

Konzept Gesundheitsförderung und Suchtprävention

1. Gesundheitsförderung

Am OSZ-Unterlangenegg wird grossen Wert auf die Gesunderhaltung der Schülerinnen und Schüler gelegt. Im Unterricht und während dem Schuljahr werden zahlreiche Lerneinheiten und Anlässe dazu genutzt, die Gesundheit der Jugendlichen zu fördern.

Fach/Anlass	Gesundheitsfördernder Inhalt	Durchgeführt und geplant von...
OL, Geländelauf, Sporttag GP Bern,	Bewegung an der frischen Luft, Freude an Ausdauersport, eigene Grenzen kennen, erweitern	Sport- und Fachlehrkräfte
NT Sexualkunde	Prävention sexuell übertragbare Krankheiten, Thematisierung Sexting, ...	NT-Lehrkräfte
Schneesportlager	Bewegung im Freien, Erlebnis Schnee, Winter...	Klassenlehrkräfte + Begleitung
Landschulwochen	Teambildung („soziale Netze“)	Klassenlehrkräfte + weitere Begleitung
WAH	Was ist Gesundheit? Genuss / Sucht gesunde Ernährung Wohlbefinden	WAH-Lehrkräfte
Schulweg	Bewegung im Alltag	alle
Musik / Angebot der Schule	Tanz, Bewegung zu Musik	Musiklehrpersonen
Themenwoche	vielfältige Formen von Bewegung, Erlebnis	alle

2. Suchtprävention

Grundlage der Planung zur Suchtprävention ist der Lehrplan 21*.

In allen drei Schuljahren wird je ein Unterrichtsblock von mindestens 5 Lektionen mit den in der Tabelle aufgeführten Schwerpunkten durchgeführt. Für die Durchführung ist die Klassenlehrkraft verantwortlich. Sie soll möglichst durch andere Lehrkräfte des Klassenteams unterstützt werden. Ein Teil des Unterrichtsblocks wird nach Möglichkeit durch eine externe Fachstelle dargeboten.

Zeitfenster	Schwerpunkt	Verknüpfung mit dem Lehrplan 21	Elternanlass
7. Schuljahr 2. Quartal	Umgang mit sozialen Medien, Cybermobbing	Medien und Informatik	Geplanter Anlass 2. Quartal
8. Schuljahr 2. Quartal	Rauchen, Kiffen	<i>Bildung für nachhaltige Entwicklung, Fächerübergreifendes Thema Gesundheit</i>	Geplanter Anlass 3. Quartal, gemeinsam mit 9. Kl
9. Schuljahr 3. Quartal	Alkohol und illegale Drogen	<i>Bildung für nachhaltige Entwicklung, Fächerübergreifendes Thema Gesundheit</i>	Geplanter Anlass 3. Quartal, gemeinsam mit 8. Kl

*Lehrplan 21, Kanton Bern

Fächerübergreifendes Thema unter der Leitidee: Nachhaltige Entwicklung

- *Gesundheit (Thema 4 von 7)*

Gesundheit umfasst das physische, psychische und soziale Wohlbefinden des Menschen. Die Schülerinnen und Schüler lernen zunehmend Mitverantwortung für ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit zu übernehmen. Dafür erwerben sie Wissen über den menschlichen Körper dessen Funktionsweise und über verschiedenste Faktoren die Wohlbefinden und Gesundheit beeinflussen. Dazu gehören Bereiche wie Ernährung, Bewegung, psychische Gesundheit, soziale Netze, Sexualität, Partnerschaft, **Sucht** und **Gewalt**.