

NEUE MITTELSCHULE ALKOVEN

Die Hauptschule Alkoven blickt auf eine lange Tradition im Hinblick auf Gesundheitsförderung zurück.



Vor ca. 17 Jahren begann alles mit der Fachlehrerin für **Ernährung** und Haushalt - Frau Mathilde Sattler. Sie begründete in beispiellosem Einsatz die Gesunde Jause an der Schule und konnte die Elternschaft Jahre später für dieses Projekt gewinnen. Bis heute gibt es 2x wöchentlich die „Gesunde Jause“ an der Schule und wird von den SchülerInnen wie von LehrerInnen dankend angenommen. Inzwischen wird dieses Angebot mit biologischen Säften noch ausgeweitet.

Zweiter wichtiger Förderaspekt an der Schule ist die **Bewegung und psychosoziale Gesundheit** von SchülerInnen sowie von LehrerInnen. Wirksame

Maßnahmen wie die Öffnung des Turnsaales in der Früh und in den großen Pausen wurden getroffen. Bei mehrtägigen Projekten wie dem Projekt „Pudelwohlfühlen“ im Schuljahr 2005/06, in denen es immer um den ganzheitlichen Aspekt von Gesundheit an der Schule ging, wurde auf verschiedene sportliche Aktivitäten Wert gelegt. Ein Höhepunkt war sicherlich die Erstellung eines Fitnessparcours im Gemeindegebiet Alkoven, welcher sowohl von der Bevölkerung als auch von den SchülerInnen selber gut angenommen wurde.



Anlässlich des Projektes mit dem Titel **„Pumperlg'sund“** im Schuljahr 2006/07, das mit Preisen ausgezeichnet wurde, wurde den Kindern Feng Shui näher gebracht und die Schulhalle nach diesen Aspekten verändert, es wurden Massagetechniken gelehrt und beispielsweise kinesiologische Übungen durchgeführt. Ein wichtiger zwischenmenschlicher Aspekt wurde mit dem Jahresprojekt 2004/05 **„Begegnung Jugend/Alter“** abgedeckt. Die Nähe zum Behinderteninstitut Hartheim ermöglicht gemeinsame Aktionen mit betreuten Menschen aus dem Institut und den SchülerInnen der Hauptschule.



Nicht vergessen wird auch auf **Natur und Umwelt**, sowie **Stärkung der Persönlichkeit**, die wichtige Maßnahmen in der Suchtprävention an der Schule darstellen. Das Motto des heurigen Schuljahres ist gleich dem Logo der Schule: **Kopf, Herz, Hand** und unter diesem Titel werden wieder viele gesundheitsfördernde Maßnahmen gesetzt. An der Schule gibt es ein Team, das sich um Gesundheitsförderung bemüht.

Weiterentwicklung

Neben vielen anderen gesundheitsfördernden Maßnahmen waren die Schwerpunkte der Neuen Mittelschule Alkoven in letzter Zeit die Ausweitung des Bewegungsprogrammes, die Errichtung eines Trinkbrunnens in der Aula aber in besonderem Maße das immer noch aktuelle Projekt „Do but don't“. Bei diesem Projekt geht es um gutes Benehmen und Hilfsbereitschaft in der Schule zwischen SchülerInnen und LehrerInnen, sowie im Klassenverband zwischen den SchülerInnen aber auch zu Hause und in der Gesellschaft.



Seit Schulbeginn freut sich die NMS Alkoven über eine neu renovierte Schule. Für SchülerInnen und LehrerInnen bringt das viele Annehmlichkeiten mit sich, wie zum Beispiel Lärmreduzierung durch spezielle Deckendämmung in allen Klassen und auf den Gängen. Besonders die LehrerInnenarbeitsplätze sind nun von Größe und Ausstattung den täglichen Erfordernissen angepasst.

Seit Jahren ist Gesundheit ein Schwerpunkt an der Neuen Mittelschule Alkoven. Das Gütesiegel „Gesunde Schule“ ziert seit 2009 diese Schule.

Leider ist auch die NMS Alkoven mit Stundenkürzungen im Gegenstand **Ernährung und Haushalt** konfrontiert. Diese Kürzungen wurden mit einem Angebot in der Freizeit zumindest teilweise wettgemacht: An Samstagen werden **Koch-Workshops** auf freiwilliger Basis angeboten und von Burschen und Mädchen aller Altersklassen mit Begeisterung angenommen. Als Schule im Herzen eines Gemüselandes und einer Gesunden Gemeinde wird selbstverständlich Wert auf regionale Produkte und saisonale Speisen gelegt. Da wird fleißig gerührt, geknetet, gestrichen, gemixt und anschließend das zubereitete Essen auf einem schön dekorierten Tisch verspeist. Diese Stunden fördern nicht nur das Gesundheitsbewusstsein, sondern bilden auch ein sozial wertvolles Gemeinschaftserlebnis.



5 Beispiele für gesundheitsfördernde Maßnahmen an der NMS Alkoven im Schuljahr 2017/18

Trinkbrunnen in der Aula

Der Getränkeautomat in der Aula war bei Konferenzen ein häufiges Konfliktthema: Zuckergehalt, das ständige Trinken auch nach der Durstlöschung, die ständige Präsenz der Plastikflaschen in den Klassenräumen, klebrige Rückstände nach Verschüttung...

Daher wurde ein Trinkbrunnen installiert.



ERGO SCHOOL RACE

Der OÖ Radsportverband veranstaltet mit dem Landesschulrat das "ERGO School Race"

als sportbezogene Veranstaltung in den Schulen Oberösterreichs.

Die Kinder radeln 1 Minute auf beigestellten Ergometern. Die Wertung erfolgt nach den Altersklassen des Öst. Radsportverbandes.

Das Ziel ist Kinder an den Sport heran zu führen. Nebenbei entsteht ein kleiner interner Wettbewerb in der Klasse.

EHH-Workshops an Samstagen



Unsere Schüler/innen können an Samstagen freiwillig Kochworkshops besuchen. Die Teilnehmer sind begeistert und arbeiten an der Esskultur.

Cybermobbing-Workshops

Im Oktober 2017 wurden an der NMS Alkoven für alle Klassen Cybermobbing-Workshops abgehalten. Diese präventive Maßnahme diente als Aufklärung und Information.

Palmöl und Kakao

Am 5. Oktober nahmen die Schüler und Schülerinnen der 2. Klasse an einem Workshop teil. Schoko-Riegel, Aufstriche, Kekse - Palmöl und Kakao sind Produkte, denen sie im Alltag ständig begegnen. Woher die Rohstoffe kommen, wie sie aussehen, wie sie verarbeitet werden und in welchen Produkten sie enthalten sind, wurde den Kindern in verschiedenen Stationen bewusst gemacht.