen.

Seid wir beobachtet haben, dass Schüler sich während der Pausen mit Musikhören abkapselten und soziale Kontakte vernachlässigten, sind auch Medien der Unterhaltungsindustrie während des Schultages und bei Schulveranstaltungen verboten.

So wird das Regelwerk der Schule immer wieder neu durchdacht und verändert. Zusätzlich zum grundsätzlichen Regelwerk der Schule erstellt die Klassengemeinschaft besondere Regeln für das Zusammenleben in der Klasse - je nach Bedarf und altersgerecht.

Grenzen setzen

Zu jeder pädagogischen Aktion gehört das Grenzsetzen. Ein Lehrer, der keine Grenzen setzt, handelt unpädagogisch. Schüler brauchen einen Rahmen, in dem sie sich sicher bewegen können. Dieser Rahmen gibt ihnen Halt und hilft ihnen bei der Entwicklung der eigenen Persönlichkeit.

Das Grenzen setzen wird in pädagogischen Konferenzen immer wieder kontrovers diskutiert. Hier ist der Austausch zwischen erfahrenen und weniger erfahrenen Kollegen eine wichtige Grundlage für das gemeinsame Handeln. Ein Rezept für das Handeln kann es aber nicht geben, da jede Situation anders ist, jeder anders die Situation wahrnimmt und jeder andere Handlungsmöglichkeiten hat. Aber eine möglichst ähnliche Reaktion ist anzustreben.

Lernkultur verbessern

Durch Fortbildungen im Bereich des Lernens und durch die Umsetzung der Erkenntnisse sind wir bestrebt die Lernkultur zu verbessern.

Sozialklima verbessern

Im 5. Jahrgang wird intensiv am Sozialklima der Klasse gearbeitet: Der Klassenlehrer hat eine Stunde in der Woche zur Verfügung, um zum Beispiel den Klassenrat stattfinden zu lassen.

Natascha?

Hilfestellung beim Erwerb der Geschlechterrolle

Schulhof- und Schulgebäudegestaltung

Um Konflikten entgegenzuwirken sind die Pausenhöfe nach Jahrgangsstufen getrennt: Auf dem Außenhof können sich die Jahrgänge 5-8 aufhalten. Hier sind Spielmöglichkeiten, wie zum Beispiel Tischtennisplatten, vorhanden. Der Innenhof ist den Jahrgänge 9 und 10 vorbehalten. Hier finden sich viele Möglichkeiten, sich in Sitzmöglichkeiten zu nutzen.

Zur Gebäudegestaltung siehe „Das Gebäude“(Seite x).

Genaue Regelung ergänzen :Öffnung des Gebäudes in der Pause?

Faktoren, die kontraproduktiv sind

Leistungsdruck, häufige Leistungskontrollen, zu hoher Hausaufgabenaufwand, Überforderung, Unterforderung und Etikettierungen sind kontraproduktiv. Wir wollen diese Faktoren minimieren, auch wenn die Gesellschaft andere Erwartungen an die Schule stellt.

Durch Beratung der Eltern möchten wir den Kindern die Freude an der Schule erhalten bzw. wecken. Ein Kind, das permanent an der Realschule überfordert ist, wird unglücklich. Viele Eltern –so zeigt es die Erfahrung – sind beratungsresistent. Ihre Angst, dass ihr Kind die angestrebte Schulausbildung nicht erhält, lässt viele Eltern die Gesundheit ihres Kindes außer Acht lassen. Hier ist Überzeugungskraft gefragt und manchmal müssen Entscheidungen getroffen werden, die schwer fallen. Die gleiche Situation entsteht – wenn auch seltener – wenn ein Schüler unterfordert ist.

Leistungskontrollen werden an unserer Schule auf ein Minimum beschränkt. Wichtiger ist es uns, dass die Schüler ihre Defizite erkennen. Durch Eigendiagnose, durch die Diagnose des Lehrers oder mit Hilfe eines professionellen Angebotes wird die Diagnose der Leistungen an unserer Schule immer weiter ausgebaut. Wir werden mit Hilfe unsere Erfahrungen die Diagnostizität weiter verfeinern.

Unterricht verbessern - Kultur des Lernens entwickeln

Es ist unser Bestreben den Unterricht weiter zu verbessern. Uns ist wichtig den Unterricht nach folgenden Kriterien zu gestalten:

- schülerorientierter Unterricht
- erkennbarer Lebensweltbezug
- förderndes Lehrerengagement

- didaktisch-methodische Phantasie
- individualisierte Lernzugänge
- individualisierte Lernformen
- Vielzahl von Lernorten
- Vielzahl von Lernumgebungen.

Durch Austausch, Fortbildung, paralleles Arbeiten, gemeinsames Vorbereiten von Unterrichtsreihen wollen wir hier unseren Unterricht weiter verbessern. Wir können uns auch ein gegenseitiges Hospitieren vorstellen, oft scheitert dies jedoch an den Stundenplänen.

Leitmotiv für das jeweilige Schuljahr

Eingangsphase

Da die neuen Schülerinnen und Schüler aus verschiedenen Grundschulen kommen, müssen sie sich zunächst einmal aneinander und an die neue Schule gewöhnen. In der Einführungswoche haben die Klassen deshalb zunächst vermehrt Unterricht bei ihren neuen Klassenlehrerinnen und Klassenlehrern. In diesen ersten Tagen stehen das Kennenlernen der Mitschülerinnen und Mitschüler, der Schule und der Regeln des gemeinsamen Lernens im Vordergrund.

Das 5. Schuljahr – Klassengemeinschaft stärken

Die Schülerinnen und Schüler der 5ten Klassen kommen aus verschiedenen Grundschulen in Gronau. Deshalb liegt der Schwerpunkt in dieser Klassenstufe auf der Stärkung der Klassengemeinschaft.

➤ Fairmobil

Nach dem ersten halben Jahr kommt das Fairmobil zu den 5ten Klassen. Die Schülerinnen und Schüler müssen unter Anleitung eines externen Kooperationspartners Aufgaben bearbeiten. Den Klassenlehrerinnen und Klassenlehrern kommt dabei die Aufgabe der Beobachter zu. In einem Abschlussgespräch mit dem Team des Fairmobils werden dann Konflikte und Probleme, die innerhalb der Klasse und in der Schule aufgedeckt und besprochen.

➤ Soziales Kompetenztraining

In Kooperation mit der Diakonie besteht die Möglichkeit ein mehrwöchiges soziales Kompetenztraining zu durchlaufen. Dieses Training ist für Klassen vorgesehen, in denen sich auf Grund der Zusammensetzung vermehrt Probleme ergeben. In diesem Training wird intensiv an der Konflikt- und Teamfähigkeit der Schülerinnen und Schüler gearbeitet.

➤ Außerunterrichtliche Aktivitäten

Bei den Sportfesten der Schule steht nicht die individuelle Leistung im Vordergrund, sondern die Klassen treten im Fußball und in der Leichtathletik als Team an. In den Klassen werden darüber hinaus noch weitere Aktivitäten geplant und durchgeführt wie z.B. Ausflüge oder gemeinsames Backen zu Weihnachten.

Am Ende des Schuljahres sollte jeder Schüler von sich sagen können:

1. Ich fühle mich als Teil der Klasse und fühle mich wohl.
2. Ich kann mit jedem Schüler in meiner Klassen (zusammen)arbeiten.
3. Ich beachte die Gesprächsregeln in meiner Klasse
4. Ich bin verlässlich.
5. Ich bin rücksichtsvoll.
6. Ich kann Konflikte angemessen lösen.

Das 6. Schuljahr – Klassengemeinschaft stärken, Schulknigge für außerschulische Veranstaltungen

Soziales Lernen ist ein wichtiges Element unserer pädagogischen Arbeit vor allem in der 5. Klasse. Aufbauend auf das dort bereits eingeübte Miteinander von Schülern, Lehrern und Eltern bezieht die Arbeit in der 6. Klasse verstärkt auch außerschulische Lernorte mit ein. Die Ausweitung unseres Miteinanders erfolgt insbesondere im Rahmen einer mehrtägigen Klassenfahrt. Ziel der Fahrt ist vor allem die Gesundheitserziehung: Die Inhalte werden von den einzelnen Klassen gewählt.

Außerdem ist allen Klassenfahrten gemeinsam, dass Lehrer und Schüler die Möglichkeit eines neuen und anderen Kennenlernens haben. Eingefahrene Verhaltensweisen können aufgeweicht werden und die Kontakte untereinander (sowohl mit anderen Schülern als auch mit den Lehrern) intensivieren sich. Schwierige Situationen bringen die Gruppen häufig enger zusammen.

Die Schüler sind während ihrer Klassenfahrt gefordert, gemeinsame Aktivitäten zu planen und dabei die Bedürfnisse Einzelner nicht aus den Augen zu verlieren. Das erfordert Rücksichtnahme und zwar 24 Stunden am Tag und nicht nur für die Dauer von 6 Schulstunden. Auch die Zubereitung gemeinsamer Mahlzeiten und das gemeinsame Essen sind Erfahrungen, die das soziale Miteinander festigen und verstärken.

Eine Klasse, die gemeinsam „auf Fahrt“ war, wird in jedem Fall eine andere sein. Der alltägliche Umgang miteinander ist enger und konfliktfreier.

Am Ende des Schuljahres sollte jeder Schüler von sich sagen können:

1. Ich beachte die Regeln der Klasse 5.
2. Ich verhalte mich vorbildlich in der Öffentlichkeit, weil ich Botschafter meiner Schule bin.
3. Ich benehme mich bei den gemeinsamen Mahlzeiten.
4. Ich verhalte mich rücksichtsvoll in dem gemeinsamen Zimmer.
5. Ich Sorge für eine positive Atmosphäre bei den gemeinsamen Aktivitäten.

Das 7. Schuljahr – Ich trage zur Versöhnung bei

Unsere Schule hat sich verpflichtet (s. Schulprogramm), Demokratie zu fördern und den Rechtsextremismus alter und neuer Prägung zu bekämpfen; deshalb dürfen wir uns auch „Schule ohne Rassismus“ nennen. Im Rahmen dieser Zielsetzung ist es notwendig, sich mit der Zeit des Nationalsozialismus und seinen Folgen auseinander zu setzen und daraus Konsequenzen für die Gestaltung von Gegenwart und Zukunft zu ziehen.

Im Rahmen der gewaltpräventiven Arbeit an unserer Schule möchten wir die Selbst- und Sozialkompetenz unserer Schülerinnen und Schüler stärken und Teamfähigkeit entwickeln,

sowie kompetente Verhaltensbeobachtungen im Lern- und sozialen Bereichen fördern. Dazu gehört, dass die Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufen 7 im Rahmen des Projektes „Gegen das Vergessen“ zum Dokumentations- und Informationszentrum nach Papenburg fahren (DIZ), wo sie in einer Ausstellung und einem Vortrag die Geschichte der nationalsozialistischen Emslandlager kennenlernen.

Besonderer Schwerpunkt dieses Projektes ist jedoch die gärtnerische Pflege der Gedenkstätte Esterwegen. Dort können sich die Schülerinnen und Schüler aktiv einbringen und im Team arbeiten und erkennen, dass man gemeinsam etwas erreichen kann und erfolgreich sein kann. Gleichzeitig ist man bei der gärtnerischen Pflege der Gräber im Gespräch und setzt sich aktiv mit dem Thema Nationalsozialismus auseinander und zieht daraus Konsequenzen für sein eigenes Handeln.

Das Gefühl für andere etwas getan zu haben, bleibt bei den Schülerinnen und Schülern lange haften und wirkt unterstützend in der gewaltpräventiven Arbeit an unserer Schule.

Am Ende des Schuljahres sollte jeder Schüler von sich sagen können:

1. Ich beachte die Regeln der vorherigen Jahrgangsstufen.
2. Ich lebe in Deutschland und nutze die Vorteile des Landes. Ich weiß von den Verbrechen während des Nationalsozialismus und trage meinen Teil zur Versöhnung bei.

Das 8. Schuljahr – Faire Kommunikation

Im 8. Schuljahr erfolgt die Fortsetzung des bereits eingeübten positiven Verhaltens der vergangenen Schuljahre. In einem Projekttag, der vom Klassenlehrer zu Beginn des ersten Halbjahres durchgeführt wird, untersuchen die Schüler folgende Teilaspekte und lernen durch Übungen ihr Verhalten zu reflektieren und positiv zu verändern. Grundlegende Kenntnisse über das Miteinander der Menschen sind dabei Voraussetzung. Folgende Teilthemen sollen behandelt werden:

1. Wahrnehmung schärfen
2. Vierseitig kommunizieren
3. Körpersprache
4. Gefühle
5. Gesprächshaltungen im Konflikt
6. Feedback

Für die Unterrichtskommunikation sind folgende Variablen von Bedeutung:

1. Reversibilität/Irreversibilität von Äußerungen
2. Häufigkeit von Fragen
3. Häufigkeit von Befehlen/Aufforderungen
4. Freundlichkeit/Höflichkeit
5. Häufigkeit des Wortes „bitte“
6. Wertschätzendes oder abwertendes Bild des Schülers
7. Entspannte/gespannte Haltung
8. Ruhige/erregte Haltung
9. Gespannte/gelöste Klassenatmosphäre
10. Häufigkeit des Lächelns
11. Ausmaß der Bebilderung des Klassenzimmers
12. Wie denkt der Lehrer über die Klasse

Ein positives Lernklima ist Voraussetzung für das Gelingen des Projektes. Das Projekt sollte im Teamteaching erfolgen.

Am Ende des Schuljahres sollte jeder Schüler von sich sagen können:

1. Ich beachte die Regeln aus den vorherigen Jahrgangsstufen.
2. Ich kann aktiv zuhören.
3. Ich wende Ich-Botschaften an.
4. Ich gebe angemessenes Feedback.

Im Anhang findet sich ein Vorschlag für einen möglichen Ablauf des Projektes.

Das 9. Schuljahr - Zukunft gestalten

In dieser Jahrgangsstufe legen unsere Schülerinnen und Schüler die Grundlage über die Gestaltung ihres weiteren Bildungsweges, d. h. über eine mögliche Aufnahme eines Berufsausbildungsverhältnisses oder über eine weitere schulische Bildung in Schulen der Sekundarstufe II.

Dies bedeutet für die Lehrerinnen und Lehrer ihnen Orientierung zu geben, indem sie verstärkt über mögliche Abschlüsse und die Berechtigungen für damit verbundene weitere Bildungswege beraten sowie die Berufswahlfähigkeit der Schülerinnen und Schüler fördern.

Unterricht, Erkundungen, Projekte zum Bewerbungstraining mit außerschulischen Partnern und das Schülerbetriebspraktikum tragen dazu bei, dass durch konkret anschauliche Beobachtung und praktische Tätigkeit die Berufs- und Arbeitswelt erfahren werden kann.

Für die Umsetzung sind der Klassenlehrer und der Politiklehrer in Zusammenarbeit mit unserer Schulsozialarbeiterin Frau Einik und den StuBos Frau Uesbeck und Frau Woitzek zuständig. Im Fach Politik steht in dieser Stufe die Berufswahlorientierung zentral.

Am Ende des Schuljahres sollte jeder Schüler von sich sagen können:

1. Ich habe die Regeln der unteren Jahrgangsstufen beachtet.
2. Ich habe die Verantwortung für meine Zukunft übernommen.
3. Ich kann meine eigenen Fähig- und Fertigkeiten einschätzen.
4. Ich kenne mehrere Berufsbilder aus den 3 Bereichen Handwerk/Technik, Wirtschaft/Verwaltung und Pflege/Soziales.
5. Ich habe erfolgreich mein Betriebspraktikum absolviert.
6. Ich weiß, wie ich mich bewerben muss.

Das 10. Schuljahr - Zivilcourage zeigen

Für demokratisches Handeln ist Zivilcourage eine grundlegende Tugend. In der Schule verbringen Kinder und Jugendliche einen großen Teil ihrer Lebenszeit und finden Bedingungen, unter denen sozialer Mut nicht nur gelernt, sondern auch praktisch angewandt werden kann. Besonders im Verlauf des 10. Schuljahres ergeben sich zahlreiche Situationen für die Schüler/-innen unserer Schule, bei denen die verschiedensten Ausprägungen der Zivilcourage wie '...Hilfsbereitschaft, Einsicht, Besonnenheit, Selbstbeherrschung, Redlichkeit, Toleranz und Kooperation gefragt sind'.¹

1

Singer, Kurt: Zivilcourage in der Schule – Eine demokratische Tugend lernen.
In: Meyer, Gerd (Hrsg.): Zivilcourage lernen. Analysen, Modelle, Arbeitshilfen (2004)

Merkmale der Zivilcourage, die in diesen Situationen zum Tragen kommen, können dabei wie folgt umschrieben werden:

- Zivilcourage beinhaltet die Verantwortung für sich und für andere.
- Zivilcourage ist keine Eigenschaft oder Tugend, sie ist ein „Typus des sozialen Handelns“; sie ist handlungsorientiert, das heißt, sie kommt in akuten oder konkreten Situationen zum Tragen, wenn die Empfindung auftritt: „Jetzt müsste ich eigentlich etwas tun.“
- Zivilcourage verlangt öffentliches Handeln im Alltag.

In diesem Sinne sollen unsere Schüler/-innen für ihre eigenen und die Belange ihrer Mitschüler **Zivilcourage zeigen**, indem sie z.B.:

- im alltäglichen Geschehen während des Unterrichts oder während der Pausen bei Streitigkeiten untereinander oder bei ungerechtfertigter Behandlung durch Lehrer und Lehrerinnen das Wort ergreifen und für Schwächere und Benachteiligte eintreten.
- als Mitglied der Schülervertretung bei der Gestaltung des Schullebens mitwirken und sich an wichtigen Entscheidungen der Schule beteiligen.
- demokratische Entscheidung innerhalb der 10er Klassen im Zusammenhang mit den Abschlussfeierlichkeiten und der Abschlussfahrt treffen. Besonders die Gestaltung der letzten Schultage, des Abschlussgottesdienstes usw. erfordert ein hohes Maß an Gemeinsinn und Rücksichtnahme aller Beteiligten.

Während ihrer Zeit an der Fridtjof-Nansen-Realschule sollen unsere Schüler darin bestärkt werden, achtsam miteinander umzugehen, Rücksicht zu nehmen, die Meinung des anderen ernst zu nehmen, einander zu unterstützen. Unsere Schüler werden ermutigt, nach moralischen Maßstäben zu handeln und nicht nur darauf zu schauen, was andere vorschreiben. Zivilcourage soll nicht nur *„gelernt“*, sondern *erfahren*, und immer wieder durch Kritik und Selbstkritik bewusst gemacht werden.²

Am Ende des Schuljahres sollte jeder Schüler von sich sagen können:

1. Ich beachte die Regeln der vorherigen Jahrgangsstufen.
2. Ich bin aktiv und setze mich für die Belange meiner Schule ein.
3. Ich setze mich jederzeit für Schwächere ein.
4. Ich bin Vorbild.

2

Singer, Kurt: Zivilcourage in der Schule – Eine demokratische Tugend lernen.
In: Meyer, Gerd (Hrsg.): Zivilcourage lernen. Analysen, Modelle, Arbeitshilfen (2004)

Ebenen der Gewaltprävention

Individuelle Schülerebene

Es ist selbstverständlich, dass jeder Schüler nach seinen Fertigkeiten und Fähigkeiten gefördert wird. Unser großes Angebot (siehe Konzept Individuelle Förderung und ZIEL) zeigt unsere Intentionen. Auch die Hilfe durch Mentoren, die an unserer Schule installiert wurde, zeigt den großen Einsatz der Lehrer zum Wohle der Kinder.

Unsere Erziehung hat immer auch die Entwicklung der Konfliktfähigkeit und die Empathiebildung zum Ziel.

Klassenebene

Innerhalb der Klasse ist soziales Kompetenztraining sehr wichtig.

Mitgestaltung, Mitbestimmung Klassenrat, Klassenvertrag

Eink?

Konfliktsprechstunden: Schulsozialarbeit

Eink?

Schulebene

Krisenmanagement und Notfallpläne

Elternebene

Es ist wichtig, dass Eltern über die Arbeit der Schule gut informiert sind. Wichtige Hilfen zur Kommunikation im Schullalltag sind die lo-net2-Plattform und das Logbuch / Mitteilungsheft.

In regelmäßigen Abständen erscheint „Unsere Schule“, ein Elternbrief, der alle Eltern über Neuigkeiten informiert.

Hilfestellungsangebote,

Beratungsangebote

Einbeziehung bei Entscheidungen

Eink

Krisenlagen vorbeugen

frühzeitiges, konsequentes Handeln, Ausschöpfen der erzieherischen Einwirkungen, Ordnungsmaßnahmen sinnvoll anwenden, Kriminelles Handeln anzeigen

Eink

Flyer für Schüler

Unsere Schule nimmt Mobbingvorfälle sehr ernst und hat deshalb einen schuleigenen Flyer für Schüler und für Eltern konzipiert, der erste Hilfen gibt. (siehe Anhang)

Tagebuch

In einem Tagebuch hält der betroffene Schüler seine Beobachtungen fest. Mit Hilfe dieser Beobachtungen stellt der betreuende Lehrer dann fest, ob es sich um Mobbing oder um eine andere Form der Verletzung handelt. Anschließend bespricht er mit dem Schüler die Vorgehensweise. Es wird nichts unternommen, was nicht mit dem Schüler abgesprochen wurde. Handelt es sich allerdings um Dinge, die ein Anzeige bei der Polizei erforderlich machen, wird der Schüler zwar darüber informiert, aber es bedarf nicht seiner Zustimmung.

e-Mail

Für sehr dringende Vorkommnisse hat die Schule eine extra e-Mail-Adresse. Ein Lehrer meldet sich innerhalb eines Tages beim Schüler und gibt erste Hilfen.

Die Gebäude

Das Schulgebäude besteht aus vier Bauabschnitten. Der älteste Bauabschnitt entstand in den dreißiger Jahren des letzten Jahrhunderts. Es erfolgten zwei weitere Bauabschnitte in den fünfziger und siebziger Jahren. Der letzte Abschnitt wurde 2001 fertiggestellt. Trotz der vielen Anbauten ist sowohl der Unterrichtsbereich als auch der Pausenbereich zu klein. Die Raumenge begleitet die Schule seit vielen Jahren.

Ein Hoffnungsschimmer keimte auf als sich die Schulkonferenz für die Einführung des Ganztages entschied. Leider lehnte die Politik des Schulträgers diesen Wunsch mit der Begründung von finanziellen Schwierigkeiten ab.

Der finanzielle Engpass des Schulträgers verhindert immer wieder eine Verbesserung der Situation. Der Pausenhof ist viel zu klein, so dass ein Angebot von sinnvollen Beschäftigungen während der Pausen aus Sicherheitsgründen abgelehnt werden muss. Der Anfang in den neunziger Jahren durch Anpflanzungen den Pausenhof etwas attraktiver zu machen, ist nur eine kleine Verbesserung.

Im Innern des Gebäudes sorgt die Fachkonferenz Kunst für ein ansprechendes Aussehen. Alle Flure werden als Ausstellungsflächen für Schülerarbeiten genutzt. Diese Ausstellungen werden ständig verändert, ergänzt, erneuert. Dass unsere Schüler dieses sehr schätzen, erkennt man am geringen Vandalismus auf den Fluren.

Schwieriger ist es, den Vandalismus auf den Schülertoiletten in den Griff zu bekommen. Im Frühjahr 2011 sah sich die Schulleitung aufgrund der extremen Verschmutzung und des Vandalismus gezwungen, die Toiletten während der Unterrichtsstunden zu schließen. Seitdem hat sich die Situation entspannt.

Hilfen durch außerschulische Partner/Kooperationspartner

Sprechstunde/Diakonie

Seit 2009 besteht eine Kooperation mit der Diakonie. In vierzehntägigem Abstand bietet die Diakonie Sprechstunden für Schüler, Eltern und Lehrer an. Die Sprechstunden sind immer ausgebucht. Die Zusammenarbeit verläuft reibungslos.

Ein weiteres Angebot ist das soziale Kompetenztraining für Klassen im 5. Schuljahr. Leider bezahlt der Schulträger immer nur ein Training pro Jahr, deshalb kann nur eine Klasse teilnehmen. Auch dieses Training zeigt gute Erfolge.

Jungenarbeit/Caritas

In Zusammenarbeit mit der Caritas versucht die Schule ein Coolnesstraining für Jungen im 6. Schuljahr anzubieten. Leider konnte dieses Training bisher nur dreimal durchgeführt werden. Die Anträge dazu, die jedes Jahr immer wieder gestellt werden, werden vom Schulträger aus finanziellen Gründen häufig abgelehnt.

Fairmobil/Jugendrotkreuz

Jährlich nehmen alle Klassen des 5. Schuljahres am Projekttag Fairmobil teil. Die Finanzierung wird durch einen Teilnahmebetrag geregelt. Die Klassenlehrer erhalten hier hilfreiche Hinweise zu einzelnen Schülerinnen und Schülern und zur Klassengemeinschaft.

Lehrergesundheit

Dass das Thema Gesundheit im Alltag der Lehrerinnen und Lehrer eine prominente Rolle spielt, zeigt eine Bestandsaufnahme bereits bestehender Aktivitäten und Angebote und durch die durchdachte Organisation des Schulalltags:

- „Lobkultur“ zu Beginn jeder Lehrerkonferenz
- Wunschzettel zur Planung des neuen Schuljahres an die Schulleitung
- vielfältiges Fortbildungsangebot
- Angebote der Supervision
- Arbeitsgemeinschaften und Arbeitsgruppen zum Austausch untereinander
- Lehrerraumprinzip
- Ansprechpartner für neue Kollegen
- Vertretungskonzept
- Schulsozialarbeit
- Freundliche Arbeitsatmosphäre: kollegiales Duzen
- Gespräche mit der Schulleitung (100-Tage-Gespräche)
- Entlastungsstunden nach dem Punktekalalog
- arbeitserleichternde Programme: Lo-net-Plattform, Schild, Untis
- Lehrerarbeitsraum
- jährlicher Sicherheitscheck der Räume
- auf dem Weg zur Fair-Trade-Schule: fair gehandelte Produkte im Schulalltag
- Gemeinsames Grillen nach der ersten Konferenz am Ende der Ferien
- Gemeinsame Feste und Feiern: jährlicher Lehrerausflug (wird abwechselnd von den Fachschaften der Schule organisiert)
- Winterspaziergang mit anschließendem gemeinsamen Essen
- Nette Bewirtung der Geburtstagskinder bei ganztägigen Konferenzen oder Fortbildungen
- gemeinsame Unternehmungen des Kollegiums, zum Beispiel Tagestouren zur Entspannung am die Nordseeküste (Norderney 2014, Greetsiel 2015)
- Teilnahme an Wettkämpfen, z.B. Hamburg Marathon, Enschede Marathon

Anhang:

Faire Kommunikation (8. Schuljahr)

Möglicher Ablauf des Projekttages (Vorschlag)

Zeitdauer	Inhalte	Materialien/Methode
20 min	Begrüßung, Einführung,	Spiele auswählen, die als Türöffner etc. geeignet sind.
20 min	Wahrnehmungen schärfen	M1 Optische Täuschungen
5 min 20 min	Die vier Seiten der Nachricht a) Lehrervortrag zum Thema ³ b) Übung: die vier Seiten der Nachricht	M2 Think-Pair-Share
25 min	Körpersprache	M3a und M3b
10 min	Den richtigen Abstand finden	Übung im Plenum
35 min	Gefühle Anmerkung: Der Lehrer sollte die darstellenden Schüler während der Gruppenarbeit fotografieren, damit sie während des Plenums mitdiskutieren können.	Gruppenarbeit (M4): Gefühle ausdrücken
10 min	Gesprächshaltungen bewerten	M5
35 min	Tipps für gute Gespräche entwickeln und ausprobieren	M5
Restzeit des Vormittags	Verabredungen für faire Kommunikation in der Klasse: <ol style="list-style-type: none">1. Welche Regeln wollen wir einüben?2. Welche Regel ist noch nicht beachtet worden? (Feedback, Ich-Botschaften)3. Reihenfolge festlegen4. Welches Signalwort wird verabredet, wenn jemand die Regeln nicht einhält?5. Weitergabe an alle Fachlehrer der Klasse	Plakate für den Klassenraum und alle Fachlehrer erstellen (L. muss evtl Hilfestellung geben.)

³ Siehe: Gugel, Günther: Handbuch Gewaltprävention 2, Tübingen 2010, Seite 285 - 309

15 min einplanen	Evaluation des Tages	
---------------------	----------------------	--

M1 Optische Täuschungen

Geeignete Internetseiten:

<http://www.michaelbach.de/ot/index-de.html>

<http://www.wasistzeit.de/ot/a1.htm>

Es gibt noch sehr viel mehr im Internet dazu zu finden.

M2 Die vier Seiten der Nachricht

Du bist Schülerin/Schüler der 8. Klasse. Der Englischunterricht interessiert dich heute nicht besonders. Du malst auf einem Blatt in deinem Heft in künstlerisch anspruchsvoller Weise ein Namensschild mit deinem Namen.

Die Lehrerin/Der Lehrer sieht das, sagt „Wir haben jetzt keinen Kunstunterricht.“ Sie nimmt dir das Blatt weg und zerreißt es vor der Klasse.

1. Aufgabe (Einzelarbeit)

Analysiere die vier Seiten dieser Nachricht

- aus der Sicht der Lehrerin/des Lehrers (Sender)
- aus der Sicht der Schülerin/des Schülers (Empfänger).

1. Inhalt	2. Beziehung
3. Appell	4. Selbstoffenbarung

2. Aufgabe (zuerst Partner- dann Gruppenarbeit). Eure Meinung ist gefragt.

- Was hat die Lehrerin/der Lehrer wohl gemeint?
- Was ist bei der Schülerin/dem Schüler vermutlich angekommen?
- Wie hätte die Lehrerin/der Lehrer auch reagieren können? Sucht mehrere Möglichkeiten!
- Bewertet eure Vorschge aus 2c).

M3a Körpersprache

Was drücken die ersten sechs Bilder deiner Meinung nach aus. Überlege zuerst allein. Wie sieht dein Nachbar diese Bilder?

1. Bild:



2. Bild:



3. Bild:



4. Bild:



5. Bild:



6. Bild:



1. Bild: _____

2. Bild: _____

3. Bild: _____

4. Bild: _____

5. Bild: _____

6. Bild: _____

M3b Gesten

1. Bild:



2. Bild:



3. Bild:



1. Wie interpretierst du diese Gesten? Notiere!

1. Bild: _____

2. Bild: _____

3. Bild: _____

Gruppenarbeit:

Probiert Gesten aus, die

- beruhigen
- provozieren
- beschichtigen
- trösten.

Stellt einige davon im Plenum vor, ohne sie vorher zu nennen. Erkennt das Plenum eure Gesten?

M4 Gefühle ausdrücken

Körpersprachliche Ausdrucksformen und ihre richtige Interpretation spielen in Konfliktsituationen eine große Bedeutung. Dabei ist davon auszugehen, dass Fehlwahrnehmungen und falsche Zuschreibungen oft vorkommen. Besonders Menschen, die in verschiedenen Kulturen groß werden, verstehen oft die verschiedenen Körpersprachen nicht.

Erkundigt euch bei den Klassenkameraden, die in einem anderen Land geboren sind, ob sie einige typische Missverständnisse kennen. Auch Männer und Frauen drücken gleiche Gefühle unterschiedlich aus. Vielleicht entdeckt ihr einige bei den Jungen bzw. bei den Mädchen eurer Klasse.

Übt folgende Gefühle zuerst in reinen Mädchen- bzw. reinen Jungengruppen ein und stellt sie dann im Plenum vor.

Untersucht die Unterschiede!

Stellt folgende Gefühle nur durch Körpersprache dar:

- aggressiv
- wütend
- drohend
- gewalttätig
- cool
- abwartend
- ängstlich
- unterwürfig
- gelangweilt
- unentschlossen
- durchsetzungsfähig
- nervös
- müde
- angespannt.

Achtet dabei auf die Körperhaltung, Gestik und Mimik des Darstellers.

Die besten Darstellungen sollten für das Plenum fotografiert werden.

M5 Gesprächshaltungen

Welche Gesprächshaltungen wirken in einem Konflikt eher eskalierend, welche eher deseskalierend?
Überprüfe und markiere! (Einzelarbeit)

- ✓ Hilfreich, eher deeskalierend
- Wenig hilfreich, eher eskalierend

- Bewusstes Begrüßen und Verabschieden
- Blickkontakt
- Ins Wort fallen
- Reizwörter gebrauchen
- Argumentieren und begründen
- Nur die eigene Seite sehen
- Persönliche Angriffe
- Falsche Behauptungen
- Auf den anderen eingehen
- Überzeugen können
- Kein Blickkontakt
- Rechtfertigen
- Anschuldigen, beschuldigen
- Um Zustimmung bitten
- Nachfragen
- Abwiegeln
- Am anderen vorbeireden
- Überreden wollen
- Eigene Betroffenheit deutlich machen
- Ausreden lassen
- Zusammenfassen
- Reizwörter vermeiden
- Keine Begrüßung, keine Verabschiedung
- Humorlos
- Verbittert sein
- Keine Zeit haben
- Abgewandte Körperhaltung
- Kein Interesse zeigen
- Von eigenen Gefühlen sprechen
- Sätze mit dem Wort „ich“ beginnen
- ...

Entwickle mit einem Partner Tipps für gute Gespräche!

Probiert eure Tipps anschließend in einer Gruppe aus, indem sich zwei unterhalten und zwei beobachten, ob die Tipps eingehalten wurden. Wechselt zwischendurch die Rollen. Bewertet dann eure Tipps und verbessert sie bei Bedarf.

Diskutiert sie im Plenum!