

BERUFSSCHULE ROHRBACH

Die Themenbereiche der „Vitalen Schule -Schule mit Herz“ ziehen sich durch fast alle Gegenstände. Die Themen werden durch den Klassenlehrer oder durch externe Fachleute behandelt. Zusätzlich gibt es Exkursionen, Referate und Präsentationen durch die Schüler sowie eine kreative Auseinandersetzung mit den Themen, wie z.B. Plakate, visuelle Darstellungen im Speisesaal oder in der Schulhalle. Es gibt in jedem Lehrgang Schwerpunkte, manche Themen ziehen sich aber über das ganze Schuljahr.



Die Berufsschule Rohrbach befasst sich umfassend mit dem Thema **gesunde Ernährung**. Es finden Verkostungen von gesunden Lebensmitteln wie Obst, Joghurts und Brot statt und die SchülerInnen werden über deren Gesundheitswert informiert. In der Internatsküche wird großer Wert auf biologische und regionale Lebensmittel gelegt, es werden täglich Salate und Obst angeboten, außerdem gibt es Xsund- und Wellnessstage in der Schule.

Es finden außerdem **Kochworkshops** statt, wo die Kinder animiert werden, gesunde Speisen selbst herzustellen. Je nach Saison wird aufgeköcht, der Tisch zum Anlass passend dekoriert, serviert und auch gemeinsam gegessen. Spezielle Benimmregeln bei Tisch werden den Schülern dabei vermittelt. Es gibt manchmal gemischte Gruppen, aber auch z. B. eine reine „Männergruppe“ die dann ihre Freundinnen kulinarisch „verführen“ dürfen.



Auch das Thema **Bewegung** wird in der Schule ausführlich behandelt. Es gibt bewegte Pausen im Unterricht, kinesiologische Übungen, Bildschirmtübeter, progressive Übungen zur Muskelentspannung und Trainingsmöglichkeiten im Fitnessraum, wo geschulte Lehrer zur Verfügung stehen und beraten.

Zum Thema **Suchtprävention** wurde eine Rauchstraße aufgebaut, das Thema wird im Unterricht behandelt und auch ein Schuldnerberater hält Vorträge im Rahmen des Unterrichts. Das Problem „Nikotin“ ist heuer ein Schwerpunktthema an der Schule.

Zur **Stressbewältigung** werden verschiedene Entspannungsmethoden erlernt und in den Unterricht eingebaut.

Zum Thema **Lerncoaching und lerntypengerechtes Lernen** werden die Schüler von den Lehrern beraten, es wird aber auch Lernhilfe für Schüler von Schülern angeboten.

Durch diese Maßnahmen wird versucht, das körperliche, geistig/seelische und soziale Wohlbefinden der SchülerInnen und LehrerInnen zu verbessern. Der Vitalgedanke wurde auch in das Leitbild der Schule aufgenommen.

Weiterentwicklung

Neben vielen anderen gesundheitsfördernden Maßnahmen legt die Berufsschule Rohrbach auch großen Wert auf Bewegung. Bei dem Programm „Die 4 besten 5er“ handelt es sich um ein Bewegungsprogramm für Schüler und Schülerinnen aber auch für Lehrer und Lehrerinnen an der Berufsschule.

Es wurde vereinbart, dass alle Lehrerinnen und Lehrer in der 3. Unterrichtseinheit täglich dieses Programm mit den Schülern durchführen. Auch an den Nachmittagen sollten die Übungen nochmals wiederholt werden.

Es gibt für jeden Tag eine neue Übung. Die Bewegungsübung vom Vortag wird auch nochmals wiederholt. Somit sind dann am Freitag 5 Übungen zu wiederholen. Die Übungen werden von einem Schüler oder Lehrer vorgezeigt.



Das Ziel dieses Bewegungsprogrammes sollte sein, dass Haltungsschäden vermindert werden und ein Bewusstsein für den eigenen Körper entsteht. Gleichzeitig ist es ein täglicher Impulsgeber für ein Mindestmaß an Bewegung.

Auch auf den Unterricht selbst hat dieses Programm positive Auswirkungen - es lockert auf, bringt Abwechslung in den Unterrichtsverlauf und steigert die Konzentration.

„Zusammen entspannen“ - Unter diesem Motto wurden für die Schülerinnen und Schüler der **Berufsschule Rohrbach** und des dazugehörigen Internats ansprechende Aufenthaltsmöglichkeiten für Pausen und Freizeit geschaffen.

Diese Wohlfühlzonen bieten Rückzugsmöglichkeiten zum Verschnaufen und Ausspannen, manche nutzen sie sogar zum Lernen. Hier ist es dank des offenen WLANs auch möglich, Kontakt mit Freunden, Eltern und Bekannten daheim zu halten.

Die gemütlichen Sitzgelegenheiten werden im Rahmen des Fachs „Werbetechnisches Praktikum“ immer wieder einladend umdekoriert.

Beispielsweise strahlen im Winter die verwendeten Farben und Gegenstände Behaglichkeit und Bodenständigkeit aus, im Frühling dominieren leichte und lebendige Pastellfarben.

Die Schule ist überzeugt davon, dass Schülerinnen und Schüler in den Phasen der Entspannung positive Kräfte sammeln können, die förderlich für das Miteinander, für das Unterrichtsklima und die Schulleistungen sind.



Die Berufsschule Rohrbach betreut und verpflegt den Großteil der Lehrlinge während der ganzen Woche in Schule und Internat.

Die Schule setzt gezielt Maßnahmen zur Verbesserung des körperlichen, geistigen, seelischen und sozialen Wohlbefindens der Schülerinnen und Schüler sowie Lehrerinnen und Lehrer indem zu regelmäßiger Bewegung animiert wird. Die Schule glaubt fest daran, dass gerade in der ausklingenden Pubertät die Weichen für eine gesunde Lebensführung gelegt werden können, deren Grundlage regelmäßige Bewegung sein muss. Die BS Rohrbach wurde gerade auch mit dem Schulsportgütesiegel 2018 - 2021 des BM für Bildung und Frauen ausgezeichnet.

80 Prozent der Schülerinnen und Schüler besuchen die Unverbindliche Übung „Bewegung und Sport“. Mit einer guten Ausstattung und Trendsportarten wird diese hohe Teilnahme erreicht. Auch im Unterricht wird geturnt. An der Bewegungsinitiative die „4 besten 5er“ beteiligen sich alle LehrerInnen.



Die Schule beschickt, begleitet und organisiert alle sportlichen Landesmeisterschaften und beschickt auch Bundesspiele der Berufsschulen.

Umfragen haben gezeigt, dass ca. 30 Prozent der Lehrlinge nicht oder nur einmal pro Woche frühstücken. Die Schule bietet daher neben einem abwechslungsreichen Vitalfrühstück auch einen Vormittagssnack in der 10:00 Uhr-Pause an. Die Akzeptanz ist sehr hoch. Jeden Lehrgang bereiten die Lehrlinge des Lebensmittelhandels für alle Schülerinnen und Schüler eine „gesunde Jause“ zu.



Für das Mittag- und Abendessen kocht unsere Internatsküche saisonal und ca. 70 Prozent der Lebensmittel sind regional. Um die Hemmschwelle vor unbekanntem Speisen zu reduzieren und das Ernährungsbewusstsein zu stärken, plant die BS Rohrbach mehrmals pro Schuljahr Schwerpunktwochen, wie z. B. die Spargelwoche. Ein Trinkwasserbrunnen, zwei Teeküchen, die ständige Verfügbarkeit von Obst und Getränken in den Pausen runden das Angebot ab.

Auch auf eine sinnvolle Handynutzung wird geachtet.