

## Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention

Newsletter 79/Herbst/2020



### Aktiv, kreativ und unfallfrei: Veranstaltungsreihe zur Sicherheit im Schulalltag

Ein aktiver, kreativer und unfallfreier Schulalltag – so macht Unterrichten Freude. Unfälle sind zwar nie auszuschliessen, aber mit einer guten Vorbereitung und Begleitung lassen sich Risiken besser erkennen und reduzieren. Die gemeinsame Veranstaltungsreihe der Beratungsstelle für Unfallverhütung BFU und der Pädagogischen Hochschule FHNW liefert dazu konkrete Anhaltspunkte.

Jede Veranstaltung zeigt zu einem bestimmten thematischen Schwerpunkt, wie sich Unfallprävention in den Schulalltag integrieren lässt:

- Das Basismodul «Sichere Schule» thematisiert organisatorische und rechtliche Aspekte und stellt Vorlagen für die praktische Umsetzung vor.
- Das Modul «Bewegung und Sport» zeigt die Rahmenbedingungen eines verletzungsfreien und freudvollen Sportunterrichts.
- Im Modul «Schulreisen» vertiefen die Teilnehmenden ihre Vorbereitungen zu einer bereits durchgeführten oder einer bevorstehenden Schulreise.
- Das Modul «Technisches Gestalten» thematisiert die Einrichtung der Fachräume und den sicheren Umgang mit Werkzeugen und Geräten.

- Das Modul «Sichere Bewegungsförderung bei Kindern» gibt zahlreiche Anhaltspunkte, um Kinder in gewagten Situationen sicher zu begleiten.
- Das Modul «Unterwegs im Verkehr» zeigt Grundlagen und Ideen, damit sich Schülerinnen und Schüler sicher im Verkehr zu bewegen lernen.

Die sechs Module können einzeln besucht werden. Weitere Beschreibungen und Daten auf der nächsten Seite.

#### Weitere Infos und Anmeldung:

Die Veranstaltungsreihe richtet sich an Lehrpersonen und Schulleitende der Kantone Aargau und Solothurn sowie an Studierende der PH FHNW. Für sie entstehen keine Kosten. Diese werden von der BFU sowie der Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention der PH FHNW getragen.

Die Veranstaltungen finden am Campus Brugg-Windisch statt.

Anmeldung unter Angabe von Vorname, Name, Funktion, Schulstandort und der gewünschten Veranstaltung(en) per Mail an [dominique.hoegger@fhnw.ch](mailto:dominique.hoegger@fhnw.ch).

Die Anzahl der Plätze ist beschränkt. Anmeldeschluss: zwei Wochen vor der jeweiligen Veranstaltung.

## Die Veranstaltungen zur Sicherheit im Schulalltag im Einzelnen:

Die Teilnehmenden erfahren, welche Unfälle im Schulumfeld passieren. Sie setzen sich mit dem Begriff Risiko auseinander und lernen verschiedene Ansätze der Unfallprävention kennen. Sie erkennen die Systematik in der Unfallprävention und bearbeiten eigene Praxisbeispiele. Darüber hinaus kommt das eigene Risikoverhalten in- und ausserhalb der Schule zur Sprache.

### Basismodul Sichere Schule

Die Teilnehmenden erhalten einen Überblick zur Unfallprävention im Allgemeinen: Worauf ist im Schulalltag zu achten? Welche Systematik braucht eine sichere Schule? Welches sind die Rechte und Pflichten von Schulleitungen und Lehrpersonen? Es werden Anleitungen und Vorlagen für die praktische Umsetzung vorgestellt. Neben theoretischen Inputs werden Fragen und Themen nach Wahl in Gruppen bearbeitet und diskutiert. Ein Gesamtpaket, um wichtige schulische Aktivitäten unfallfrei zu ermöglichen.

**Termin:** 18. November 2020, 14.15-16.45 Uhr

**Leitung:** Claudia Wittmer, Wissenschaftliche Mitarbeiterin Schule und Familie, BFU

### Bewegung und Sport

Bewegung und Sport haben im Schulalltag einen zentralen Stellenwert. Wenn sportliche Aktivitäten ungenügend geplant und organisiert sind, bergen sie gewisse Unfallrisiken. Welche Prävention ist nötig? Welche Rahmenbedingungen begünstigen verletzungs-freien und freudvollen Sportunterricht? Wie kann Risikokompetenz im Sport kontinuierlich aufgebaut werden? Auf der Suche nach Antworten werden Unterrichtsmaterialien und Vorlagen vorgestellt.

**Termin:** 25. November 2020, 14.15–16.45 Uhr

**Leitung:** Matthias Brunner, Sport-Safety-Coach, BFU

### Schulreisen

Bei Schulreisen, Exkursionen und Ausflügen spielen zahlreiche Aspekte eine Rolle: Strassenverkehr, Bewegung, Aktivitäten am Wasser, aber auch Gruppendynamik, Müdigkeit und Konzentration sind wichtige Stichworte. Die Teilnehmenden vertiefen in Gruppen im Wechsel mit Inputs ihre Vorbereitungen zu einer bereits durchgeführten oder einer bevorstehenden Schulreise. Es lohnt sich, diesem Thema die verdiente Aufmerksamkeit zu schenken, denn: Die nächste Schulreise kommt bestimmt.

**Termin:** 9. Dezember 2020, 14.15–16.45 Uhr

**Leitung:** Claudia Wittmer, Wissenschaftliche Mitarbeiterin Schule und Familie, BFU

### Technisches Gestalten

Sicherheit im Technischen Gestalten ist abhängig von der Einrichtung der Fachräume, von Prozessorganisation, der Vorbereitung des Unterrichts und nicht zuletzt vom sicheren Umgang mit Werkzeugen, Maschinen, Geräten, Materialien und chemischen Arbeitsstoffen. Spezifische Unterlagen und Instrumente werden vorgestellt und exemplarisch angewendet. Der Kurs ersetzt nicht die praktische Ausbildung an Maschinen und Anlagen, ergänzt sie aber mit dem Fokus Sicherheit sowie nachhaltiger Entwicklung.

**Termin:** 20. Januar 2021, 14.15–16.45 Uhr

**Leitung:** Ruth Beer, Wissenschaftliche Mitarbeiterin Schule und Familie, BFU

### Sichere Bewegungsförderung bei Kindern

Kinder stellen im Bewegungsspiel auch gewagte Dinge an. Dies ist Herausforderung und Chance zugleich: Es stellt sich die Frage nach der Sicherheit und der Verantwortung der Erwachsenen, gleichzeitig trägt gerade das Wagnis viel zum Reiz des Spiels bei, und die Kinder stärken ihre Risikokompetenz. Die Teilnehmenden erhalten zahlreiche Anhaltspunkte, um Kinder sowohl in alltäglichen als auch in gewagten Situationen sicher zu begleiten.

**Termin:** 17. März 2021, 14.15–16.45 Uhr

**Leitung:** Dominique Högger, Leiter der Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention, PH FHNW

### Unterwegs im Verkehr

Der Schulweg, ein Ortswechsel im Unterricht, eine Velofahrt ins Freibad oder eine Schulreise: Schülerinnen und Schüler sind regelmässig unterwegs im Verkehr. Neben Eltern, Betreuungspersonen und Verkehrsinstruktorinnen und -instruktoren kann auch die Schule zur Sicherheit im Strassenverkehr beitragen. Die Teilnehmenden erhalten Grundlagen sowie Ideen für die Praxis, die dem Entwicklungsstand der Kinder bzw. Jugendlichen angepasst sind.

**Termin:** 31. März 2021, 14.15–16.45 Uhr

**Leitung:** Claudia Wittmer, Wissenschaftliche Mitarbeiterin Schule und Familie, BFU

### Projektpartnerin: Die BFU

Die Beratungsstelle für Unfallverhütung BFU forscht, berät und bildet als nationales Kompetenzzentrum, damit in der Schweiz weniger folgenschwere Unfälle passieren. Mit ihrem breiten Bildungsangebot richtet sich die BFU unter anderem auch an Schulen.

[www.bfu.ch](http://www.bfu.ch)

**bfu**  
**bpa**  
**upi**

## MindMatters: Einführung für Aargauer Volksschulen

MindMatters ist ein auf den Lehrplan 21 angepasstes, erprobtes und wissenschaftlich fundiertes Programm. Es fördert durch unterschiedliche Zugänge die überfachlichen Kompetenzen. Der Kanton Aargau organisiert kostenlose Einführungen ins Modul «Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühl» für die Zyklen 1 und 2 sowie ins Modul «Fit für Ausbildung und Beruf» für den Zyklus 3.

Das Modul «Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühl» unterstützt Lehrpersonen der Zyklen 1 und 2 bei der Förderung von sozial-emotionalem Lernen im Unterricht. Im Fokus stehen das Ich-Bewusstsein, Selbstmanagement, Mitgefühl, Entscheidungskompetenz sowie Beziehungsfähigkeit.

Ziel des Moduls «Fit für Ausbildung und Beruf!» für den Zyklus 3 ist es, die Schülerinnen und Schüler auf ihrem Weg zu Bildungserfolg, Wohlbefinden sowie in ein gelingendes Erwachsenwerden zu stärken und so einen gesunden Übergang von der Grundausbildung in weiterführende Ausbildungen bzw. den Beruf zu ermöglichen. Die Themen der Unterrichtseinheiten orientieren sich an den Entwicklungsaufgaben im Jugendalter: «Mir die Welt erschliessen», «Mir was zutrauen», «Ich und die anderen», «Mich wohlfühlen» sowie «Meine Schätze finden».

Für die Umsetzung bietet MindMatters eine grosse Auswahl an Lerneinheiten (Arbeitsblätter, Übungen, Rollenspiele etc.). Dazu kommen Informationen zu gesundheitsfördernden

Konzepten und zur Zusammenarbeit mit Eltern sowie die Beratung und Unterstützung bei der Planung der fächer- und klassenübergreifenden Umsetzung.

### Weiterbildung für Schulteams

Das Programm «Psychische Gesundheit» des Kantons Aargau bietet Aargauer Volksschulen kostenlose Einführungen in die beiden Module. Voraussetzung ist, dass sich Schulteams, bestehend aus drei bis vier Lehrpersonen sowie der Schulsozialarbeit, gemeinsam anmelden. So soll die Verankerung in der ganzen Schule möglich werden.

Die Einführungen besteht aus je zwei halbtägigen Weiterbildungsveranstaltungen sowie aus Zwischen- und Abschlussgesprächen. Jährliche Input- und Austauschtreffen für MindMatters-Beauftragte sowie eine zentrale Website sichern die langfristige Verankerung in der Schule.

---

Ausführliche Informationen zur Einführung im Kanton Aargau: [www.ag.ch/ggesundundzwaeg](http://www.ag.ch/ggesundundzwaeg)  
Interessierte Schulen aus dem Kanton Solothurn informieren sich auf [www.mindmatters.ch/kontakt](http://www.mindmatters.ch/kontakt)



## Empfehlungen zur Förderung der Lehrpersonengesundheit

Die Allianz «Betriebliche Gesundheitsförderung in der Schule» und weitere Herausgeber zeigen mit ihrer vierseitigen Übersicht auf, wie Behörden, Schulleitende und Lehrpersonen die Gesundheit von Schulmitarbeitenden systematisch fördern können.

Die Empfehlungen sind in sechs Handlungsfelder gegliedert:

- Gesundheitsförderung in der Schulorganisation
- Arbeitsorganisation und Ressourcenplanung
- Umgang mit Veränderungen
- Stärkung der gesundheitsfördernden Kompetenzen und Ressourcen
- Stärkung des Schulklimas und von positiven Beziehungen
- Umgang mit anspruchsvollen Situationen

Zu jedem Handlungsfeld finden sich Empfehlungen für Behörden, Schulleitende und Lehrpersonen. So werden die verschiedenen Verantwortlichkeiten klar, und es wird deutlich, wie sie zusammenwirken müssen, um ihre volle Wirkung zu entfalten. Der Einfluss der Behörden zeigt sich in den übergeordneten Verantwortlichkeiten für Aufträge, Rahmenbedingungen und Ressourcen sowie im Bekenntnis zur gesundheitsförderlichen Ausrichtung der Schule. Der Spielraum der Schulleitung liegt insbesondere in ihrem Führungshandeln, in der Gestaltung von organisatorischen Verhältnissen und Abläufen sowie in der Förderung erwünschter Entwicklungen. Die Lehrpersonen ihrerseits achten auf ihre persönlichen Ressourcen und wirken konstruktiv in organisatorischen und sozialen Prozessen der Schule mit.

---

Download der Empfehlungen: [www.radix.ch/bgf](http://www.radix.ch/bgf)

# Aktuelle Hinweise zur Gesundheitsbildung und Prävention

## Impulstagung Schulnetz21 zu überfachlichen Kompetenzen

Gesund, nachhaltig und kompetent – überfachliche Kompetenzen in Schule und Unterricht fördern. Dies ist das Thema der diesjährigen Impulstagung von Schulnetz21 am Samstag, 28. November 2020 in Luzern. Überfachliche Kompetenzen sind auch eine zentrale Ressource, damit Kinder und Jugendliche gesund aufwachsen und an zukunftsweisenden Entwicklungen mitwirken können. Die Tagung wirft deshalb einen gesundheitsförderlichen Blick auf die überfachlichen Kompetenzen des Lehrplans 21 und fragt danach, wie Schulen und Lehrpersonen die personalen, sozialen und methodischen Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler fördern können. Die Hauptreferate halten Beate Proll (Leiterin Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung, Hamburg) und Prof. em. Dr. Theo Wehner (Arbeits- und Organisationspsychologie, Eidgenössische Technische Hochschule Zürich). In zwei Workshop-Runden tauschen die Teilnehmenden danach gute Praxismodelle aus und lassen sich von konkreten Umsetzungsmöglichkeiten inspirieren.

### Ausführliches Programm und Anmeldung:

ab ca. Mitte September auf  
[www.schulnetz21.ch/tagungen/impulstagungen](http://www.schulnetz21.ch/tagungen/impulstagungen)

## Überfachliche Kompetenzen und Gesundheit: Auf den Punkt gebracht

Was haben die überfachlichen Kompetenzen des Lehrplans 21 mit Gesundheit zu tun? Und wo soll man mit der Förderung beginnen? Die neue Orientierungshilfe vom Schulnetz21 zeigt für jeden Zyklus drei Schwerpunkte und damit einen einfachen und praktischen Ausgangspunkt, um die Förderung überfachlicher Kompetenzen konkret anzugehen.

### Ansicht und Download:

[www.schulnetz21.ch](http://www.schulnetz21.ch) → Instrumente → überfachliche Kompetenzen

## Kids flo# im Netz

Im Umgang mit Medien stellen sich auch Fragen zu Missbrauch bzw. Prävention. Die Suchthilfe Ost, die PERSPEKTIVE Solothurn-Grenchen und die Beratungsstelle Digitale Medien in Schule und Unterricht (imedi) der PH FHNW haben gemeinsam mit Lehrpersonen ein Präventionsangebot für Solothurner Schulen entwickelt.

Herzstück sind zwei Medienhalbtage, an denen die Schülerinnen und Schüler Ateliers zu Themen wie «Social Media», «Games» oder «Cybermobbing» besuchen. Die Ateliers werden von Lehrpersonen geleitet, die sich in einer kompakten Weiterbildung mit praxiserprobtem Unterrichtsmaterial vorbereitet haben. So kann mit geringem Aufwand viel Know-how ins Schulhaus gebracht und dort verankert werden. Ein Elternabend zum Thema rundet die Massnahme ab.

Ziel des Angebots ist eine Steigerung der Medienkompetenz in Bezug auf sichere und mündige Mediennutzung bei Schülerinnen, Schülern und Lehrpersonen, ein Empowerment von Lehrpersonen durch die persönliche und pädagogische Auseinandersetzung mit einem Spezialthema sowie die Verankerung der präventiven Medienarbeit an der Schule.

Die Inhalte sind passend zum Lehrplan ausgewählt und decken sowohl Bereiche des Modullehrplans «Medien und Informatik» als auch der überfachlichen Kompetenzen ab. Die Ateliers sind bewusst so konzipiert, dass sie Vorerfahrungen und Vorwissen der Schülerinnen und Schüler aufgreifen.

Für Schulen des Kantons Solothurn werden die Kosten in der Regel vom Kanton getragen.

### Weitere Informationen: <https://so-flott.ch>

- Perspektive Region Solothurn Grenchen:  
[rene.henz@perspektive-so.ch](mailto:rene.henz@perspektive-so.ch), T 032 626 56 11,  
[www.perspektive-so.ch/fachstellen/praevention](http://www.perspektive-so.ch/fachstellen/praevention)
- Suchthilfe Ost GmbH:  
[rene.bachmann@suchthilfe-ost.ch](mailto:rene.bachmann@suchthilfe-ost.ch), T 062 206 15 37,  
[www.suchthilfe-ost.ch/schulen](http://www.suchthilfe-ost.ch/schulen)
- imedias: [judith.mathez@fhnw.ch](mailto:judith.mathez@fhnw.ch), T 056 202 72 20,  
[www.imedias.ch/weiterbildung/flott.cfm](http://www.imedias.ch/weiterbildung/flott.cfm)

## Impressum

Herausgegeben von der Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention, Fachhochschule Nordwestschweiz, Pädagogische Hochschule, Institut Weiterbildung und Beratung, Campus Brugg-Windisch, Bahnhofstrasse 6, 5210 Windisch, T +41 56 202 72 22, [www.fhnw.ch/wbph-gesundheit](http://www.fhnw.ch/wbph-gesundheit)