

Projekte

In diesem Schuljahr wird neben verschiedenen fächerspezifischen und fächerübergreifenden Projekten (Siehe Schwerpunkte) ein Projekt zum Jahresthema „Unsere Kultur-unsere Wurzeln“ erarbeitet. Beiträge aus den verschiedensten Bereichen (Architektur, Kunst, Literatur, Kulinarik, Bräuche, Handwerk, ...) fließen in eine Broschüre ein, welche in Zusammenarbeit mit der WFO Brixen- Fachrichtung Grafik erstellt wird. Die Broschüre wird am Tag der Schulgemeinschaft im Juni verteilt.

**MITTELSCHULE
1. - 3. KLASSE**

**LIFE SKILLS EDUCATION
LEBENSKOMPETENZFÖRDERUNG
EIN INTEGRIERTES PROJEKT DER GESUNDHEITSFÖRDERUNG UND SUCHTPRÄVENTION**

Ein Projekt entwickelt in Zusammenarbeit mit dem deutschen, italienischen und ladinischen Schulamt und dem Forum Prävention.

Vorausgesetzt wird: die Anwesenheit einer Bezugsperson (ProfessorIn) für die Begleitung der SchülerInnen von der ersten bis zur dritten Klasse Mittelschule. Das Projekt muss mindestens in drei Schulfächern integriert werden, wobei die von den Sanitätsassistentinnen behandelten Inhalte vertieft werden.

Allgemeine Ziele:

Förderung des psychophysischen Wohlbefindens der SchülerInnen
Reduktion/späteres Auftreten von gesundheitsschädigendem Verhalten (Tabak, Alkohol, illegale Substanzen, usw.)

Spezifische Ziele für die ERSTE KLASSE:

Die Life skills (Lebenskompetenzen) kennenlernen
Wahrnehmung des eigenen Wohlbefindens
Sich der Gesundheit als Ressource im täglichen Leben bewusst sein
Einige Kommunikationstechniken kennenlernen und ausprobieren (z.B. aktives Zuhören)
Den eigenen Körper kontinuierlich wertschätzen und pflegen
Die Wichtigkeit der Körperpflege zur Gesunderhaltung kennen

Spezifische Ziele für die ZWEITE KLASSE:

Die Life skills kennen lernen
Eigenes Risikoverhalten wahrnehmen
Über eigene Stärken und Schwächen nachdenken
Positive Verhaltensweisen wahrnehmen (Neugier, Initiative, Verantwortungsbewusstsein)
Formen und Charakteristiken der Sucht kennen
Die Sensibilisierung für den Verzehr von Obst, Gemüse, Fisch und Wasser als Durstlöscher, sowie die Einschränkung des Konsums von Speisesalz
Die SchülerInnen werden dazu angeregt mediale Botschaften zu den Essgewohnheiten kritisch zu betrachten.

Spezifische Ziele für die DRITTE KLASSE:

Wirkung, Risiko und Folgen auf die Gesundheit des Konsums von Tabak und Alkohol
Wechselwirkung zwischen Gefühlszustand und Risikoverhalten in Bezug auf Konsum von Tabak und Alkohol kennen
Sich der persönlichen Ressourcen bewusst werden

Spezifische Ziele für die PROFESSOREN:

Die Life skills und ihre Rolle in der Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden der SchülerInnen kennen
Die Basiskompetenzen für den Unterricht der Life skills lernen
Die Anwendung einiger Life skills praktisch üben

Spezifische Ziele für die ELTERN:

Wahrnehmung des eigenen Wohlbefindens
Sich der Gesundheit als Ressource im täglichen Leben bewusst sein
Die Life skills und ihre Rolle in der Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden der SchülerInnen kennen

Zielgruppe:

Das Projekt begleitet SchülerInnen, Eltern und Professoren von der ersten bis zur dritten Klasse Mittelschule.

Mitarbeiter:

Sanitätsassistentin; Ernährungstherapeutin

Zeit:**1. Jahr**

- 1 Treffen von 1 Stunde mit der Bezugsperson für das Projekt in der Schule und dem/der SchuldirektorIn
- 1 Treffen von 1.30 Stunden mit dem Lehrkollegium
- 1 Treffen von 1.30 Stunden mit den Eltern (wenn die Anwesenheit von mehr als 30% der Eltern garantiert wird)
- 3 Treffen von 2 Stunden mit den SchülerInnen
- 1 Feedbacktreffen von 1 Stunde am Ende des Schuljahres in der Klasse

2. Jahr

- 1 Treffen von 1.30 Stunden mit dem Lehrkollegium
- 1 Treffen von 1.30 Stunden mit den Eltern (wenn die angefragte Anwesenheit garantiert wird)
- 3 Treffen von 2 Stunden mit den SchülerInnen
- 1 Treffen von 2 Stunde mit den SchülerInnen (Ernährungsinformation/Werbung)
- 1 Feedbacktreffen von 1 Stunde am Ende des Schuljahres in der Klasse

3. Jahr

- 1 Treffen von 1.30 Stunden mit dem Lehrkollegium
- 1 Treffen von 1.30 Stunden mit den Eltern (wenn die angefragte Anwesenheit garantiert wird)
- 1 Treffen von 4 Stunden mit den SchülerInnen
- 1 Feedbacktreffen von 1 Stunde am Ende des Schuljahres in der Klasse

Inhalte:

Die 10 Life skills (Lebenskompetenzen)

Gesundheit - ein mehrdimensionaler Begriff, Einflussfaktoren auf die Gesundheit

Faktoren, welche das Klassenklima positiv beeinflussen

Kommunikation: verbal - non verbal, aktives und passives Zuhören

Gefühle: welche sind es, wie werden sie gezeigt, der Umgang damit

Körperpflege: Hygienemaßnahmen

Den Körper respektieren und wertschätzen

Die Sensibilisierung für den Verzehr von Obst, Gemüse, Fisch und Wasser als Durstlöscher, sowie die

Einschränkung des Konsums von Speisesalz

Die SchülerInnen werden dazu angeregt mediale Botschaften zu den Essgewohnheiten kritisch zu betrachten.

Stärken und Schwächen

Die Bedeutung von "Risiko" im Jugendalter

Formen und Charakteristiken der Sucht

"Free Your Mind Parcours" angepasst vom Forum Prävention an den Ablauf des Life Skills-Projektes :

- warming up
- Informationen über Tabak und Alkohol
- Umgang mit dem Risiko und safer use
- Überlegungen zu den persönlichen Ressourcen und deren Aktivierung