



Handbuch

zu allen Kriterienkatalogen

2025/2026

“

**Gesundheit ist
zwar nicht alles,
aber ohne Gesundheit
ist alles nichts.**

Arthur Schopenhauer

Inhaltsverzeichnis

Vorwörter	4
Präambel	15
Das macht eine Gesunde Schule aus	17
Was bringt Gesundheitsförderung in der Schule?	19
Kompetenzennetz	20
Das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol	21
Was ist das Kernanliegen?	21
Die Mission einer guten, gesunden und nachhaltigen Schule?	21
An welchen Handlungsprinzipien orientiert sich das Gütesiegel?	22
Was ist das Gütesiegel?	24
Wer steckt dahinter?	24
Was bringt das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol?	24
Der Weg zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol	25
Der erstmalige Weg zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol	26
Der Weg zum Wiederantrag	29
Die Bausteine des Gütesiegels	32
Der Kriterienkreis	32
Der Kriterienkatalog	32
Das Handbuch	32
Das Antragsformular	32
Überblick zur Bewertung und Auszeichnung	33
Wie erfolgt die Bewertung?	33
Wie viele Punkte müssen erreicht werden?	34
Wie werden Schulen ausgezeichnet?	34
Was erhalten Schulen, die das Gütesiegel erreichen?	34
Anwendungshinweis	35
Wir begleiten Schulen am Weg zum Gütesiegel	37
Die Kriterien im Überblick	40
Gelingenskriterien	40
Inhaltskriterien	40
Der Kriterienkreis	41
Gelingenskriterium Organisation	43
Kriterium Strukturelle Verankerung	45
Kriterium Projektmanagement	57
Kriterium Partizipation	73
Kriterium Professionalisierung	79
Gelingenskriterium Schulklima	83
Kriterium Räume Gestalten	85
Kriterium Zeiten Gestalten	91
Kriterium Beziehungen Gestalten	97
Kriterium Teamgesundheit	109
Kriterium Schulraum & Arbeitsplatz	117
Kriterium Lernen und Lehren	127
Kriterium Digitale Resilienz	137
Kriterium Ganzheitliche psychosoziale Gesundheit	145
Kriterium Ernährung	163
Kriterium Bewegung	175
Kriterium Allgemeine Prävention	181
Entwicklung Gütesiegel	189
Projektteam 2020/21	189
Expert:innenteam 2020/21	190
Projektteam 2024/25	191
Impressum	192



Österreichische Gesundheitskasse

Der Grundstein für ein Leben in Gesundheit wird in der Kindheit gelegt. Lernen und Gesundheit gehen dabei Hand in Hand. Ein gesundes Lernumfeld wirkt sich positiv auf die Gesundheit aus und das Lernen fällt leichter, wenn Kinder und Jugendliche gesund sind. Vor allem in jungen Jahren spielt ein positives, gesundheitsförderliches Verhalten für die körperliche sowie geistige Entwicklung eine bedeutende Rolle. Die Schule soll ein Ort sein, an dem sich alle wohlfühlen und Gesundheit gefördert wird und daher wollen wir in einer gemeinsamen Anstrengung mit allen Partnern: Wesentliche Rahmenbedingungen für ein gesundes Aufwachsen junger Menschen schaffen, Gesundheitspotentiale heben, Risiken rechtzeitig erkennen und in der Gemeinschaft gute Voraussetzungen für eine gesunde Zukunft entwickeln – das macht eine gesunde Schule aus.

Die Service Stelle „Gesunde Schule Tirol“ des „Österreichischen Netzwerks Service Stelle Gesunde Schule“ setzt dabei auf kompetente Beratung und vielfältige Unterstützung. Im Sinne von „Health in all policies“ (Gesundheit in allen Politikfeldern) werden in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Tirol, der Bildungsdirektion für Tirol, dem Land Tirol und der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau umfassende Unterstützungsleistungen angeboten. Das „Gütesiegel Gesunde Schule Tirol“ ist ein sichtbares Zeichen, dass Gesundheitsförderung langfristig und mit hoher Qualität an Schulen verankert ist. Die Vermittlung von Gesundheitskompetenzen sowie die Förderung von gesunden Lern- und Arbeitsbedingungen stehen dabei im Zentrum.

Einerseits wirken sich gute Gesundheit und Lernen in einer gesunden Umgebung positiv auf den Bildungserfolg der Kinder aus. Andererseits wissen wir, dass sich umfassende Bildung (vor allem langfristig) positiv auf den Gesundheitszustand unserer Kinder auswirkt.

Bildung und Gesundheit sind eng miteinander verbunden: je besser die Bildung, desto besser sind die Gesundheitschancen. Die Weichen dafür werden bereits in der Kindheit gestellt und deshalb ist es der ÖGK besonders wichtig, bereits in der Schule (und davor) zu beginnen. Gemeinsam mit allen Verantwortlichen ist es unser Ziel, dass im Schulbereich Gesundheitsförderung eine Selbstverständlichkeit ist.



Mag.^a Dr.ⁱⁿ PH Karin Rumpelsberger, BA



**Mag.^a Dr.ⁱⁿ PH Karin
Rumpelsberger, BA**

Leiterin Fachbereich
Gesundheitsförderung,
Prävention und Public Health



Pädagogische Hochschule Tirol

Pädagogische Hochschule Tirol

Das Setting Schule spielt eine essenzielle Rolle bei der Vermittlung von Gesundheitskompetenzen an Schüler:innen. Schule kann somit einen nachhaltigen Beitrag zur Gesundheit und zum Wohlbefinden junger Generationen leisten.

Die Weltgesundheitsorganisation Europa betont in ihrem im Jahre 2021 veröffentlichten Bericht die Relevanz und den Bedarf der Förderung der Gesundheitskompetenz von Schüler:innen unter Berücksichtigung eines ganzheitlichen Ansatzes. In diesem Zusammenhang sind Schulen entscheidende Orte, um kritisches Gesundheitsdenken und -verhalten zur Erhaltung und Verbesserung der Lebensqualität zu fördern.

Die Vermittlung von Gesundheitskompetenzen ist ein integrativer Bestandteil des Bildungsprozesses. Dies zeigt sich im Bildungsauftrag der Schule zur Förderung der Gesundheitskompetenz in der interdisziplinären Verankerung von Lehrplänen. Zusätzlich fungieren Pädagog:innen als Moderator:innen, in dem sie ein gesundheitsbewusstes Umfeld in ihren Schulen schaffen.

Eine Gesundheitsbildung erfordert eine umfassende schulische Herangehensweise, mit der Verantwortung gesundheitsbezogenes Wissen, Können und Verhalten zielgerichtet zu vermitteln. Die Schule ist somit ein idealer Ort, um Gesundheit zu erlernen und auch vorzuleben. Der Pädagogischen Hochschule ist es ein besonderes Anliegen, Pädagog:innen an ihren Schulstandorten bei der Vermittlung von Gesundheitswissen und Gesundheitskompetenzen zu unterstützen und in ihrer Vorbildfunktion zu stärken.

Die forschungsgeleitete, praxis- und bedarfsorientierte Mitgestaltung von Maßnahmen zur Professionalisierung und Entwicklungsbegleitung unterstützt dies und trägt wesentlich dazu bei, dass alle Beteiligten ein gemeinsames Verständnis für eine gesunde Schule entwickeln können.

Nützen wir gemeinsam die Chance, um an unseren Schulen ein förderliches Schulklima zu entwickeln, wo junge Menschen wachsen und mutig in die Zukunft gehen können.



Priv Doz.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Margit Raich



**Priv Doz.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ
Margit Raich**

Vizerektorin für Forschungs- und
Entwicklungsangelegenheiten,
Pädagogische Hochschule Tirol



Land Tirol

Gesundheit, Bildung, Pflege und Wissenschaft

Die Gesundheit zählt zu einem der wichtigsten Güter unserer Zeit. Während die Gesundheit lange als bloße Abwesenheit von Krankheit verstanden wurde, prägte die Weltgesundheitsorganisation den Gesundheitsbegriff als Zustand des umfassenden körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens. Wie vieles ist auch die Gesundheit ein dynamischer Prozess, der sich ständig verändert und immer wieder neu ausbalanciert werden muss. Der Umgang und das Bewusstsein für die eigene Gesundheit ist eine Kompetenz, welche bereits früh erlernt und gefestigt werden kann, um einen nachhaltig gesunden Lebensstil zu fördern.

Vor allem in der für Kinder und Jugendliche so wichtigen Lebenswelt Schule kann hier sehr früh mit der Vermittlung der Themen Gesundheit und Wohlbefinden begonnen werden. Was wir in der Schule abseits der Wissensvermittlung lernen, etwa wie man miteinander umgeht, ob man sich gerne und regelmäßig bewegt oder wie man sich gesund ernährt, kann einen großen Einfluss auf den späteren Lebensstil haben. Somit wird mit dieser Gesundheitsbildung bereits in jungen Jahren die Basis für ein gesundes Leben gelegt und Schülerinnen und Schüler erhalten die Möglichkeit, Gesundheitskompetenz als eine zentrale Säule der Gesundheitsförderung und der gesundheitlichen Chancengleichheit zu erwerben. Deshalb stellt das Gütesiegel „Gesunde Schule Tirol“ eine wichtige Initiative dar, mithilfe dessen die physische und psychische Gesundheit der Schülerinnen und Schüler, aber auch das Wohlbefinden der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Schulen gefördert werden.

Der ganzheitliche Ansatz der „Gesunden Schule Tirol“ stellt einen wichtigen Meilenstein in der Gesundheitsbildung und -förderung in Tirol dar und umfasst viele verschiedene Bereiche, die eine Schulgemeinschaft ausmachen: von der Gesundheit der Schulkinder und dem Lehrpersonal bis hin zu gesamtschulischen Maßnahmen. Der Fokus der „Gesunden Schule“ kann zudem auf unterschiedliche Themen gelegt werden: Ernährung, Bewegung, psychosoziale Gesundheit oder Schulraum und Arbeitsplatz können ebenso eine Rolle spielen wie ein gesundes Lern- und Lehrumfeld, Sucht- oder Gewaltprävention oder allgemeine Präventionsthemen wie Impfen, Erste Hilfe oder Hygiene.

Es freut mich daher sehr, dass mit dem Gütesiegel „Gesunde Schule Tirol“ als Gemeinschaftsprojekt von Land Tirol, Bildungsdirektion für Tirol, der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) und der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau (BVAEB) sowie der Pädagogischen Hochschule Tirol (PHT) bisher über 60 Tiroler Schulen als ganzheitlich gesunde Schulen ausgezeichnet wurden.

In meiner Position als Gesundheits- und Bildungslandesrätin freue ich mich besonders die zwei wichtigen Bereiche Gesundheit und Bildung in diesem Gemeinschaftsprojekt begleiten zu dürfen und umso mehr darüber, dass die Umsetzung der „Gesunden Schule“ bereits so zahlreich von den Tiroler Schulen angenommen wurde.

Mit dem Handbuch „Gesunde Schule Tirol“ möchten wir Ihnen, liebe Pädagoginnen und Pädagogen, eine Grundlage und Unterstützung auf Ihrem Weg hin zur „Gesunden Schule“ bieten. Im Handbuch finden Sie Erklärungen, nähere Informationen zur Bewertung der Kriterien, zahlreiche Ideen für Maßnahmen, die am Standort umgesetzt werden können und Angebote, die von Schulen in Anspruch genommen werden können.



MMag.ª Dr.in Cornelia Hagele

Landesrätin für Gesundheit,
Bildung, Pflege und
Wissenschaft

LR MMag.ª Dr.in Cornelia Hagele

Bildungsdirektion für Tirol

Eine gesunde Schule ist aus unserer Sicht eine Schule, in der sich die Menschen, die dort einen wesentlichen Teil eines sehr prägenden Lebensabschnittes verbringen, wohl fühlen, wo sie gerne lehren und lernen, gerne Leistungen erbringen, achtsam und verantwortungsbewusst miteinander umgehen und konstruktiv Probleme lösen. Sie ist eine Lebenswelt, in der gelernt und gelebt wird, eigenverantwortlich mit der eigenen Gesundheit und der Gesundheit anderer umzugehen.

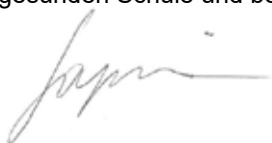
Eine gesunde Schule zu schaffen, zu halten und weiterzuentwickeln ist eine große Herausforderung, für die es viele engagierte Menschen braucht. Der Einsatz macht sich aber immer bezahlt, da Lernen, Leisten und Leben in einer gesundheitsförderlichen Umgebung einfacher werden – für Schülerinnen, Schüler, pädagogische und nicht-pädagogische Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Die Entwicklung des Gütesiegels Gesunde Schule Tirol bietet einen wesentlichen und nachhaltigen Impuls für eine ganzheitliche Gesundheitsbildung und Gesundheitsförderung an Tiroler Schulen. Schulen werden auf dem Weg zum Gütesiegel begleitet.

Es freut uns sehr, dass auch in der Begleitung ein ganzheitlicher Ansatz gewählt wurde und die wichtigsten Systempartner gemeinsam an einem Strang ziehen und ganz im Sinne der Sache arbeiten: das Land Tirol, die Bildungsdirektion für Tirol, die Österreichische Gesundheitskasse und die Pädagogische Hochschule Tirol, unterstützt im Rahmen der Lehrer- und Lehrerinnengesundheit durch die Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau (BVAEB). Vielen Dank an dieser Stelle allen, die hier mit viel Engagement dabei sind.

Für Schulen, die sich auf den Weg zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol machen, gibt es durch die Systempartner eine Reihe von Unterstützungsangeboten, zu denen auch das vorliegende Handbuch zu zählen ist. Kompakt und übersichtlich erklärt es Hintergründe, beschreibt es Kriterien und enthält es Vorschläge für Maßnahmen, die an der Schule umgesetzt werden können.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und Erfolg bei Ihrem ganz persönlichen Weg zu einer gesunden Schule und bedanken uns für Ihren Einsatz!



Dr. Paul Gappmaier



Dr. Paul Gappmaier

Bildungsdirektor der
Bildungsdirektion für Tirol



Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau

Eine „Gesunde Schule“ baut sowohl auf die Stärkung der Gesundheit der Schülerinnen und Schüler als auch auf eine ressourcenorientierte Gesundheitsförderung für die Pädagoginnen und Pädagogen am Arbeitsplatz „Schule“ auf. Denn aus gesundheitsfördernder Perspektive gibt es kaum ein Berufsbild, das so viele Möglichkeiten persönlicher Entfaltung, Eigenverantwortlichkeit und Vielfältigkeit aufweist, wie der Beruf einer Lehrerin und eines Lehrers.

Die Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau begleitet als wichtiger Kooperationspartner der „Service Stellen Schule“ ganzheitliche Prozesse zur Gesundheitsförderung für Schulleitungen, Lehrkräfte und für das nicht unterrichtende Personal und unterstützt interessierte Schulen aller Schultypen auf dem Weg zu einem gesundheitsfördernden Arbeitsplatz. In einem ganzheitlichen Ansatz wird dabei, unter Berücksichtigung des individuellen Verhaltens sowie des Umfelds versucht, ein sensibles Gleichgewicht der Gesundheit in ihren körperlichen, psychischen und sozialen Ausprägungen herzustellen.

Besonders wichtig ist uns die intensive Zusammenarbeit mit den Kooperationspartnern des Gütesiegels „Gesunde Schule Tirol“ - nur gemeinsam können wir in Schulen ein Umfeld schaffen, in dem Lehren und Lernen im Einklang mit der Gesundheit aller Beteiligten steht. Mit der Initiierung des Gütesiegels ist es gelungen, qualitätsvolle und nachhaltige Gesundheitsförderungsprojekte an Schulen im Bundesland Tirol adäquat zu würdigen.

Wir sehen diese umfassende Gesundheitsförderung in der Lebenswelt Schule, neben dem persönlichen Gewinn für alle am Arbeitsplatz Schule beteiligten Personen, als wertvolle Investition in die Zukunft. Denn gesunde Lehrerinnen und Lehrer, die sich an ihrem Arbeitsplatz wohlfühlen, sind wegweisende Vorbilder für gesunde Schülerinnen und Schüler.



Bernhard Huter

Leitender Angestellter der
BVAEB-Landesstelle Tirol

Bernhard Huter

Präambel

Seit der Verabschiedung der „Jakarta-Erklärung zur Gesundheitsförderung für das 21. Jahrhundert“ vom 25. Juli 1997 (WHO) wird Gesundheit als grundlegendes Menschenrecht und Gesundheitsförderung als ein lebenslanger Prozess verstanden.

Der Umgang mit der eigenen Gesundheit und der Gesundheit anderer gehört zu den Alltagskompetenzen, über die Menschen verfügen sollten und die maßgeblichen Einfluss auf die Lebensqualität haben. Die Weichen dafür werden in der Kindheit und Jugend gelegt: in dieser prägenden Zeit werden gesundheitsrelevante Verhaltensweisen erworben und eingeübt sowie physische und psychische Gesundheitsressourcen aufgebaut. Präventive und gesundheitsfördernde Maßnahmen sind daher in dieser Zeit von großer Bedeutung.

Da für Kinder und Jugendliche die Schule nach der Familie die zweitwichtigste Lebenswelt („Setting“) darstellt, kommt ihr eine Schlüsselrolle zu. Eine ganzheitliche, in einer gesundheitsförderlichen Umgebung stattfindende Gesundheitsbildung verspricht ein hohes Erfolgspotential mit positiven Auswirkungen auf das heutige und spätere Leben.

In der Gesundheitsbildung ist Empowerment ein zentraler Ansatz mit dem Ziel, dass jeder Mensch die Fähigkeiten entwickelt, eigene Bedürfnisse und Forderungen zu äußern und alleine oder gemeinsam mit anderen umzusetzen. Letztlich geht es darum, Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen. In diesem Zusammenhang spielt der Grad der Selbstwirksamkeitserwartung, das heißt die individuelle Gewissheit, die eigene Lebenssituation beeinflussen zu können, eine große Rolle.

Im Prozess des Empowerments schaffen die Akteure der Gesundheitsförderung Bedingungen und Voraussetzungen dafür, dass die Menschen ihre individuellen und gemeinschaftlichen Ressourcen entdecken, sie weiter entwickeln und in praktische Handlungsstrategien überführen können. Ein wesentliches Ziel von Empowerment-Prozessen ist die Abhängigkeit von Unterstützungsangeboten schrittweise zu verringern.¹

Das Modell der Salutogenese (wörtlich: Gesundheitsentstehung) von A. Antonovsky ist in diesem Zusammenhang sehr interessant: Gesundheit entsteht demnach nicht, indem Stressoren reduziert werden, sondern indem die Verarbeitungsfähigkeit des Menschen gestärkt wird. Antonovsky bezeichnet dies auch als die Widerstandsressourcen des Menschen. Die Forschung zeigt, dass es drei Gruppen von Widerstandsressourcen gibt:²

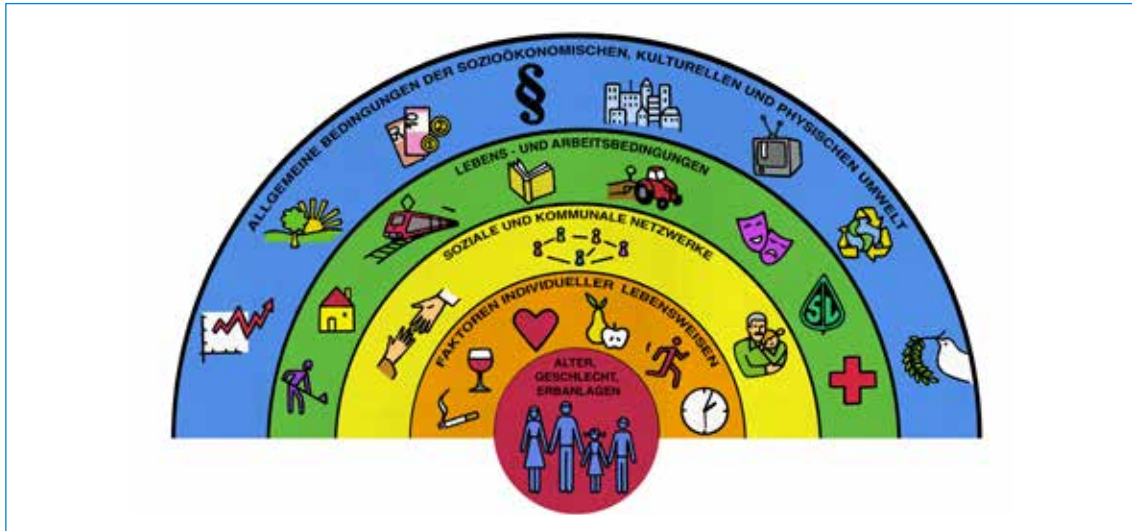
1. Körperlich-konstitutionelle Widerstandsressourcen
2. Personal-psychische Widerstandsressourcen
3. Soziale Widerstandsressourcen

Lehrer:innen wissen, dass Gesundheit zu einem guten Teil außerhalb der Schule entsteht - Familie, Freunde (gerade während der Pubertät), Vereine und viele weitere Lebensbereiche sind dafür wichtig. Unterschiedliche soziale Voraussetzungen, wie zum Beispiel ein geringer sozioökonomischer Status, werden dabei oft als mitentscheidend wahrgenommen. Tatsächlich ist Gesundheit ein komplexes Phänomen mit einer Unzahl individueller, gesellschaftlicher und biologischer Einflussfaktoren, von denen die klassischen Indikatoren sozialer Ungleichheit wie der sozioökonomische Status oder der Migrationshintergrund nur einige wenige sind. In der folgenden Grafik sind diese sogenannten „Gesundheitsdeterminanten“ als Überblick dargestellt.

1 Kooperationsverbund Gesundheitliche Chancengleichheit, 2015, online

2 Hurrelmann & Richter, 2013, S. 120 ff

Neben Alter, Geschlecht und Erbanlagen zählen das individuelle Verhalten (essen, trinken, sich bewegen ...) sowie das soziale Netz zu wichtigen Einflussfaktoren für Gesundheit. Eine besonders wichtige Rolle übernehmen die Lebenswelten, in denen wir leben, lernen, lieben und arbeiten.³ Darüber hinaus haben ökonomische, politische und juristische Aspekte sowie die vorhandene Infrastruktur einen großen Einfluss auf unsere individuelle Gesundheit.



Die Determinanten für Gesundheit sind jene bestimmenden Faktoren, die unsere Gesundheit wesentlich beeinflussen.⁴

Einen umfassenden statistischen Überblick über die Gesundheit und das Gesundheitsverhalten österreichischer Schüler:innen bietet die [HBSC \(Health Behaviour in School-aged Children\)-Studie](#). Die Ergebnisse aus der Studie sind in Factsheets übersichtlich zusammengefasst.

Durch Studien belegt besteht ein deutlicher Zusammenhang zwischen Lebensbedingungen, Gesundheit und Bildungserfolg: gesunde Schüler:innen lernen besser und gesunde Lehrer:innen unterrichten besser. Das Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung hat Schulen den Auftrag erteilt, ihre Verantwortung zur Gesundheitsförderung wahrzunehmen und den Bildungsauftrag im [Unterrichtsprinzip Gesundheitsförderung](#) formuliert: Gesundheitsförderung im Setting Schule setzt sich zum Ziel, alle an der Schule Beteiligten in ihrer Gesundheitskompetenz ("Health Literacy") zu stärken. Schulische Gesundheitsförderung zielt aber auch darauf, die konkreten Lehr-, Lern- und Arbeitsbedingungen an Schulen in einer gesundheitsstärkenden Weise zu verbessern.⁵ Schulische Lernräume und Arbeitsroutinen sollten partizipativ so gestaltet werden, dass sie die Gesundheit fördern. In den Lehrplänen der Volksschule und Sekundarstufe 1 ist Gesundheitsförderung als übergreifendes Thema verankert ([Pädagogikpaket](#)). Diese Verankerung der schulischen Gesundheitsförderung als Unterrichtsprinzip und in den Lehrplänen ist Grundlage für das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol.

Darüber hinaus ist Gesundheit zugleich Ziel, Voraussetzung und Ergebnis von nachhaltiger Entwicklung. Ihre Förderung ist ein Gebot der Menschlichkeit und Bestandteil verantwortungsvoller Bildungsarbeit und Regierungsführung. Der zentrale Punkt ist, dass die Gesunderhaltung der Menschen nur durch die Gesunderhaltung unserer Umwelt möglich sein kann.

Im Zentrum des [Unterrichtsprinzips Umweltbildung für nachhaltige Entwicklung](#) stehen die Förderung der Handlungsbereitschaft und die Befähigung des Menschen zum respektvollen Umgang mit den natürlichen Ressourcen im Spannungsfeld von individuellen und gesellschaftlichen sowie ökologischen und ökonomischen Interessen.

3 WHO Ottawa Charta, 1986, online

4 Fonds Gesundes Österreich nach Dahlgren & Whitehead (1991)

5 <https://www.bmb.gv.at/Themen/schule/schulpraxis/prinz/gesundheitsfoerderung.html>

Das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol ist ein Zeichen dafür, dass an der Schule gesunde Rahmenbedingungen für ein gesundes Leben geschaffen werden, gesundes Verhalten erleichtert wird und ein Beitrag für die nachhaltige Entwicklung im Sinne der [Globalen Nachhaltigkeitsziele](#) (SDGs) geleistet wird.

Das macht eine Gesunde Schule aus

Gesundheit und Bildung sind untrennbar miteinander verbunden. Eine gute, gesunde und nachhaltige Schule zu sein erfordert, dass eine immer fortwährende Entwicklung stattfindet. Wenn die Gesundheitsförderung in der Schulentwicklung verankert ist, kann sie eingebettet in ein Gesamtkonzept systematisch erfolgen. Synergien werden durch das Ineinandergreifen von Entwicklungsschwerpunkten und den Qualitätsmanagementsystemen für Schulen genutzt.

Das Schulklima - inkl. Klassen- und Unterrichtsklima - ist ein wesentlicher Einflussfaktor für die Leistungsbereitschaft und -fähigkeit sowie für die Zufriedenheit und Gesundheit aller Akteur:innen in der Schule. Ein arbeits- und lernförderliches und damit auch ein persönlichkeits- und sozialförderliches, gutes und gesundes Schulklima ist das gemeinsame Ergebnis vieler Akteur:innen und Maßnahmen. Das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol nimmt das Schulklima explizit als Gelingenskriterium für eine Gesunde Schule in den Fokus und leistet zugleich einen Beitrag für ein positives Schulklima, gemeinsam und im Wechselspiel mit anderen Bildungsthemen:

- » Gesundheitsförderung (z.B. Gesundheitskompetenzen)
- » (Inter-)kulturelle Bildung (z.B. Umgang mit kultureller Vielfalt)
- » politische Bildung (z.B. Demokratie und Beteiligungsformen)
- » Medienbildung (z.B. analoge und digitale Kommunikationskompetenzen)
- » Bildung für nachhaltige Entwicklung (z.B. Generationengerechtigkeit)
- » inklusive Bildung (z.B. Chancengerechtigkeit)

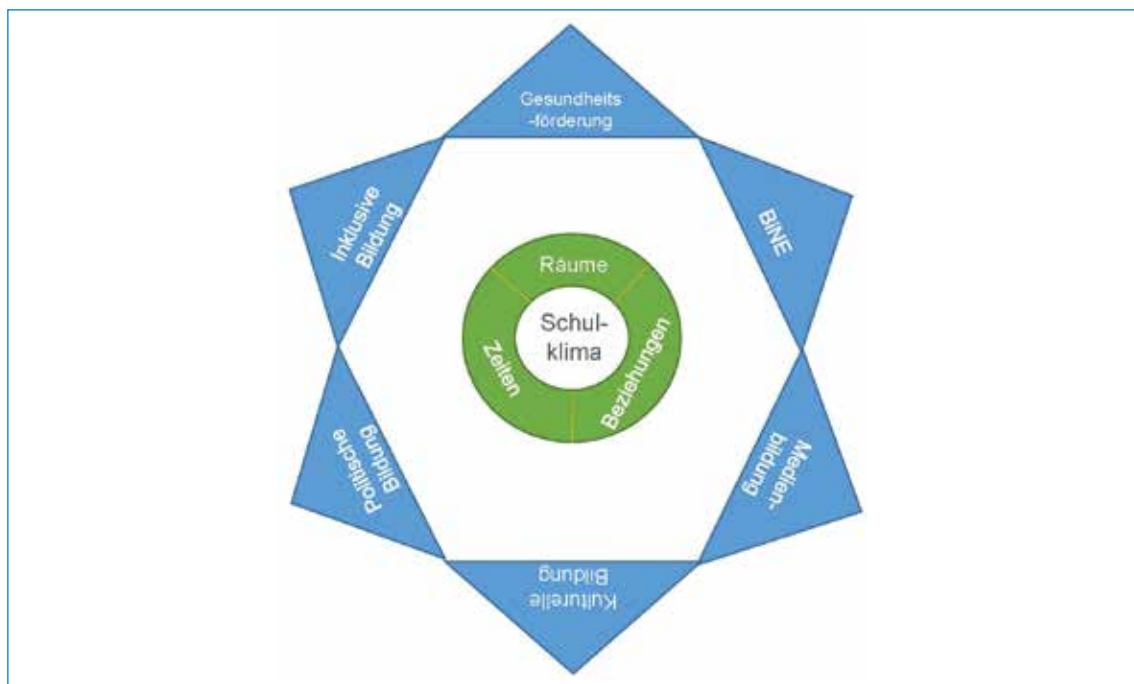


Abbildung: CARAT Modell

Quelle: überarbeitet nach [CARAT Modell für Schulklima Luxemburg](#)⁶

Der One-Health-Approach besagt, dass die Gesundheit des Menschen mit dem Tierwohl sowie der Umwelt eng miteinander verknüpft sind.

Hierdurch wird ein notwendiges Naturverständnis der Wechsel- und Gegenseitigkeit sichtbar, indem Klima kein Ding ist, das uns nützt, wenn wir es schützen, sondern vielmehr etwas, an dem wir teilhaben:

„Das Klima ist der Raum des mit allen anderen geteilten Atems.“
(Andreas Weber, 2020)



Abbildung: One Health⁷
Quelle: Weber A., Unser geteilter Atem

Wenn Schule durch Bildung einen Beitrag zu ‚One Health‘ leisten soll, dann bietet dieser Denkansatz des ‚geteilten Atems‘ einen neuen Blick auf überlastete und krankmachende ‚atemlose Schulen‘, die durch unterstützende Projekte und Programme wie dem Gütesiegel Gesunde Schule Tirol auf dem Weg zu gesünderen ‚atmenden Schulen‘ begleitet werden. Gesunde Schulen leisten mit ihren vielfältigen Aktivitäten und Maßnahmen auf individueller, organisationaler und systemischer Ebene einen Beitrag insbesondere zum SDG 3 „Ein gesundes Leben für alle Menschen jeden Alters gewährleisten und ihr Wohlergehen fördern“ und zum SDG 4 „Inklusive, gerechte und hochwertige Bildung gewährleisten und Möglichkeiten des lebenslangen Lernens für alle fördern“.



Abbildung: 17 Ziele für nachhaltige Entwicklung
Quelle: www.bmk.gv.at⁸

7 Weber A. (2020): Unser geteilter Atem. In: Philosophie Magazin. Sonderausgabe 16. Klimakrise. Berlin: Philomagazin
8 https://www.bmk.gv.at/ministerium/ziele_agenda2030/agenda2030_ziele.html

Was bringt Gesundheitsförderung in der Schule?

Durch Gesundheitsförderung in der Schule entsteht eine Win-Win-Situation für alle beteiligten Personen:

- » Die Gesundheit und das Wohlbefinden von Schüler:innen verbessern sich. Sie entwickeln eine positivere Einstellung zur Schule, Konfliktsituationen nehmen ab und ihre Leistungen verbessern sich. Ein gesundes Lernumfeld - eine Schule zum Wohlfühlen - das sind elementare Voraussetzungen für Bildungserfolg. Langfristig gesehen steigert bessere Bildung auch die Gesundheit. Gesundheitsstudien belegen einen eindeutigen Zusammenhang.
- » Für die Lehrer:innen sowie alle anderen Mitarbeiter:innen an Schulen führt eine systematische Gesundheitsförderung zu Festigung und Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden sowie zu Motivation, höherer Leistungsfähigkeit und Erfüllung im Beruf.



Kompetenznetz

In einem Kompetenznetzwerk ist das Expert:innenwissen gebündelt und wird als Element des modernen, partizipativen Wissensmanagements genutzt.

Mit einer guten Kooperation und Vernetzung mit anderen Schulen und außerschulischen Partner:innen können Energien gebündelt und sinnvolle Synergien genutzt werden, was zu einer wesentlichen Entlastung einerseits und Qualitätssteigerung andererseits führt. Dafür braucht es ein aufeinander abgestimmtes Zusammenwirken aller Beteiligten.



Im Kompetenznetz der Gesunden Schule Tirol sind das Strategieteam, das Kooperationsteam Gesunde Schule Tirol und die Gütesiegelschulen. Das [Netzwerk BiNE Tirol](#) ist ein weiterer wichtiger Partner im Kompetenznetz. Eine besondere Qualität besteht in der Zusammenarbeit auf Augenhöhe von Expert:innen aus Institutionen mit Expert:innen aus Schulen. Das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol ist in einem partizipativen Prozess in diesem Kompetenznetz entstanden.

Das gemeinsame Anliegen ist:

- » Möglichst viele Schulen zur Gesundheitsförderung motivieren
- » Gute Qualität in der schulischen Gesundheitsförderung sichtbar machen
- » Gesundheitsförderung in den Schulen etablieren bzw. nachhaltig verankern
- » Verbesserung der Qualität in der schulischen Gesundheitsförderung

Die Schulen am Weg zum Gütesiegel bekommen Unterstützung durch Angebote und nutzen die Expertise der Mitglieder des Kooperationsteams. Alle Angebote der Kooperationspartner:innen der Gesunden Schule Tirol sind auf der Webseite www.gesundeschule.tsn.at zu finden.

Das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol

Was ist das Kernanliegen?

Mit dem Gütesiegel Gesunde Schule Tirol leisten wir einen Beitrag zu einer guten, gesunden und nachhaltigen Schule.



Die Mission einer guten, gesunden und nachhaltigen Schule?

Eine gute, gesunde und nachhaltige Schule ist eine gesundheitsförderliche Organisation mit dem Fokus auf Qualitätsentwicklung und orientiert sich an einem optimistischen Ansatz, in der sich alle Beteiligten wohlfühlen und gleichzeitig entfalten können. Sie entwickelt sich entlang der Handlungsprinzipien in prozessorientierter Weise und nimmt ein gutes Schulklima als Gestaltungsauftrag wahr.

Gesundheitsförderung und Prävention sind integrale Bestandteile und werden ganzheitlich in die Lebenswelt Schule eingebettet. Chancen werden im Sinne einer Bildung für nachhaltige Entwicklung und des One Health Approachs genutzt, reflektiert und umgesetzt.

Sie setzt am Modell der Gesundheitsdeterminanten an und ermöglicht die Entwicklung von Gesundheitskompetenzen. Diese befähigen alle Beteiligten gemeinschaftlich gesunde Entscheidungen zu treffen, mit dem Ziel die gesundheitlichen Ressourcen in der Lebenswelt Schule zu stärken. Herausforderungen werden strukturiert angegangen und so als bewältigbar erlebt.

Kreatives und innovatives Denken werden gefördert, um positive Zukunftsvorstellungen auf der individuellen und gesellschaftlichen Ebene entwerfen und umsetzen zu können. Alle Beteiligten entwickeln die Fähigkeit ihre eigenen Bedürfnisse und Forderungen zu äußern und diese allein oder gemeinsam in der Schule umzusetzen.

An welchen Handlungsprinzipien orientiert sich das Gütesiegel?

Gütesiegelschulen orientieren sich in prozessorientierter Weise an diesen Handlungsprinzipien:

H1 | Gleichwürdigkeit

Gleichwürdigkeit, Anerkennung und Wertschätzung als Werte und Grundsäulen in einer gesunden Schule drücken sich in Begegnungen und Beziehungen aus. Gleichwürdigkeit erfordert einen starken Respekt vor der Unterschiedlichkeit und den Werten anderer. Wenn ich gleichwürdig handeln will, darf ich mich nicht abwenden und erwarten, dass andere Beteiligte meine Meinung annehmen und verstehen. Um meine Würde und die des anderen zu erhalten, muss ich die Reaktion meines Gegenübers würdigen, stehen lassen und im Dialog bleiben.

H2 | Partizipation

Alle interessierten und relevanten Personen aus Schule und Schulumfeld werden an der Entwicklung und Erhaltung einer gesunden Lebenswelt Schule sowie an der Entscheidung, den Weg zum Gütesiegel zu gehen, beteiligt. Die individuellen Bedürfnisse aller Personen der Schulgemeinschaft werden in Entscheidungsprozesse für die Gestaltung des Lebensraums Schule miteinbezogen. Partizipation ist als Entwicklungsprozess zu verstehen, in dem die Personen die Kompetenzen Schritt für Schritt erlangen, um sich aktiv beteiligen zu können.

H3 | Empowerment

Beteiligte Personen erhalten die Gelegenheiten, das Wissen sowie die Fähigkeiten und Fertigkeiten, die sie benötigen, um ihre Bedürfnisse zu artikulieren und sich aktiv in der Gestaltung der gesunden Schule und des eigenen gesunden Lebens einbringen zu können. Alle Personen werden dazu befähigt mutig Gestaltungsfreiräume zu suchen und zu öffnen.

H4 | Ganzheitlichkeit

Gesundheit in der Schule steht auf den beiden Säulen „gesundes Verhalten“ und unterstützende „gesunde Verhältnisse“ (schulische Rahmenbedingungen).

H5 | Langfristigkeit

Gesundheitsförderung ist über das Projektende hinaus dauerhaft in den Alltagsstrukturen der Schule verankert. Gesundheitsförderung wird im Schulleben verankert. In allen Prozessen wird auf langfristige Wirksamkeit und personelle, materielle und finanzielle Ressourcenbereitstellung geachtet.

H6 | Visionsorientierung

Eine gute, gesunde und nachhaltige Schule ist ein optimistischer Ansatz, der sich an einer positiven Zukunft orientiert und als Kraftquelle verstanden wird. Alle Personen der Schulgemeinschaft orientieren sich auf dem Weg zum Gütesiegel an einem gemeinsam erarbeiteten Bild der Zukunft.

H7 | Vernetztes Denken

Themen, Probleme und Fragestellungen werden mit dem Blick auf das Ganze interdisziplinär angegangen. Dabei werden die verschiedenen Perspektiven und Interessen der Akteur:innen und Betroffenen identifiziert. Die Zusammenhänge und Wirkungen zwischen ökologischen, wirtschaftlichen, sozialen, gesundheitlichen und kulturellen Interessen werden reflektiert. Lokale Gegebenheiten werden in ihrer Verbindung zu Globalem gesehen und Vergangenes, Gegenwart und Zukunft miteinander verknüpft.

H8 | Chancengerechtigkeit

Alle Personen der Schulgemeinschaft begegnen sich auf Augenhöhe und haben die gleichen Chancen sich einzubringen. Geschlecht, Migrationshintergrund oder sozioökonomische und kulturelle Verhältnisse werden bei der Planung und Umsetzung von gesundheitsfördernden Maßnahmen berücksichtigt, um Chancengerechtigkeit in der Entwicklung von Gesundheitskompetenzen zu ermöglichen.



Bei jedem Merkmal ist ein Verweis „H1, H2,...“, der sich auf die jeweils entsprechenden Handlungsprinzipien bezieht.

Was ist das Gütesiegel?

Das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol wird jährlich von der Österreichischen Gesundheitskasse, der Pädagogischen Hochschule Tirol, der Bildungsdirektion für Tirol, dem Land Tirol und der BVAEB verliehen. Das Gütesiegel ist eine Bestätigung dafür, dass eine Schule Gesundheitsförderung am Standort lebt, was sie durch eine systematische und langfristige Erfüllung definierter Kriterien erreicht und nach außen hin durch das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol Logo sichtbar macht. Eine Schule kann sich nur Gesunde Schule nennen, wenn sie das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol erhalten hat.

Wer steckt dahinter?

Gesunde Schule gelingt, wenn alle beteiligten Institutionen zusammenarbeiten und die Schulen auf ihrem Weg unterstützen. Daher ist das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol im Rahmen einer langfristig ausgelegten Kooperation für Gesundheitsförderung an Tirols Schulen eine gemeinsame Initiative der Österreichischen Gesundheitskasse, der Pädagogischen Hochschule Tirol, dem Land Tirol, der Bildungsdirektion für Tirol und der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau.



Was bringt das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol?

Die laufende Prozessevaluation zeigt folgende Ergebnisse:

- » Verbessertes Schulklima durch Partizipation und eine sich entwickelnde, motivierende Dynamik im Kollegium/ in der Schulgemeinschaft/ in der Schule
- » Besseres Klassenklima
- » das Gesundheitsteam als Ressource, Motor und „Allianz“ kann in der Schule was bewegen
- » gezielte Fortbildung im Kollegium
- » Schulqualitätssteigerung durch den Weg zum Gütesiegel
- » Sensibilisierung für das Thema Gesundheit, Etablierung eines ganzheitlichen Gesundheitsbegriffs
- » Sensibilisierung für die Bedeutung von Lehrer:innengesundheit innerhalb der Schule
- » Langfristigkeit durch Etablierung von Strukturen
- » Effektivität von Engagement, was wiederum motivierend wirkt
- » Verbesserung des Raumklimas durch besseres Lüftungsverhalten und Sensibilisierung dafür durch die CO2-Messungen
- » Verbesserung des Ernährungsangebots
- » Ordnung & Sauberkeit scheint ein nicht unwesentlicher Punkt an Schulen zu sein. Schulen, die in diesem Bereich Probleme hatten, konnten sich durch das Gütesiegel verbessern



Der Weg zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol

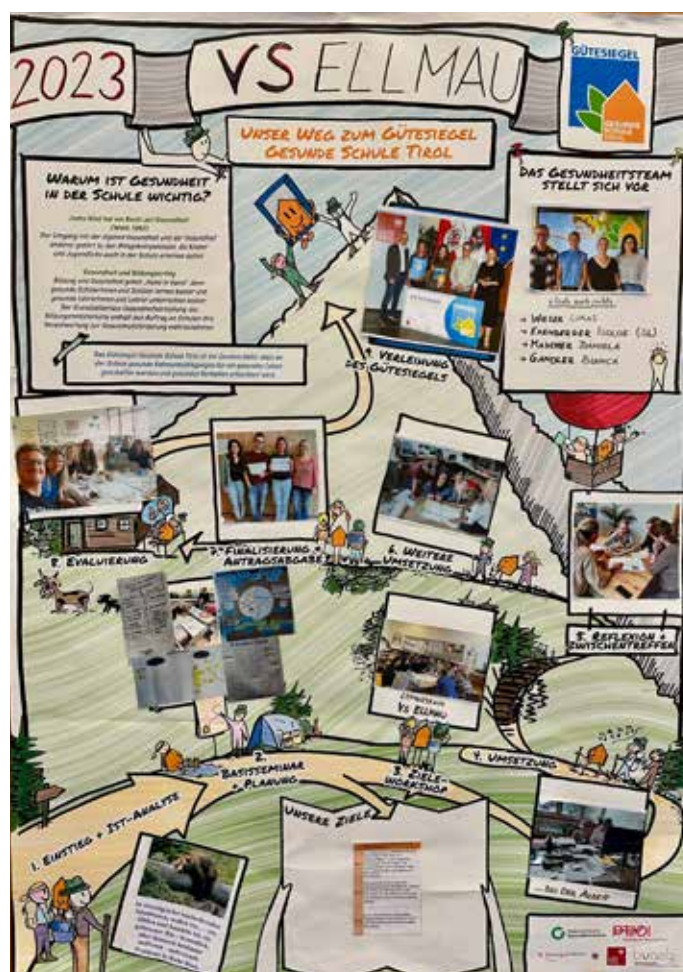
Schulen auf dem Weg zum Gütesiegel werden vom Team der Gesunden Schule Tirol unterstützt und begleitet. Die Meilensteine auf diesem Weg sind im Flussdiagramm (siehe nächste Seite) dargestellt.

Ein zentrales Element auf dem Weg zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol ist die Begleitung im Rahmen eines Seminars, an dessen Ende die Antragsstellung zum Gütesiegel erfolgt.

Alle Termine finden Sie immer aktuell auf der Website www.gesundeschule.tsn.at.

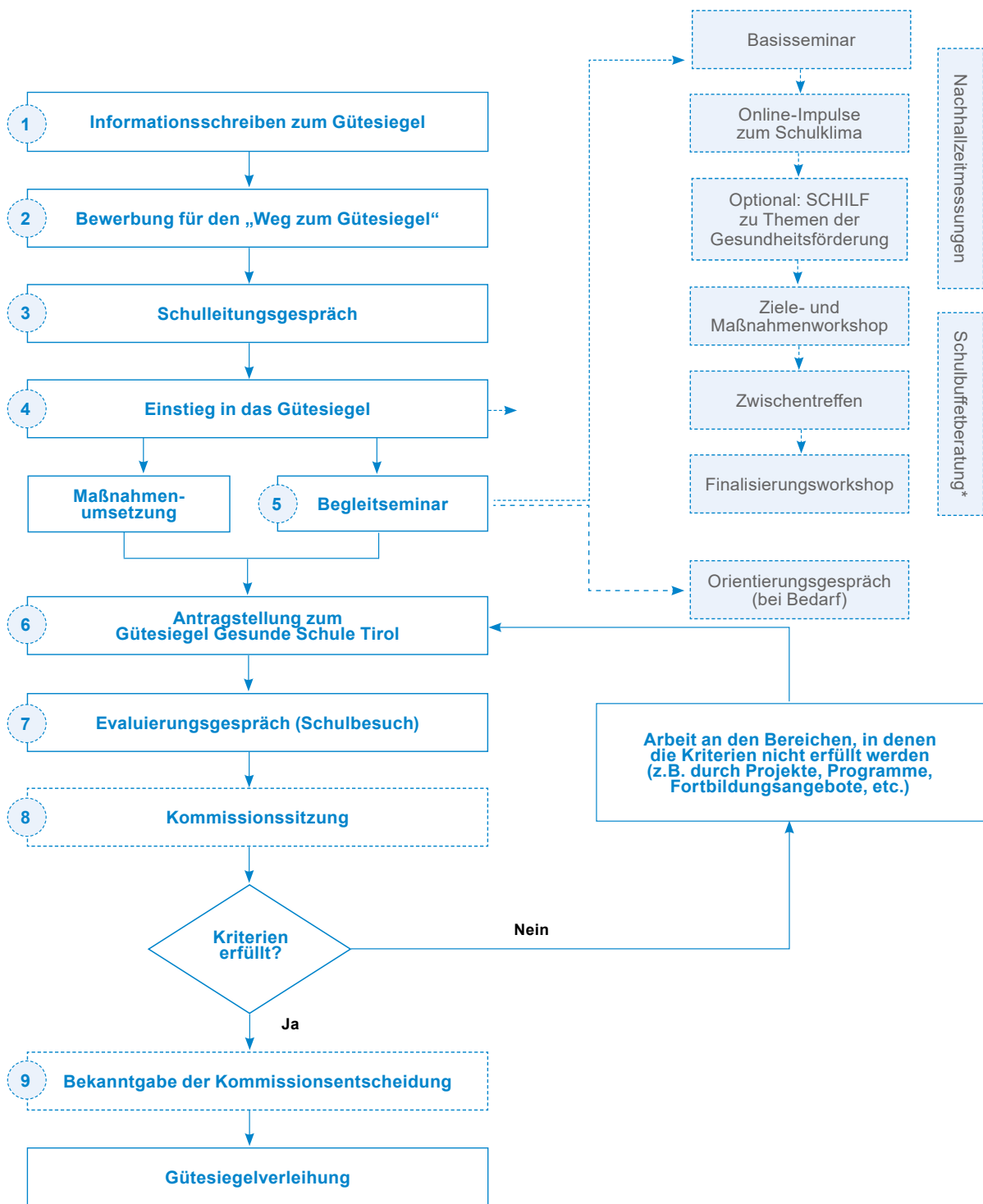
Auf den nachfolgenden Seiten sind die Wege zum Gütesiegel dargestellt:

- » Der erstmalige Weg zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol
- » Der Weg zum Wiederantrag Gesunde Schule Tirol



Schulen auf dem Weg zum Gütesiegel erhalten je ein Plakat (siehe oben), das den Weg zum Gütesiegel bildlich darstellt. Durch das schrittweise Ausfüllen dieser Vorlage wird der Prozess in der Schule transparent und nachvollziehbar. Die Plakate können individuell mit Fotos, Texten oder anderweitig kreativ (siehe Foto) gestaltet werden.

Der erstmalige Weg zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol



*freiwillige Maßnahme für alle Schulen, die an ihrem Standort ein Schulbuffet haben.

1**Informationsschreiben zum Gütesiegel durch die Bildungsdirektion für Tirol**

Im Jänner eines jeden Schuljahres ergeht durch die Bildungsdirektion für Tirol eine Aussendung an alle Schulen mit detaillierten Informationen zum Gütesiegel sowie den Teilnahmebedingungen. Jede Schule, die am Gütesiegel Gesunde Schule Tirol interessiert ist, informiert sich mit diesem Schreiben genau darüber, was es bedeutet, sich auf den Weg zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol zu machen. Die Schulgemeinschaft muss hinter dem Vorhaben stehen und zusammen das Ziel erreichen wollen.

2**Bewerbung für den „Weg zum Gütesiegel“**

Mit der Bewerbung für den „Weg zum Gütesiegel“ bekennt sich die Schulgemeinschaft zu den zentralen Merkmalen des Gütesiegels und den Teilnahmebedingungen. Die Bewerbung ist ausschließlich innerhalb des im Informationsschreiben angegebenen Zeitfensters über ein eigenes Webformular möglich. Es gibt eine Maximalanzahl an Schulen, die in das Begleitseminar aufgenommen werden, wobei die Auswahl nach folgenden Kriterien erfolgt:

- » Schularten: VS, MS, ASO, PTS, BMHS, AHS und TFBS
- » Verteilung auf die Bildungsregionen (Bezirk)
- » „first come, first serve“-Prinzip (Zeitpunkt der Bewerbung)

3**Schulleitungsgespräch**

In einem virtuellen Schulleitungsgespräch werden folgende Inhalte besprochen und offene Fragen geklärt:

- » aktuelle Situation an der Schule
- » die Inhalte des Gütesiegels (Vereinbarung)
- » das Thema Qualitätsentwicklung unter dem Motto: eine gute Schule muss auch immer eine Gesunde Schule sein.
- » mögliche erste Schritte

4**Einstieg in das Gütesiegel**

Noch im laufenden Schuljahr erfolgt der thematische Einstieg in das Gütesiegel für das Gesundheitsteam. Die Auseinandersetzung mit den Kriterien und dem vorliegenden Handbuch stehen dabei im Mittelpunkt. Bei diesem Online-Seminar ist die Anwesenheit der Schulleitung unbedingt erforderlich.

5**Begleitseminar**

Das Begleitseminar gliedert sich in ein Basisseminar, regionale Zieleworkshops, ein Zwischentreffen und einen Finalisierungsworkshop. Dabei werden Wissen, Fähigkeiten, Fertigkeiten und auch Instrumente vermittelt, mit denen Teilnehmer:innen die Möglichkeit bekommen, sich aktiv in der Gestaltung der Gesunden Schule einbringen zu können. Die konstante Teilnahme von zwei Personen pro Schule ist verpflichtend. In begründeten Ausnahmefällen (z.B. Kleinschule) ist die Teilnahme von nur einer Person ausreichend. Das Begleitseminar wird über die PHT abgewickelt.

Eine Messung der Raumakustik/Nachhallzeiten wird in der schulfreien Zeit (Sommer) durchgeführt.

Am Anfang des Schuljahres findet das zweitägige Basisseminar statt. In diesem Seminar erhalten die Teilnehmer:innen zum Gelingenskriterium "Organisation" wichtige Informationen und ein wertvolles Instrumentarium für die Arbeit am Standort. Zusätzlich findet im Herbst ein Online-Impuls zum Thema Schulklima statt, bei dem Schulen die Möglichkeit bekommen sich näher mit dem Gelingenskriterium „Schulklima“ zu befassen.

Danach erhalten die teilnehmenden Schulen zusätzliche Unterstützung auf ihrem individuellen Weg zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol durch regionale Ziele- und Maßnahmenworkshops (3h), einem Zwischentreffen (1h) und einem Finalisierungsworkshop (3h). Bei Bedarf wird zusätzlich am Schulstandort ein Orientierungsgespräch durchgeführt.

6

Antragsstellung zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol

Der Kriterienkatalog ist das zentrale Element der Antragsstellung. Mit dem Punktesystem und den Erklärungen im vorliegenden Handbuch führt jede Schule eine Selbstbewertung anhand des Kriterienkatalogs durch. Die Ergebnisse werden in das Antragsformular (EXCEL-Datei) eingetragen. Beim Finalisierungsworkshop werden letzte Fragen geklärt. Ergibt die Selbsteinschätzung die geforderten Mindestpunkte der MUSS- und SOLL-Merkmale, kann das Antragsformular per E-Mail eingereicht werden. Der Abgabetermin ist immer der letzte Werktag im März.

7

Evaluierungsgespräch (Schulbesuch)

Im Mai/Juni findet ein knapp dreistündiges Evaluierungsgespräch an der Schule statt, in dem die konkrete Erfüllung der Kriterien anhand des eingereichten Antrages stichprobenartig überprüft wird.

Ablauf:

- » Präsentation der Schule "Unser Weg zum Gütesiegel"
- » Evaluierungsgespräch
- » Schulrundgang
- » Abschluss: Reflexion

Im Rahmen des Besuchs sollte die Möglichkeit bestehen, bei Bedarf mit verschiedenen Personen (pädagogischem, nichtpädagogischem Personal, Schüler:innen) zu sprechen.

8

Kommissionssitzung

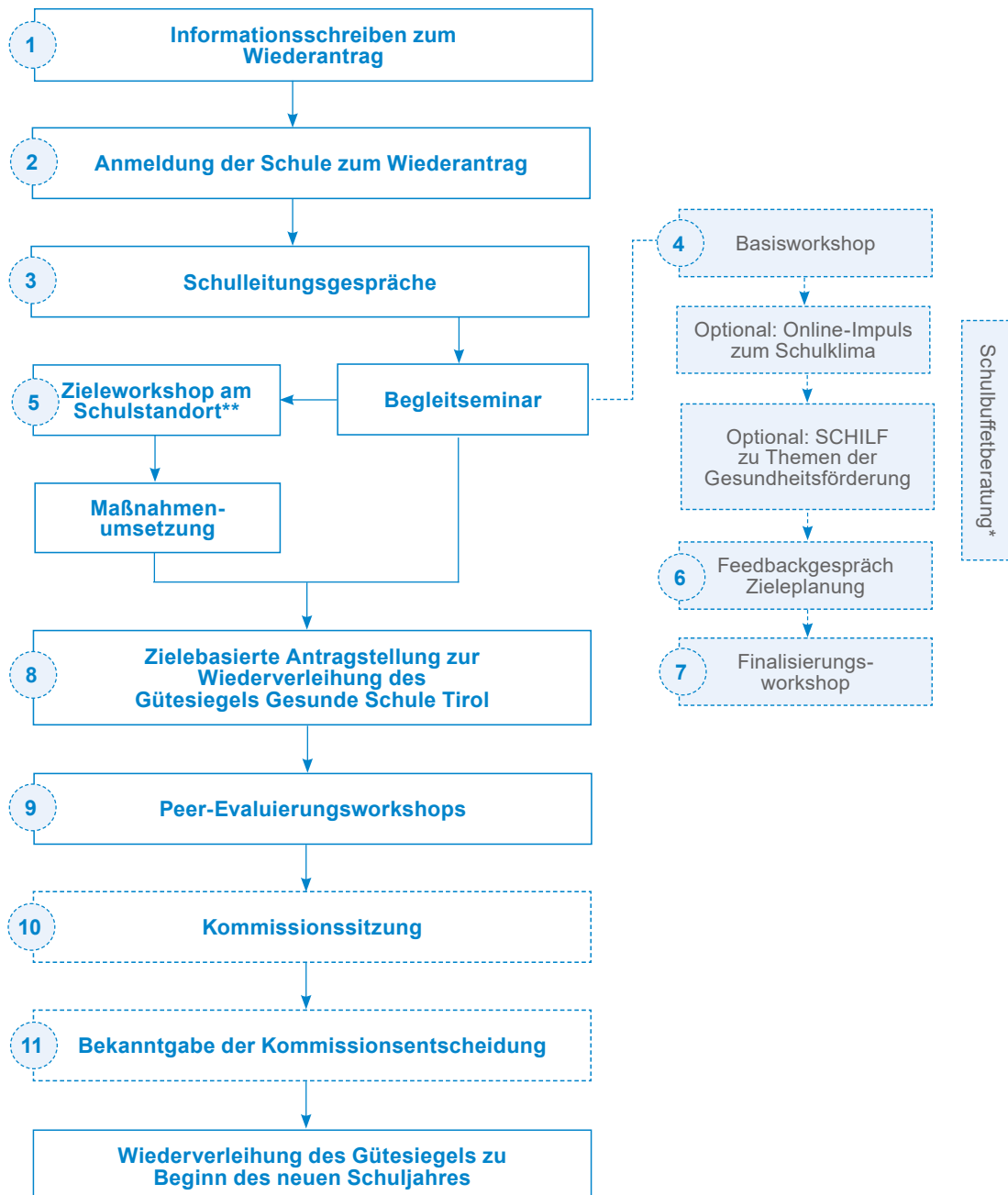
Eine jährlich neu nomminierte Kommission, die sich aus Vertreter:innen der Kooperationspartnerinstitutionen zusammensetzt, entscheidet einstimmig, ob der antragstellenden Schule das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol zuerkannt wird. Als Basis für die Entscheidung dienen das Antragsformular (inkl. der darin enthaltenen Dokumentation) sowie das Protokoll des Evaluierungsgesprächs.

9

Bekanntgabe der Kommissionsentscheidung & Gütesiegelverleihung

Die Schule wird über die Entscheidung der Kommission noch vor Ende des Schuljahres in Kenntnis gesetzt und im positiven Fall zur offiziellen Gütesiegelverleihung im Rahmen eines Festakts zu Beginn des folgenden Schuljahres eingeladen.

Der Weg zum Wiederantrag



*freiwillige Maßnahme für alle Schulen, die an ihrem Standort ein Schulbuffet haben.

**Eigenständig durchgeführter Ziele- und Maßnahmenworkshop am Schulstandort.

1

Informationsschreiben zum Gütesiegel durch die Bildungsdirektion für Tirol

Im Frühjahr ergeht an jene Schulen, die vor dem Wiederantrag stehen, durch die Bildungsdirektion für Tirol eine Aussendung mit detaillierten Informationen zum Wiederantrag des Gütesiegels sowie Teilnahme- und Anmeldebedingungen. Mit diesem Schreiben werden die betreffenden Schulen genau darüber informiert, was es bedeutet, sich auf den Weg zum Wiederantrag des Gütesiegels Gesunde Schule Tirol zu machen. Die Schulgemeinschaft muss weiterhin hinter dem Vorhaben stehen und zusammen das Ziel erreichen wollen.

2

Anmeldungen der Schulen zum Wiederantrag

Mit der Anmeldung zum Wiederantrag bekennt sich die Schulgemeinschaft zu den zentralen Merkmalen der schulischen Gesundheitsförderung und den Teilnahmebedingungen. Die Anmeldung ist ausschließlich innerhalb des im Informationsschreiben angegebenen Zeitfensters bei der Bildungsdirektion Tirol über ein eigenes Webformular möglich.

3

Schulleitungsgespräche

Bei den virtuellen Schulleitungsgesprächen wird der Weg zum Wiederantrag abgesteckt und der Fokus auf den Unterstützungsbedarf sowie auf die Partizipation aller Beteiligten gelegt.

4

6

7

Begleitseminar

Ein wesentlicher Teil des Wiederantrags ist das Begleitseminar, das aus folgenden Teilen besteht:

- » Basisworkshop (1 Tag)
- » Optional: Online-Impuls zum Schulklima (1 Halbtage)
- » Optional: Fortbildungen (SCHILF) zu Themen der Gesundheitsförderung (1 Halbtage)
- » Feedbackgespräch Zieleplanung (online)
- » Finalisierungsworkshop (1 Halbtage)

Zweck des Begleitseminars ist es, die Teilnehmer:innen der Schulen mit einem begleiteten Prozess dazu zu befähigen inhaltlich und methodisch, theoretisch und praktisch den Wiederantrag zum Gütesiegel zu stellen.

Die konstante Teilnahme von zwei Personen pro Schule ist verpflichtend. In begründeten Ausnahmefällen (z.B. Kleinschule) ist die Teilnahme von nur einer Person ausreichend. Das Begleitseminar wird über die PH Tirol abgewickelt.

5

Zieleworkshops am Schulstandort

Nachdem beim Basisworkshop die benötigten Instrumente und Methoden vermittelt wurden, führt das Gesundheitsteam am Schulstandort selbst einen Zieleworkshop durch.

8

Die zielebasierte Antragsstellung zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol

Im Wiederantrag erfolgt die Antragsabgabe anhand der Einreichung einer Ziele- und Maßnahmenplanung. Die Formulierung der Ziele soll sich an der SMART-Logik orientieren und mittel- als auch langfristig geplant werden. Der Abgabetermin ist immer der letzte Werktag im März.

9

Peer-Evaluierungsworkshops

Zwei Schulen, die den Wiederantrag gestellt haben, evaluieren sich im Rahmen jeweils eines Peer-Evaluierungsworkshops gegenseitig. Es werden die Schätze der eigenen Gesunden Schule dem Team der Gastschule präsentiert und gemeinsam reflektiert. Die Moderation des Workshops erfolgt durch Mitglieder aus dem Team der Gesunden Schule Tirol.

Im Rahmen des Besuchs sollte die Möglichkeit bestehen, bei Bedarf mit verschiedenen Personen (pädagogischem, nichtpädagogischem Personal, Schüler:innen) zu sprechen und - falls sinnvoll - die Schätze der Gesunden Schulen im Rahmen einer Schulbesichtigung zu präsentieren.

10

Kommissionssitzung

Eine jährlich neu nominierte Kommission, die sich aus Vertreter:innen der Kooperationspartnerinstitutionen zusammensetzt, entscheidet einstimmig, ob der antragstellenden Schule das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol zuerkannt wird. Als Basis für die Entscheidung dienen die Ziele- und Maßnahmenplanung sowie die Dokumentation des Peer-Evaluierungsworkshops.

11

Bekanntgabe der Kommissionsentscheidung & Gütesiegelverleihung

Die Schule wird über die Entscheidung der Kommission noch vor Ende des Schuljahres in Kenntnis gesetzt und im positiven Fall zur offiziellen Gütesiegelverleihung im Rahmen eines Festakts zu Beginn des folgenden Schuljahres eingeladen.

Die Bausteine des Gütesiegels

Der Kriterienkreis

Der Kriterienkreis stellt die Kriterien des Gütesiegels übersichtlich dar. Er erinnert an ein Atommodell mit Kern und Hülle. In der Mitte ist der Zweck des Gütesiegels dargestellt, der von den Handlungsprinzipien umrahmt wird. Es folgen die Kriterien Schulklima und Organisation, ohne die eine Gesunde Schule nicht gelingen kann. Den äußeren Kreis bilden die zehn Inhaltskriterien, die im Sinne des ganzheitlichen Gesundheitsbegriffs eine Gesunde Schule ausmachen.

Der Kriterienkreis kann unter www.gesundeschule.tsn.at heruntergeladen werden.

Der Kriterienkatalog

Im Kriterienkatalog werden die Kriterien mit Merkmalen als messbare Ziele dargestellt. Es gibt für jede Schulart einen spezifischen Kriterienkatalog. Der Kriterienkatalog ist ein Instrument zur Selbstbewertung.

Jede Schule lädt sich den für ihre Schulart passenden Kriterienkatalog unter www.gesundeschule.tsn.at herunter und kann dann mithilfe des Handbuchs und ggf. unter Anwendung passender weiterer Analyseinstrumente den Erfüllungsgrad der Kriterien bzw. Merkmale für die eigene Schule beurteilen.

Das Handbuch

Das vorliegende Handbuch enthält nähere Informationen zu den einzelnen Merkmalen des Kriterienkatalogs und ist damit als ein Nachschlagewerk zu sehen. Es orientiert sich vom Aufbau her am Kriterienkatalog, enthält allerdings zusätzlich:

- » Erläuterungen, Definitionen und Beispiele
- » das Bewertungsschema (Erfüllungsgrad der SOLL-Merkmale)
- » Impulse für die Umsetzung (Ideen für Maßnahmen, Angebote und interessante Links)
- » mögliche Nachweise für die Evaluierung

Das Handbuch kann unter www.gesundeschule.tsn.at heruntergeladen werden.

Das Antragsformular

Im Erstantrag erfolgt die Antragseinreichung digital mittels einer Exceldatei, die sich vom Aufbau her am Kriterienkatalog orientiert. Mittels Dropdown-Felder kann man bei MUSS-Merkmalen zwischen „Ja“ und „Nein“ auswählen und bei SOLL-Merkmalen die entsprechende Punkteanzahl. Man erhält somit eine automatische Auswertung und sieht auf einen Blick, wie viele Punkte man erreicht. Das Excelformular wird im Laufe des Wegs zum Gütesiegel als IST-Analyse verwendet und dient am Ende des Begleitprozesses als Antragsformular. Es enthält daher Felder, in denen die Dokumentation zum Merkmal stichwortartig zu erfassen ist. Das digitale Antragsformular erhalten die Schulen beim Einstieg in das Gütesiegel und wird im Rahmen des Basisseminars im Detail vorgestellt.

Überblick zur Bewertung und Auszeichnung

Wie erfolgt die Bewertung?

Der Kriterienkatalog des Gütesiegels dient der Bestandsaufnahme und gibt eine Übersicht darüber, welche Kriterien erreicht werden müssen, um das Gütesiegel Gesunde Schule Tirol zu erhalten.

Im vorliegenden Handbuch ist genau definiert, wie eine Schule sich selbst bewerten kann. Mit Kriterienkatalog und Handbuch kann jede Schule selbst eine erste Bewertung durchführen, um festzustellen, wo sie steht und wo eventuell was zu tun ist. Die Dokumentation der (Selbst-)Bewertung für Schulen am Weg zum Gütesiegel erfolgt im Antragsformular.

Die Kriterien beinhalten Merkmale (=messbare Ziele). Die Merkmale sind in zwei Kategorien unterteilt:



- ... ist mit „JA“ oder „NEIN“ zu beantworten und absolute Voraussetzung für das Erreichen des Gütesiegels.
- es müssen jedoch nicht alle MUSS-Merkmale erreicht werden (siehe Punkteskala, nächste Seite).
- für jedes erfüllte MUSS-Merkmal gibt es einen Punkt.



- ... ist grundsätzlich nicht zwingend zu erfüllen, in Summe muss eine Schule aber die erforderliche Mindestpunktzahl (siehe Punkteskala, nächste Seite) erfüllen.
- Schulen haben hier die Möglichkeit, individuelle Schwerpunkte zu setzen und durch höhere Erfüllungsgrade bei einzelnen Merkmalen „Punkte zu sammeln“ und somit weniger stark ausgeprägte Erfüllungsgrade bei anderen Merkmalen zu kompensieren.
- für die SOLL-Merkmale werden je nach Erfüllungsgrad 0 bis 3 Punkte vergeben. Bewertet man sich mit 0 Punkte, spielt man für diese SOLL-Merkmale die Wildcard. Das heißt man bearbeitet und dokumentiert diese SOLL-Merkmale aktuell nicht. In Summe muss jedoch die Mindestpunktzahl der SOLL-Merkmale (siehe Punkteskala, nächste Seite) erreicht werden.
- Bewertungsdetails finden Sie im vorliegenden Handbuch beim jeweiligen Merkmal.

Wie viele Punkte müssen erreicht werden?

Die erforderliche Mindestpunktzahl für das Gütesiegel Gesunde Schule hängt von der Schulart ab.

Punkteskala MUSS-Merkmale:

	Anzahl	Mind. erforderlich
Allgemeine Sonderschule	34	29
Primarstufe	33	28
Sekundarstufe 1	34	29
Sekundarstufe 2	34	29
Sekundarstufe 1 & 2	34	29
Polytechnische Schule	34	29
Tiroler Fachberufsschule	33	29

Punkteskala SOLL-Merkmale:

	Anzahl	Maximale Punkte	Mind. erforderl. Punkte
Allgemeine Sonderschule	34	102	51
Primarstufe	34	102	51
Sekundarstufe 1	34	102	51
Sekundarstufe 2	32	96	48
Sekundarstufe 1 & 2	34	102	51
Polytechnische Schule	32	96	48
Tiroler Fachberufsschule	30	90	45

Wie werden Schulen ausgezeichnet?

Den Schulen wird im Rahmen eines Festaktes das Gütesiegel offiziell verliehen.

Was erhalten Schulen, die das Gütesiegel erreichen?

Neben dem Nutzen, den eine Auszeichnung in Form eines Gütesiegels in ihrer Innen- und Außenwirkung stiftet, erhält jede mit dem Gütesiegel ausgezeichnete Schule:

- » Materialien zur Visualisierung: eine Gütesiegelplakette, eine Urkunde und das Gütesiegellogo zur freien Verwendung
- » Einen Scheck in der Höhe von 1.000 Euro zur Umsetzung von gesundheitsfördernden Maßnahmen

Anwendungshinweis

Das Gütesiegel enthält 15 Kriterien, die schulartenabhängig 33 bzw. 34 MUSS-Merkmale und 30 bzw. 34 SOLL-Merkmale enthalten (siehe Punkteskala).

Für jedes Merkmal machen die Gesundheitsteams eine Bestandsaufnahme an der Schule und bewerten für ein MUSS-Merkmal mit JA (1 Punkt)/NEIN (0 Punkte) und für ein SOLL-Merkmal mit der Punkte-Abstufung (0 = Wildcard, 1, 2 oder 3). Die Dokumentation der Selbstbewertung wird im Excel-Antragsformular, das die Schulen am Weg zum Gütesiegel zur Verfügung haben, eingetragen.



Wir empfehlen, die Selbstbewertung in Zusammenarbeit mit der Schulgemeinschaft durchzuführen.

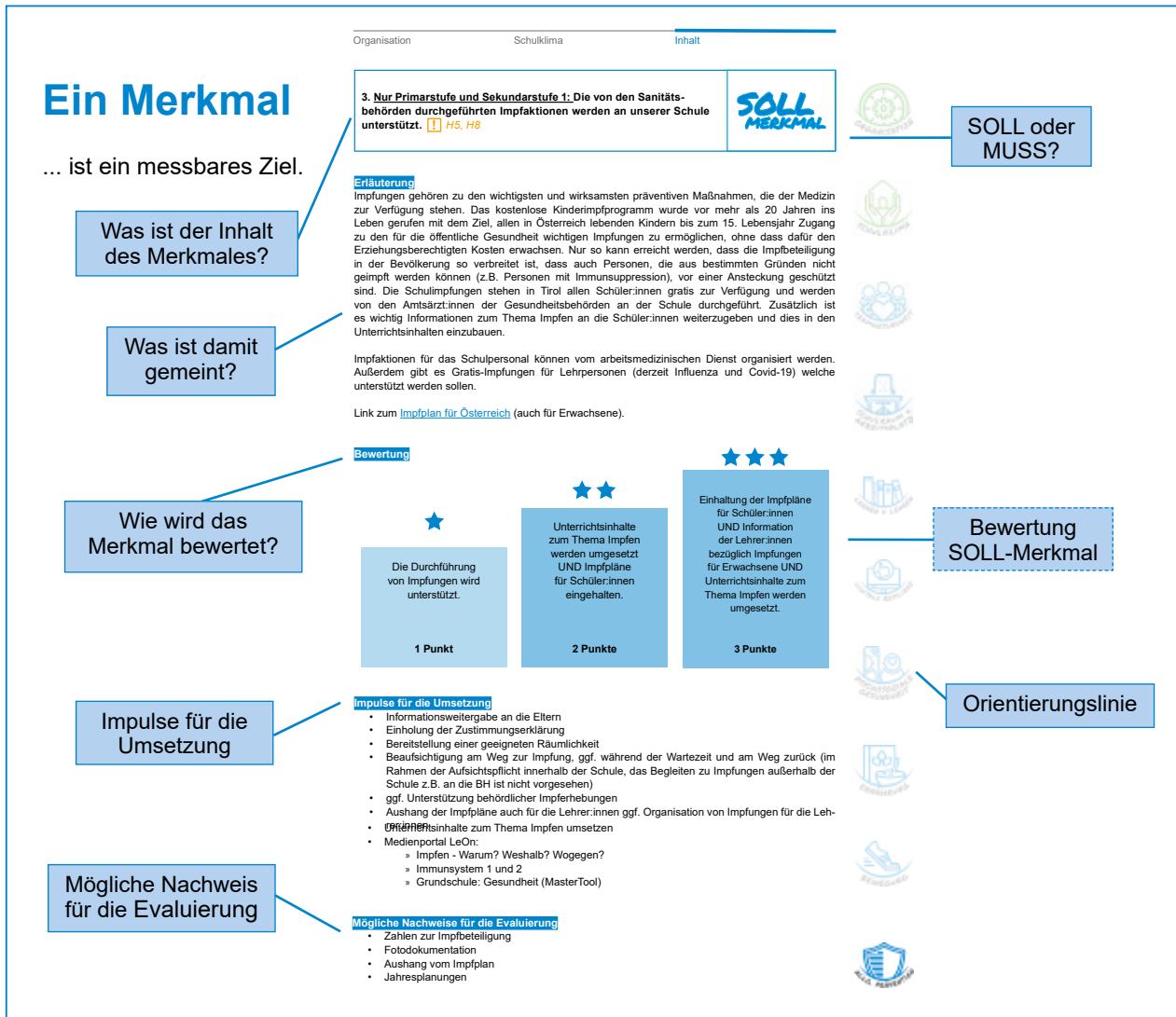


Zu jedem Merkmal finden Sie im Handbuch folgende Elemente, die Sie bei der Bewertung und Umsetzung von Maßnahmen unterstützen:

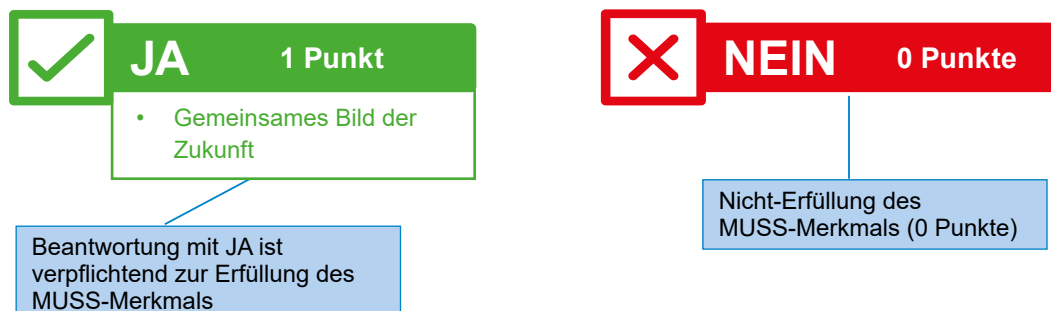
Ein Kriterium

... ist eine thematische Kategorie, die durch Merkmale operationalisiert wird.

Organisation	Schulklass	Inhalt
		Kriterium Schulraum & Arbeitsplatz Schulen sind Lebensräume, in denen nicht Fächer, sondern Schüler:innen unterrichtet werden. Zustand und Gestaltung der Lernorte, die Art und Weise wie diese miteinander in Beziehung stehen, das Ineinanderfließen von Innen und Außen, das richtige Verhältnis zwischen persönlichen Räumen und Gemeinschaftsräumen, die farbliche Gestaltung, optimale raumakustische Bedingungen, Dekoration und die Sauberkeit beeinflussen nachweislich die Bildungs- und Erziehungsprozesse und wirken auf Wohlbefinden, psychische Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Schüler:innen bzw. Lehrer:innen. Schulentwicklung muss auch die äußere Architektur, die baulich-räumliche Gestaltung, die Ausstattung der Schule und ergonomischen Aspekte berücksichtigen. Zum Thema Ergonomie bietet als Expertin Mag. Barbara Baumgartner von der AUIVA (Barbara.Baumgartner@auiva.at) Schulen im Rahmen des Gütesiegels fachliche Unterstützung an. Zum Thema Raumakustik kontaktieren Sie bitte Mag. Barbara Witzmann (barbara.witzmann@auiva.at). Bei Fragen zum Thema Raumbeleuchtung und -klima sowie Gesundheitseffekte Schulleweg wenden Sie sich bitte an Expertin Heinz Fuchs (h.fuchs@tinet.at).



Bewertung MUSS-Merkmal



Wir begleiten Schulen am Weg zum Gütesiegel



Österreichische Gesundheitskasse

Programmbüro Gesunde Schule Tirol

Marina Riedl

+ 43 50766 - 181634

schule-18@oegk.at



Österreichische Gesundheitskasse

Programmbüro Gesunde Schule Tirol

Miriam Müller

+ 43 50766 - 181685

schule-18@oegk.at



Österreichische Gesundheitskasse

Programmbüro Gesunde Schule Tirol

Valentina Plank

+ 43 50766 - 181686

schule-18@oegk.at



Pädagogische Hochschule Tirol

Gabriele Bogner-Steiner

+43 512 59923-3219

gabriele.bogner-steiner@ph-tirol.ac.at



Pädagogische Hochschule Tirol

Monika Kuprian

+43 512 59923-3219

monika.kuprian@ph-tirol.ac.at



Pädagogische Hochschule Tirol

Victoria Scherl

+43 512 59923-3219

victoria.scherl@ph-tirol.ac.at



Bildungsdirektion für Tirol/Land Tirol

Claudia Mark

+43 512 508 - 2845

claudia.mark@tirol.gv.at



Bildungsdirektion für Tirol

Ulrike Weyrer

+43 512 9012 - 9116

ulrike.weyrer@bildung-tirol.gv.at



BVAEB

Simone Mende

+43 50405 - 28170

innsbruck.gesundheitsfoerderung@bvaeb.at

“

**„Gute Gesundheit
unterstützt
erfolgreiches Lernen.
Erfolgreiches Lernen
unterstützt die
Gesundheit.
Erziehung und
Gesundheit sind
untrennbar.“**

Desmond Q'Byrne (Leiter der Abteilung für Gesundheitsförderung, WHO/Genf)

Die Kriterien im Überblick

Das Gütesiegel enthält 15 Kriterien, die anhand der Erfüllung von Merkmalen gemessen werden.

Gelingenskriterien

Ohne die Kriterien Schulklima und Organisation kann eine Gesunde Schule nicht gelingen.

Schulklima: Ein gutes Schulklima und eine wertschätzende Schulkultur sind die wichtigsten Voraussetzungen für gelingendes Lernen, denn Bildung kann nur mit konstruktiven, lernfördernden Beziehungen funktionieren. Dabei wirken Schulklima und Schulkultur wechselseitig aufeinander als Voraussetzung und Ergebnis: Kultur ist gestaltbar und Klima ist erlebbar. Und das Erlebte wirkt auf die Gestaltung des Gestaltbaren. Beide Faktoren können pathogene oder salutogene Wirkungen entfalten. Schulklima ist das Ergebnis einer Schulkultur, in der das Soziale, die Zeiten sowie die Räume gesundheitsförderlich gestaltet werden können.

Organisation: Veränderungsprozesse werden systematisch und unter Einsatz von Instrumenten des Projektmanagements geplant, umgesetzt und laufend weiterentwickelt. Der Weg zu einer Gesunden Schule ist ein Prozess, an dem die gesamte Schulgemeinschaft beteiligt wird. Alle Fäden laufen beim Gesundheitsteam zusammen. Das Gesundheitsteam zu bilden ist meistens der erste Schritt, um systematisch eine Gesunde Schule zu werden. Die Schulleitung übernimmt Verantwortung und gestaltet den Rahmen, damit der Weg zu einer Gesunden Schule gelingen kann.

Partizipation, das heißt die Betroffenen zu Beteiligten zu machen, ist dabei der Schlüssel zum Erfolg. Die Professionalisierung der Pädagog:innen für Gesundheitsförderung sichert die Qualität und ist Basis für eine höhere Zufriedenheit im Beruf.

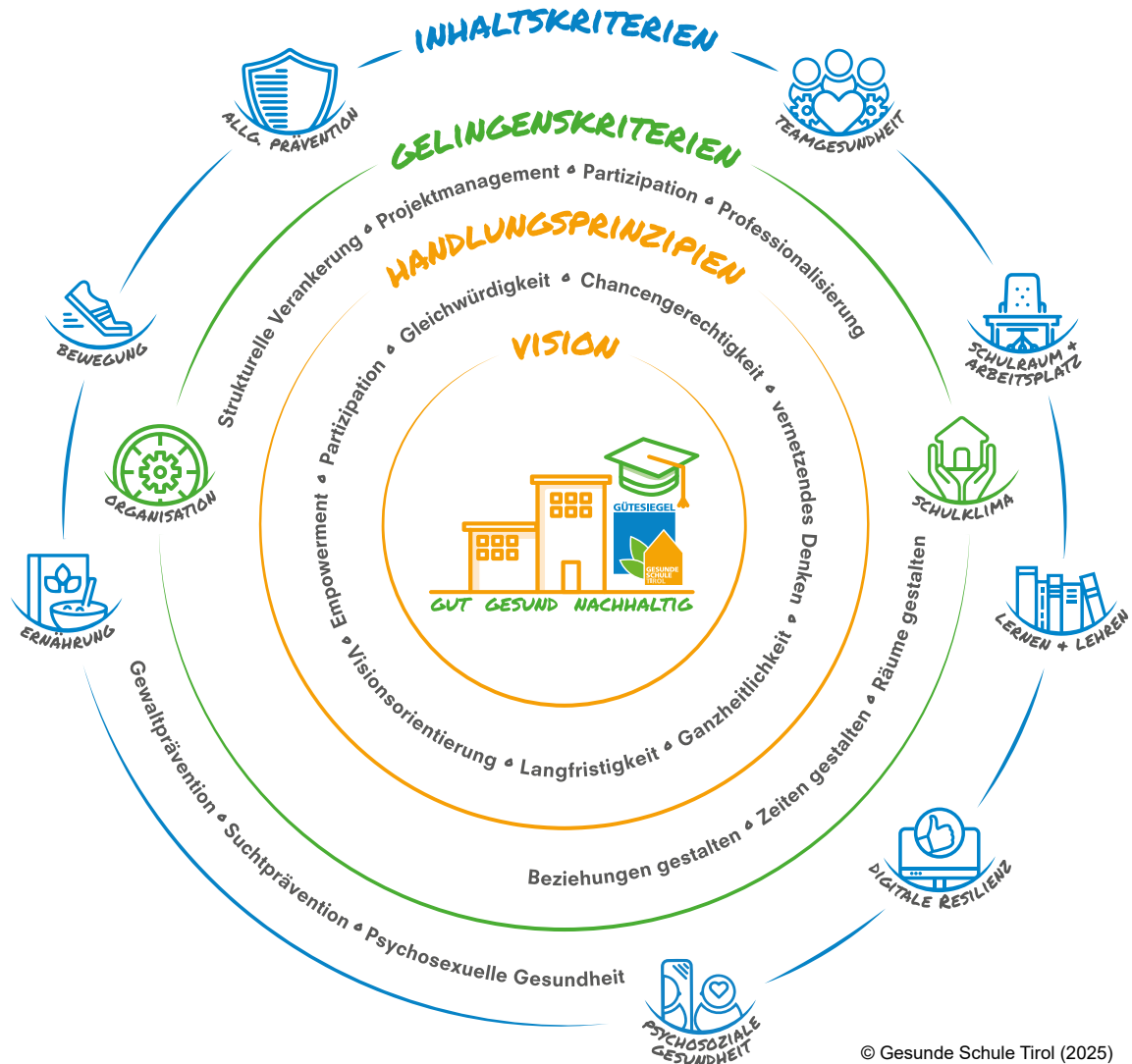
Inhaltskriterien

Acht Themen bilden die Inhalte einer Gesunden Schule im Sinne des ganzheitlichen Gesundheitsverständnisses. Neben den „klassischen Themen“ Ernährung und Bewegung, sind vor allem die psychosoziale Gesundheit, allgemeine und spezielle Präventionsthemen sowie der Schulraum und das Lernen und Lehren als Kernelement der Schule wichtig. Die Kriterien Teamgesundheit und digitale Resilienz umfassen zwei weitere wesentliche Bereiche einer gesunden Schule. In einer Gesunden Schule gibt es zu jedem Themengebiet gesundheitsfördernde Maßnahmen, die das individuelle Verhalten ändern möchten und welche, die die Veränderung der Verhältnisse als gesundheitsförderliche Rahmenbedingung beabsichtigen.

Der Kriterienkreis

Der Kriterienkreis stellt die Kriterien des Gütesiegels übersichtlich dar. Er erinnert an ein Atommodell mit Kern und Hülle. In der Mitte ist der Zweck des Gütesiegels dargestellt, der von den Handlungsprinzipien umrahmt wird. Es folgen die Kriterien Schulklima und Organisation, ohne die eine Gesunde Schule nicht gelingen kann. Den äußeren Kreis bilden die acht Inhaltskriterien, die im Sinne des ganzheitlichen Gesundheitsbegriffs eine Gesunde Schule ausmachen.

Der Kriterienkreis kann unter www.gesundeschule.tsn.at heruntergeladen werden.





Gelingenskriterium Organisation



Die Organisation stellt die Basis für gelingende Gesundheitsförderung dar. Kernbestandteile sind dabei die Verankerung von Gesundheitsförderung in den Strukturen der Schule, das Projektmanagement, die Partizipation und die Professionalisierung aller Beteiligten. Damit eine systematische Entwicklung hin zu einer gesunden Schule gelingt, muss Gesundheit als Bestandteil der Schulentwicklung gesehen und in die Organisations-, Unterrichts-, und Personalentwicklung integriert werden, welche die Bereitstellung entsprechender Ressourcen erfordern.

Der Weg zu einer Gesunden Schule ist ein Prozess, an dem die gesamte Schulgemeinschaft beteiligt wird. Der erste Schritt, um systematisch eine Gesunde Schule zu werden, ist die Bildung eines Gesundheitsteams und einer Gesundheitsteamleitung, die von der Schulleitung beauftragt werden, den Weg zu einer Gesunden Schule zu gestalten. Die Schulleitung übernimmt Verantwortung und schafft den Rahmen, damit der Prozess gelingen kann. Alle Fäden laufen bei der Gesundheitsteamleitung und dem Gesundheitsteam zusammen.

Mit dem Ziel der dauerhaften Verankerung der Gesunden Schule werden Veränderungsprozesse partizipativ, systematisch und unter Einsatz von Instrumenten des Projektmanagements geplant, umgesetzt und laufend weiterentwickelt. Die begleitende Professionalisierung unterstützt und empowert das Schulteam.

Die folgende Darstellung veranschaulicht das Gelingenskriterium Organisation:



Abbildung: Organisation der Gesundheitsförderung

Quelle: Eigene Darstellung

Die Organisation gliedert sich in die Kriterien: strukturelle Verankerung von Gesundheitsförderung in der Schule, Projektmanagement, Partizipation der gesamten Schulgemeinschaft und Professionalisierung.



Kriterium Strukturelle Verankerung



Voraussetzung für eine systematische Entwicklung hin zu einer gesunden Schule ist das Vorhandensein entsprechender Strukturen an der Schule, die sicherstellen, dass Gesundheitsförderung systematisch in ein Gesamtkonzept eingebettet erfolgt und nicht durch eine zufällige Aneinanderreihung einzelner Projekte. Um einzelne Maßnahmen in ein System im Rahmen der Schulentwicklung zu überführen, müssen entsprechende strukturelle Maßnahmen in den Schulalltag integriert werden. Zu den **strukturellen Rahmenbedingungen** gehören beispielsweise personelle Besetzungen (Schulleitung, Projektleitung, Gesundheitsteam, Arbeitsgruppen) und die Integration von Gesundheitsförderung ins Schulqualitätsmanagement. Ein besonderes Augenmerk wird hier auch auf **Kooperation und Vernetzung** gelegt.



Strukturen zu schaffen ist eine Führungsaufgabe.
Sorgfältige Überlegungen im Voraus sind dabei unerlässlich.

Merkmale im Detail

1. Die Schulleitung trägt Verantwortung für die Gesundheitsförderung und nimmt ihre Schlüsselrolle wahr. ! H5, H6

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Die Schulleitung ist entscheidender Treiber und hat einen wesentlichen Einfluss auf das Gelingen einer Gesunden Schule. Sie ist nicht nur zentrale Entscheidungsträgerin, sondern stärkt auch das Gesundheitsteam und ermöglicht eine systematische Zusammenarbeit von Gesundheitsteamleitung, Gesundheitsteam und Schulleitung durch Kompetenzverteilungen und regelmäßige Besprechungen des Gesundheitsteams, in welchen gemeinsame Entscheidungen getroffen werden. Zudem hat sie einen Einfluss auf die Motivation und Schaffung von Rahmenbedingungen, bei denen beispielsweise Vertrauen und Vernetzung im Vordergrund stehen, um den Wandel zu einer Gesunden Schule voranzutreiben. Außerdem legt sie die Basis für offene Gespräche und eine gute Zusammenarbeit im Schulteam.

Zu weiteren Führungsaufgaben der Schulleitung zählen unter anderem das Managen von Veränderungsprozessen sowie die Personalentwicklung, welche Kernbestandteile der schulischen Gesundheitsförderung darstellen. Am Weg zu einer Gesunden Schulen kommen ihr besonders folgende Funktionen zu:

- » Bereitschaft für Veränderungen erzeugen (motivieren neue Wege zu gehen)
- » Motivation aufrechterhalten (Innovationswillen vorleben und fördern)
- » Orientierung geben (Strukturen und Informationen vermitteln, Transparenz schaffen)
- » Steuerung des Prozesses (als Steuermann/frau, der/die das Segelschiff durch eine unruhige See lenkt, den Überblick nicht verliert und für das Team alles Notwendige zum Segeln bereitstellt)¹.

Die Schulleitung hat demnach viele Rollen: Sie ist Unterstützerin und Ermöglicherin. Ebenso tritt sie als Vorbild, Multiplikatorin und Motivatorin auf und ist zentrale Entscheidungsträgerin. Die Schulleitung stärkt die Rolle der Gesundheitsteamleitung und des Gesundheitsteams, indem sie voll hinter ihnen (und dem Thema Gesundheit) steht und dies auch authentisch kommuniziert - sie muss aber operativ nicht ständig involviert sein.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Dokumentation der systematischen Zusammenarbeit



NEIN

0 Punkte

1

Nieskens, B., Schumacher, L. & Sieland, B. (2014). Gelingensbedingungen für die Entwicklung guter gesunder Schulen: Ein Leitfaden mit Empfehlungen, Checklisten und Arbeitshilfen. Düsseldorf: DAK-Gesundheit & Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

Impulse für die Umsetzung

- Termin/Projektplan initiieren
- Organigramm erstellen und Aufgaben festlegen
- regelmäßige Feedbackgespräche zum Projektstand
- Schulleitung tauscht sich mit anderen Schulleitungen aus
- Professionalisierung im Bereich der Gesundheitsförderung/Gesunde Schule z.B. in Weiterbildungen
- Impulse für Work-Life-Balance am k+lv Newsletter-Plakat. Das Plakat für alle Kollegen:innen gut sichtbar aufhängen.
- Gesundheitsförderliche Schulentwicklung
- siehe Kriterium Beziehungen gestalten, Merkmal 1 | [Seite 99](#)
- Fortbildungsangebote nutzen z.B. [PHT](#), BVAEB oder FGÖ

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- [Projektorganigramm - Unser Team](#)
- Dokumentation der Entscheidungen/ Zusammenarbeit
- Sichtbarmachen einer gemeinsam formulierten Vision

2. An unserer Schule gibt es eine definierte Gesundheitsteamleitung (Gesundheitsreferent:in,..), welche die Projektleitung innehat und der Schulgemeinschaft bekannt ist. ! H2, H3

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Die Gesundheitsteamleitung ist erste Anlaufstelle zum Thema Gesundheitsförderung an der Schule. Gesundheitsförderung ist ein integraler Bestandteil von Schulentwicklung. Idealerweise werden gesundheitsfördernde Maßnahmen systematisch an der Schule umgesetzt mit dem **Ziel der Verbesserung von individuellen Verhaltensweisen sowie von gesundheitsfördernden Rahmenbedingungen**. Die Maßnahmen werden von sehr vielen engagierten Personen getragen und unterstützt. Dabei braucht es jemanden, der den Überblick behält, koordiniert und neue Impulse aufgreift: die Gesundheitsteamleitung. Dieser kommt also eine tragende Rolle zu.

Sie...

- » steuert den Prozess
- » tritt als Gesundheitsteamleitung auf
- » nimmt an einschlägigen Fortbildungen und Informationsveranstaltungen (Begleitseminar zum Gütesiegel, Tagung Gesunde Schule Tirol u.v.m.) teil und multipliziert diese an der Schule
- » steckt Ressourcen ab und arbeitet ressourcenorientiert
- » achtet auf klare Verantwortlichkeiten und Aufgabenverteilung
- » bereitet Gesundheitsteamsitzungen vor
- » stellt die Dokumentation sicher
- » hält den regelmäßigen Informationsfluss zur gesamten Schulgemeinschaft aufrecht

Wichtig ist, dass die Gesundheitsteamleitung der Schulgemeinschaft bekannt ist. Als Gesundheitsteamleitung bieten sich der/die Gesundheitsreferent:in, aber auch andere Personen mit entsprechendem KnowHow (beispielsweise Qualitäts-Schulkoordinatoren:in) oder Interesse an. Die Gesundheitsteamleitung setzt sich aber aus mindestens 2 Personen zusammen (außer an Kleinschulen). Die Beauftragung der Gesundheitsteamleitung erfolgt durch die Schulleitung und die Möglichkeit, sich für die Aufgabe zu professionalisieren, wird von der Schulleitung unterstützt.



Bewertung**JA****1 Punkt**

- Beauftragung und Bekanntmachung der Gesundheitsteamleitung

**NEIN****0 Punkte****Impulse für die Umsetzung**

- Gesundheitsteamleitung ernennen (Suche nach interessierten Personen)
- Beauftragung der Gesundheitsteamleitung durch die Schulleitung
- Information der Schulgemeinschaft z.B. durch Intranet, Konferenz, Webseite, Anschlag in Klassen, Elternbrief, ...
- Fortbildungsangebote nutzen z.B. [PHT \(Hochschullehrgang schulische Gesundheitsförderung\)](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- [Projektorganigramm - Unser Team](#)
- Bekanntmachung der Gesundheitsteamleitung (Dokumentation)

3. Ein Gesundheitsteam (Mitglieder des Teams und Gesundheitsteamleitung) ist an der Schule fix etabliert, trifft sich regelmäßig, koordiniert die schulische Gesundheitsförderung und ist der Schulgemeinschaft bekannt. ! H5, H6

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Das Gesundheitsteam zu bilden ist der erste Schritt, um systematisch eine Gesunde Schule zu werden. Die Bildung des Teams muss von der Schulleitung beauftragt werden. Es ist wichtig, dass das Team der gesamten Schulgemeinschaft bekannt ist.

Das Gesundheitsteam verfolgt das gemeinsame Ziel, eine Gesunde Schule zu werden und zu bleiben. Es ist Dreh- und Angelpunkt für alle Angelegenheiten der Gesundheitsförderung an der Schule. Das Gesundheitsteam ist verantwortlich für die Koordination und Steuerung von Analyse, Planung, Umsetzung, Dokumentation und Evaluation der gesundheitsfördernden Maßnahmen an der Schule. Es stellt die Schnittstelle der Gesundheitsteamleitung und den Arbeitsgruppen (Inhalte) dar. Wichtig ist auch, dass auf dieser Ebene eine Verbindung und Austausch mit anderen Schulteams besteht (SGA, Umwelt, QS,...).

Ein großes Augenmerk ist auf die Auswahl und Zusammensetzung des Teams zu richten, um hohe Akzeptanz und Motivation zu erreichen. Allen soll die **Möglichkeit** offenstehen, **eigene Ideen einzubringen und sich an Planung und Umsetzung zu beteiligen**. Die Mindestanforderung ist, dass das Gesundheitsteam aus Gesundheitsteamleitung und Lehrer:innen besteht. Im optimalen Fall sind auch

- » Qualitäts-Schulkoordinatoren:in
- » Schüler:innen
- » Eltern, Erziehungsberechtigte
- » die Schulärztin/der Schularzt
- » Schulpsycholog:innen
- » Vertreter:innen der Gemeinde

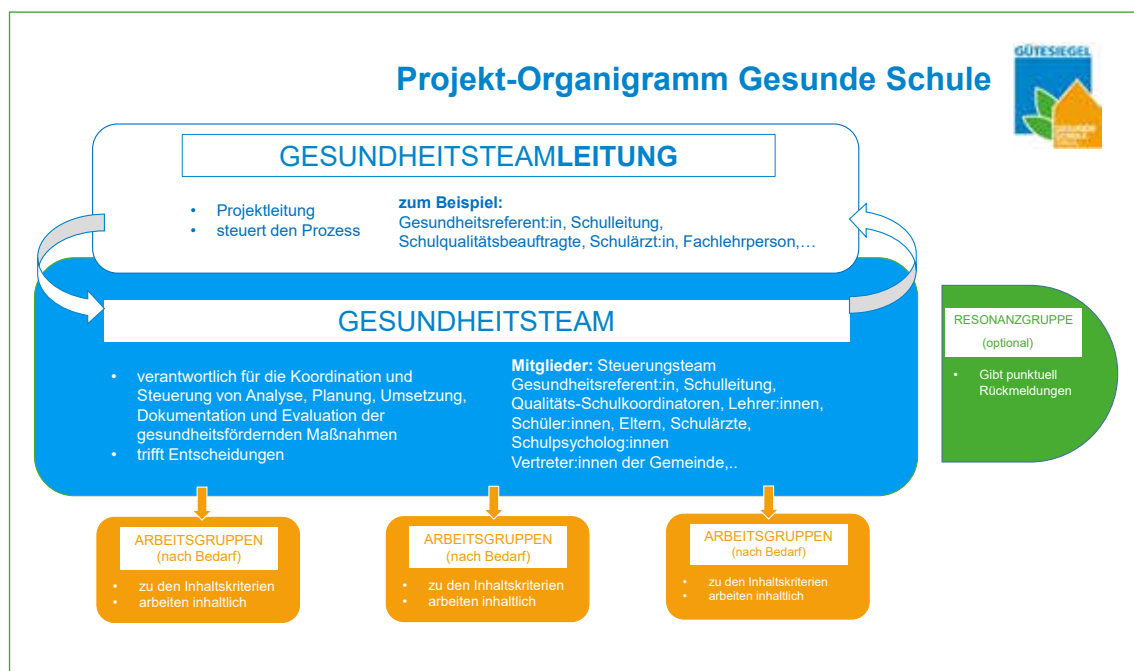
Mitglieder des Gesundheitsteams.

An sehr kleinen Schulen wird ein Gesundheitsteam unter anderen personellen Voraussetzungen gebildet. Gibt es beispielsweise drei Lehrer:innen an der Schule, so müssen unter Umständen alle im Gesundheitsteam sein und hinter dem Projekt stehen. In größeren Schulen hingegen ist es hilfreich, neben dem Gesundheitsteam zusätzliche Subteams (Arbeitsgruppen) zu bilden, welche Arbeitspakete, die im Gesundheitsteam beschlossen wurden, bearbeiten. Diese Arbeitsgruppen können beispielsweise Verantwortung für Inhaltskriterien übernehmen. Zusätzlich kann es noch Resonanzgruppen geben, welche punktuell Rückmeldung geben und so Ratschläge einbringen bzw. auf hinderliche Faktoren hinweisen können.

Ein funktionierendes Gesundheitsteam zeichnet sich durch regelmäßige Treffen und gemeinsam beschlossene Grundsätze zur Zusammenarbeit aus. Für ein transparentes, kollaboratives Arbeiten im Team braucht es klare Rollen und Kompetenzen sowie geregelte Zuständigkeiten.

Die Aufgaben des Gesundheitsteams werden unter den Mitgliedern ausgewogen verteilt, wobei das Team nicht alle Maßnahmen oder Aktionen selbst durchführen soll. In kleinen Schulen ist das wahrscheinlich anders, dort liegt die Umsetzung beim Gesundheitsteam; dafür bedarf es in großen Schulen vermehrter Kommunikation, Koordination und der Bildung von Arbeitsgruppen.

Analyse, Planungen, Dokumentationen und Evaluationen laufen immer beim Gesundheitsteam zusammen. Es trägt so gemeinsam mit der Schulleitung und der Gesundheitsteamleitung die Verantwortung für die Gesunde Schule.



Bewertung



JA

1 Punkt

- Beauftragung und Bekanntmachung des Gesundheitsteams
- Koordination der Gesundheitsförderung durch das Gesundheitsteam



NEIN

0 Punkte



Impulse für die Umsetzung

- Persönliche Gespräche mit interessierten Kolleg:innen
- Gute Vorüberlegungen bezüglich der Zusammensetzung des Teams, dabei auch auf Stärken und vorhandene Ressourcen achten:
 - » Gesundheitsreferent:in
 - » Schulärzt:in
 - » Qualitäts-Schulkoordinator:in
 - » wenn vorhanden, Sicherheitsvertrauenspersonen
 - » Lehrpersonen
 - » Schüler:innen, Schüler:innenvertreter:innen
 - » Elternvertreter:innen
 - » Schulleitung
 - » Vertreter:innen des Nichtlehrpersonals
 - » Personen mit Erfahrungen im Projektmanagement
- Beauftragung des Gesundheitsteams durch die Schulleitung
- Information der Schulgemeinschaft z.B. durch Intranet, Konferenz, Webseite, Anschlag in Klassen, Elternbrief, ...
- Teambuildingworkshop
- Zeitfenster für Besprechungen schaffen (z.B. durch entsprechende Stundenplangestaltung, gemeinsame Freistunde, Konferenzen bzw. pädagogische Tage nutzen)
- Honorierung der Teammitglieder (Belohnung, Entbindung von anderen Aufgaben, Einschränkung der Supplierungen ...)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- [Projektorganigramm - Unser Team](#)
- [Projektorganigramm - Unser Team zum Ausfüllen](#)
- Bekanntmachung der Gesundheitsteamleitung (Dokumentation)
- Dokumentation der Besprechungen

4. Gesundheitsförderung ist im Qualitätsmanagementsystem der Schule verankert. ! H5. H7

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Gesundheit und Bildung sind untrennbar miteinander verbunden. Eine gute Schule zu sein oder eine Gesunde Schule zu sein bedeutet, dass eine immer **fortwährende Entwicklung** stattfindet. Die Rahmenbedingungen verändern sich und so verändern sich auch die getroffenen Maßnahmen, Vereinbarungen und Strategien. Aus diesem Grund muss Gesundheitsförderung im Schulqualitätsmanagement integriert sein. So kann die Gesundheitsförderung von allen wahrgenommen, getragen und Inhalt von Konferenzen, QM-Besprechungen oder Schulforum/Schulgemeinschaftsausschuss sein. Wenn die Gesundheitsförderung in der Schulentwicklung verankert ist, kann sie eingebettet in ein Gesamtkonzept und in Zusammenarbeit mit anderen Bereichen (z.B. BNE, andere Gütesiegel) systematisch erfolgen.

Im [Qualitätsrahmen](#) für Schulen sind viele Bezüge zu den Merkmalen im Kriterienkatalog der gesunden Schule enthalten, die in der folgenden Abbildung dargestellt sind.

Interne Evaluation & Feedback Instrumente im IQES_Evaluationscenter:

- S. 101: Standortbestimmung gute gesunde Schule Befragung Lehrpersonen (insges. 140 Fragen)
 S. 112b + c: Schüler:innenbefragung "Wie geht es unseren Schüler:innen und Schülern?"
 S. 181: Schüler:innen-Befragung Zufriedenheit
 S. 132: Schüler:innen-Befragung zum Mittagstisch
 S. 114a + b: Lehrpersonen Befragung zum Schulklima
 S. 19b + c: Schüler:innen-Befragung Lernstrategien
 Fragebogen "Gesundheit" für Lehrpersonen

www.iqesonline.net/at/

Qualitätsdimension 2
Führen und Leiten
Qualitätsbereich 2.1 Führung wahrnehmen:
 "Die Schulleitung ... unterstützt und fördert eine qualitätsorientierte, gesundheitsförderliche sowie gender- und diversitätsgerechte Schulkultur und vertritt die damit verbundenen Werte und Haltungen."

Qualitätsdimension 3
Lernen und Lehren
Qualitätsbereich 3.1 Lern- und Lehrprozesse gestalten:
 "Lehrende und das weitere pädagogische Personal ... gestalten eine lernförderliche Lernumgebung, die von Wertschätzung, Respekt und gegenseitiger Unterstützung geprägt ist."



Qualitätsdimension 4
Schulpartnerschaft und Außenbeziehungen
Qualitätsbereich 4.2 Außenbeziehungen und Kooperationen pflegen:
 "Schulleitung, Lehrende, das weitere pädagogische und sonstige Personal ... pflegen Kontakte zu regional, überregional und international relevanten Bildungsinitiativen und Netzwerken."

Qualitätsdimension 5
Ergebnisse und Wirkungen
Qualitätsbereich 5.3 Akzeptanz der Schule nach innen und außen:
 "Lehrende ... fühlen sich wohl an der Schule und erleben Anerkennung und Wertschätzung."

"Lehrende und das weitere pädagogische und sonstige Personal ... fühlen sich wohl an der Schule und erleben Anerkennung und Wertschätzung durch die Schulleitung, die Kolleg:innen, die Lernenden, die Erziehungsberechtigten sowie die Kooperationspartner:innen. ... schätzen den professionellen und respektvollen Umgang miteinander."

Bewertung

☒ **JA** **1 Punkt**

- Festlegung im Qualitätsmanagementsystem

☐ **NEIN** **0 Punkte**

Impulse für die Umsetzung

- Gesundheitsförderung im Schulentwicklungsplan festlegen
- [Instrumente des QMS](#) nutzen (Schulentwicklung, Q-Handbuch, Pädagogische Leitvorstellungen)
- Gesundheitsförderung im Leitbild verankern (z.B. die Vision)
- Kriterium Projektmanagement, Merkmal 1 I [Seite 59](#)
- Fortbildungsangebote nutzen

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation und Evaluation im Qualitätsmanagementsystem



5. An unserer Schule werden Kooperationen und Vernetzungen mit anderen Schulen und außerschulischen Partner:innen im Bereich Schulqualität und Gesundheitsförderung gepflegt und genutzt.

! H2

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Mit einer guten Kooperation und Vernetzung mit anderen Schulen und außerschulischen Partner:innen können Energien gebündelt und sinnvolle Synergien genutzt werden, was zu einer wesentlichen Entlastung einerseits und Qualitätssteigerung andererseits führt. Dafür braucht es ein aufeinander abgestimmtes Zusammenwirken aller Beteiligten. Durch multidisziplinäre Zusammenarbeit in Teams, Gremien und Arbeitsgruppen sowie durch **außerschulische oder regionale Netzwerke** kann ein erheblicher Mehrwert für die Gesundheitsförderung und Qualitätsentwicklung geschaffen werden. Es entstehen aufgrund der Arbeitsteilung und der Erfahrungen der einzelnen Personen Ressourcen, die zu größeren Erfolgen führen können als eine Vielzahl einzelner, voneinander unabhängiger Aktionen. Gerade die Vernetzung mit anderen Schulen (z.B. über formelle und informelle Netzwerke) ermöglicht einen offenen Austausch von bereits gemachten Erfahrungen sowie die Durchführung von gemeinsamen Projekten.

Außerschulische Organisationen sind beispielsweise Organisationen des Arbeitskreises Gesunde Schule Tirol, wie die Österreichische Gesundheitskasse, avomed, Kontakt & Co, die Kinder- und Jugendanwaltschaft, das JRK, die AUVA oder auch Obst- und Gartenbauvereine, Gemeinden usw.

Einen wesentlichen Faktor stellen in diesem Zusammenhang regionale Netzwerke dar. Aus starken regionalen Netzwerken entstehen lernende Regionen mit einer modernen Lernkultur. **Der „Raum Schule“ findet in der Region und nicht im Klassenzimmer statt.** Ein starker Fokus richtet sich dabei auf die Gesundheit und die Nachhaltigkeit. Durch die Bündelung der regionalen Kräfte wird ein Mehrwert für alle Beteiligten erreicht. Dies reicht von der Vernetzung mit dem Regionalmanagement und Planungsverbänden, Vernetzung über Gemeindegrenzen hinaus (z.B. mit dem ganzen Tal: unser Lernraum ist unser Lebensraum) bis hin zur Vernetzung mit Vereinen (zum Beispiel für Mittagessen) oder der Zusammenarbeit mit Bäuer:innen. Mit dem Blick auf die Gesundheit im Sinne des One-Health Approaches (siehe Präambel) macht es Sinn, Netzwerke zum Thema Nachhaltigkeit mitzudenken z.B. das [Netzwerk BiNE Tirol](#).



Kooperation und Vernetzung sind ein großer Mehrwert für Schule

Bewertung

★ Unsere Schule arbeitet fallweise mit anderen Schulen ODER außerschulischen Partner:innen zusammen. Die Zusammenarbeit ist weder regelmäßig noch dauerhaft. 1 Punkt	★★ Unserer Schule arbeitet fallweise mit anderen Schulen UND außerschulischen Partner:innen zusammen. 2 Punkte	★★★ Unsere Schule arbeitet systematisch mit anderen Schulen UND außerschulischen Partner:innen zusammen. Die Zusammenarbeit ist mittel- bis langfristig ausgelegt 3 Punkte
--	---	--

**Impulse für die Umsetzung**

- Nutzung verfügbarer regionaler Strukturen und Ressourcen, wie z.B. Kooperationen mit Behörden, Vereinen, Expert:innen, Institutionen und Medien
- Teilnahme an Vernetzungstreffen
- regelmäßige Zusammenarbeit mit anderen Schulen – entweder in der Region oder auch mit Partnerschulen, z.B. im Ausland
- gezielter Austausch mit anderen Schulen zu aktuellen Themen
- Mitgliedschaft bei anderen Netzwerken (z.B. Ökolog, Umweltzeichen, Netzwerk BiNE Tirol ...) und systematische Zusammenarbeit
- Kooperationen sichtbar machen z.B. Logowand in der Schule
- gemeinsame Veranstaltungen, Feste, Fortbildungen (SCHÜLFs) ...

**Mögliche Nachweise für die Evaluierung**

- Liste der Kooperationspartner:innen
- Diskussion im Lehrkollegium über die Kooperationen (Wie läuft die Kooperation? Wie bzw. was könnte verbessert werden?)
- Dokumentation der systematischen Zusammenarbeit
- Dokumentation von Netzwerktreffen
- Dokumentation von Projekten (Jahresbericht,...)



6. Gesundheitsförderung ist auch im Konzept der ganztägigen Schulformen verankert (nur für Ganztagsschulen). ! H5, H7

**MUSS
MERKMAL**



Sinnvolle Freizeitgestaltung

Quelle: Pädagogische Hochschule Tirol

Erläuterung

In ganztägigen Schulformen verbringen Schüler:innen und Lehrer:innen werktags einen Großteil ihrer Zeit. Gesundheitsförderung ist daher für ganztägige Schulen eine besonders wichtige Aufgabe. Die Lebenswelt Schule beeinflusst mit ihren Rahmenbedingungen (z.B. Schulklima, zeitliche Strukturierung des Unterrichtsalltags, Möglichkeiten, sich ausreichend zu bewegen, gesund zu essen) die Gesundheit von Schüler:innen und Lehrer:innen. Die Organisationsform der Ganztagsschule bzw. schulische Tagesbetreuung hat dabei eine große Bedeutung, da sie einen Einfluss auf der Ebene der individuellen Lebensführung hat.

Im Sinn der Gesundheitsförderung werden an einer Gesunden Schule die Möglichkeiten genutzt, den Schüler:innen sowohl Gesundheitswissen als auch praktische Erfahrungen zu vermitteln und somit den Erwerb von Gesundheitskompetenzen zu ermöglichen. Ein sinnvoll gestaltetes Freizeitverhalten führt dazu, dass die Schüler:innen Einstellungen, Kompetenzen und Fähigkeiten erwerben, die über die Schulzeit hinaus positive Wirkungen erzielen. Das Angebot unterschiedlicher Aktivitäten ist unter Einbeziehung und Mitgestaltung der Schüler:innen zu erstellen. Teil der Freizeit ist auch das Mittagessen mit einem altersgerechten Speisenangebot und einem abwechslungsreichen Speiseplan. Richtige Ernährung ist für die Kinder ein wichtiger Beitrag zur Erhaltung der körperlichen Gesundheit; dabei sind Aspekte der Ernährungspädagogik zu berücksichtigen. Ganztägige Schulformen bieten auch mehr Zeit, um z.B. durch Kurse und Workshops, die Gesundheitskompetenz von Schüler:innen zu stärken.

Vielfältige gesundheitsfördernde Maßnahmen sind im pädagogischen Konzept verankert. Das pädagogische Konzept wird am Schulstandort erstellt und seit 2017/18 jährlich online standardisiert von Seiten des BMBWF erhoben. Die Schulleitungen erhalten dafür einen Zugangslink jeweils im Oktober.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Festlegung im Konzept der Ganztagsschule



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Verankerung von Gesundheitsförderung im pädagogischen Konzept der Ganztagschule: enthält Ziele zur Integration von Gesundheitsförderung in die Ganztagschule bzw. schulischen Tagesbetreuung.
- [Betreuungspläne für ganztägige Schulformen Leitfaden](#). Wien, Juli 2018 redaktionell überarbeitete Fassung aus 2016
- [Ganztägige Schulformen - Schulische Tagesbetreuung in Tirol](#)
- [Was brauchen Große Kinder in Schule, Hort und Elternhaus?](#)
- [Ganztägige Schulformen oder schulische Tagesbetreuung](#)
- [Gesundheitsförderung in ganztägigen Schulformen](#)
- [Gesundheitsfolgenabschätzung zur Ganztagschule](#)
- [Gesundheitsfolgenabschätzung zur Ganztagschule | Factsheet](#)
- [Gesundheitsfolgenabschätzung zur Ganztagschule | Gesamtbericht](#)
- [Oggi Enderlein: Die Schule gesund machen.](#)
- Fortbildungsangebote nutzen z.B. [PHT](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Individuelle Maßnahmen
- Pädagogisches Konzept der Ganztagschule
- Werden im Freizeitteil bewusst Angebote für die Entwicklung von Gesundheitskompetenzen und zur Förderung der Gesundheit gestaltet?
- Sind die Mahlzeiten (insbesondere der Mittagstisch) gesundheitsförderlich gestaltet? Angenehme Essatmosphäre?





Kriterium Projektmanagement



Die Entwicklung hin zu einer Gesunden Schule läuft parallel zum regulären Schulbetrieb. Das daraus entstehende Spannungsverhältnis bedarf eines Projektmanagements mit **sorgfältiger Planung, Ausführung und Kontrolle**. Unterstützung während des Prozesses bieten eine Vision, welche **Orientierung und Motivation** schafft sowie passende Methoden (Werkzeuge). Mit einem salutogenen Blick auf die Ressourcen wird das Projekt handhabbar.



Eine Analyse bietet die Basis für eine konkrete und bedarfsorientierte Planung. Sie umfasst gesundheitsfördernde und –belastende Faktoren im Lebensraum Schule. Verschiedene Gegebenheiten können unterschiedlich stark belastend wirken, je nach Alter, Typ und Situation:



- » Dies kann man mittels [Gesundheitsradar](#) und [Qualitätsstern](#) z.B. im Lehrkollegium oder im Gesundheitsteam herausfinden.
- » Um die Situation der Schüler:innen an der Schule zu eruieren, muss man sie altersentsprechend zu den betreffenden Themenkomplexen (Gesundheit, Gesundheitsverhalten, Rahmenbedingungen an der Schule) befragen.
- » Um ein umfassendes Bild von der derzeitigen Situation an der Schule zu bekommen, muss unbedingt ausreichend Zeit für eine Analyse eingeplant werden.
- » Um Handlungsfelder im Sinne der Gesunden Schule zu identifizieren ist der Kriterienkatalog des Gütesiegels ein effektives Werkzeug, um den Ist-Stand zu erheben. Weiteres umfasst eine Analyse die Erstellung einer Übersicht zu den bestehenden gesundheitsfördernden Aktivitäten der Schule.



Auf Basis der Analyseergebnisse werden nun Ziele vereinbart.



Wurden einige Maßnahmen umgesetzt, ist es Zeit ein erstes Mal kurz innezuhalten und einen Blick auf das Ganze zu werfen. Sind wir auf dem richtigen Weg? Haben die Maßnahmen ihre gewünschte Wirkung entfaltet? Was können wir eventuell anders machen, damit es besser läuft? Für eine Evaluation gibt es verschiedene Techniken. Die Schule kann sich hier auch der Instrumente aus dem Qualitätsmanagementsystem (QMS) bedienen. Evaluation kann anhand von Messgrößen, von Befragungen, die zum Zeitpunkt A und Zeitpunkt B stattfinden oder auch mit qualitativen Methoden im Gesundheitsteam, z.B. mit der Technik „Teamzeitung“ erfolgen (siehe auch Skript „[Methodensammlung für Evaluation und Partizipation](#)“).



Regelmäßig evaluieren bedeutet, dass Veränderungsprozesse wiederkehrend und umfassend beurteilt werden. Einen festen Zyklus kann man zwar nicht definieren, jedoch macht es in der Schule Sinn z.B. mitten im Schuljahr zu evaluieren, um noch im laufenden Schuljahr steuernd eingreifen zu können. Zu beachten sind darüber hinaus etwaige extern vorgegebene Evaluationszeitfenster, bzw. durch Systemerhebungen im Rahmen von Qualitätsmanagement. Entscheidend ist, dass die Ergebnisse der Evaluation anschließend wieder in die weiteren Planungen einfließen.



Anschließend folgt der Schritt Erfahrungen und Erfolge inner- und außerhalb der Schule nutz- und sichtbar zu machen. Gemäß dem Motto „Tue Gutes und rede darüber“ präsentiert sich die Schule öffentlichkeitswirksam.

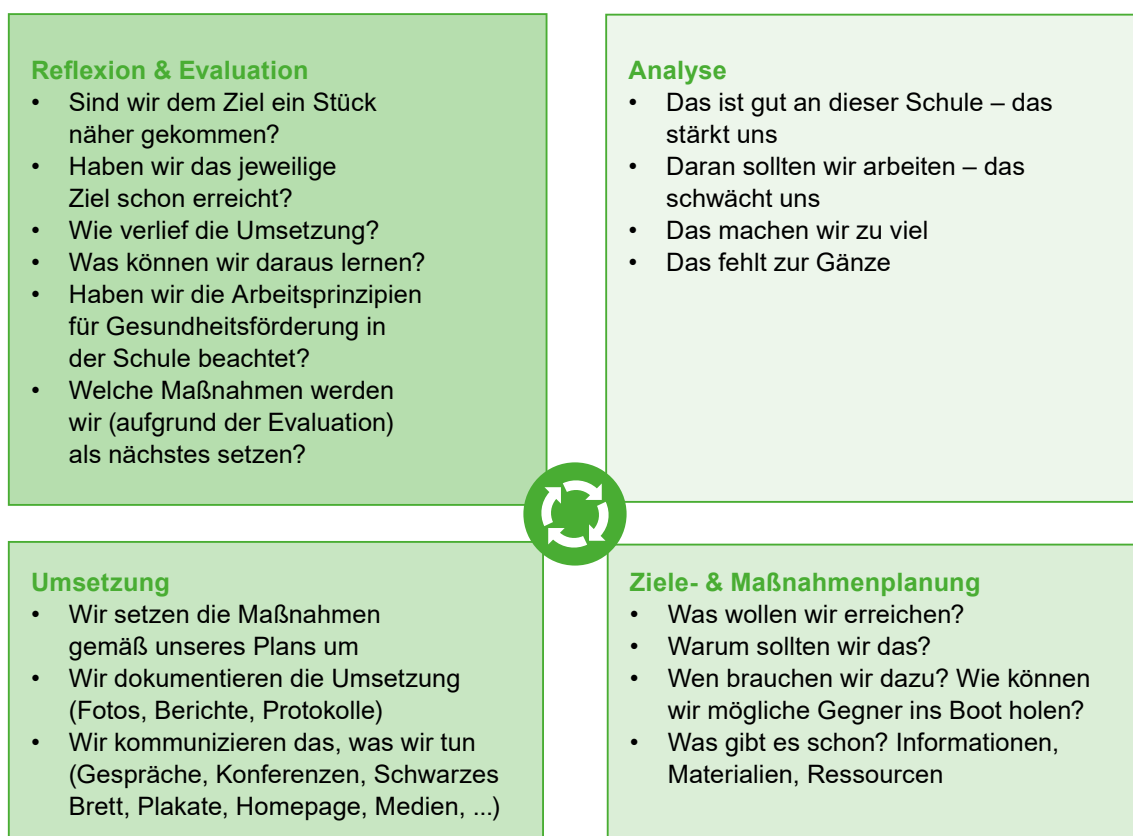
Gesundheitsbildung und Gesundheitsförderung werden systematisch (nicht zufällig) **umgesetzt** und in die Kernprozesse der Schulen – das Lernen und Lehren – integriert. Instrumente des Qualitätsmanagements unterstützen Schulen bei der professionellen Analyse, Planung, Umsetzung, Evaluierung und Weiterentwicklung von gesundheitsfördernden Maßnahmen. Eine nachhaltige Verankerung der Gesundheitsbildung im Schulwesen setzt voraus, dass die Themen der Gesundheitsbildung den Qualitätsregelkreis (PDCA-Kreis) durchlaufen.

Qualitätsregelkreis (Projektmanagementkreis, PDCA-Kreis):

Ausgehend von einer Ist-Analyse (Bestandsaufnahme) werden Ziele festgelegt, entsprechende Maßnahmen geplant und umgesetzt. Die Maßnahmen werden anschließend hinsichtlich des Umsetzungsprozesses und der Wirkung evaluiert (= bewertet). Die Ergebnisse zeigen weitere Entwicklungspotentiale auf, die wiederum Ausgangspunkt für ein erneutes Durchlaufen des Kreises im Sinne einer nachhaltigen Verankerung und ständigen Qualitätsverbesserung bilden. Die einzelnen Phasen sind in der Realität vermischt und verlaufen nicht rein linear.

Die Gesunde Schule geht dabei von ihren ganz konkreten Gegebenheiten, spezifischen Problemen und Anliegen aus und arbeitet laufend an der Verbesserung des Lebens-, Lern- und Arbeitsumfeldes. Dieser Ansatz impliziert, dass Schulen ihren Handlungsbedarf selbst definieren und Schwerpunkte festlegen. Sämtliche Aktivitäten werden von der Schulleitung getragen („Leadership“) und in die Organisation Schule integriert. Wichtig ist, Verbindlichkeiten zu schaffen und realistisch (bei dem was an der Schule auch umsetzbar ist) zu bleiben. „Lieber weniger und das dafür gut“.

Ein wichtiges abschließendes Prinzip ist die Abkehr von punktuellen Aktivitäten (einzelne Aktionen und Events, additive Aneinanderreihung von Maßnahmen ...) hin zu einem integrativen nachhaltigen Prozess. Gesundheit braucht einen festen Platz in Schulkultur, im Leitbild und im Schulprogramm. Die Maßnahmen sind in den Schulalltag fix zu integrieren.



Merkmale im Detail

1. Wir haben ein gemeinsames Bild der Zukunft von einer guten, gesunden und nachhaltigen Schule, welches von der Schulgemeinschaft entwickelt wurde. ! H2, H5, H7, H8

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Jede Schule auf dem Weg zum Gütesiegel erarbeitet sich in der Schulgemeinschaft ein gemeinsames Bild der Zukunft. Schulgemeinschaft bezeichnet das Zusammenwirken von Lehrer:innen, Schüler:innen, Eltern und nicht unterrichtendem Personal an einer Schule, die sich auf Augenhöhe begegnen. Das Bild steht für ein angestrebtes Ziel in der Zukunft, für die langfristige Entwicklung hin zu einer guten, gesunden und nachhaltigen Schule. Zudem spiegelt es die Werte einer Schule wider, motiviert und unterstützt dabei weitreichende Zukunftsvorstellungen zu realisieren. Das Bild ist das "Rückgrat" für die Umsetzung von Maßnahmen und Erreichung von Zielen und gibt Orientierung bei Entscheidungen, Zweifeln oder Unklarheiten.

Unser tägliches Verhalten ist gegründet auf unseren Haltungen. Unsere Haltungen wiederum gründen auf vielen bereits gemachten Erfahrungen. Soll sich nun bei Lehrpersonen, Eltern, Schüler:innen neues Verhalten entwickeln, braucht es viele neue Erfahrungen. Wie im alten afrikanischen Sprichwort "Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind zu erziehen", braucht es auch für einen Kulturwandel an einer Schule die gesamte Schulgemeinschaft, die an eine neue Vision glauben und sich für sie einsetzen¹.

Bewertung

✓

JA **1 Punkt**

- Gemeinsames Bild der Zukunft

✗

NEIN **0 Punkte**

Impulse für die Umsetzung

- Schwerpunkttag Vision (mit Bildkarten arbeiten)
- [Methodensammlung für Evaluation und Partizipation](#): Methode Traumschule
- Workshops zur Formulierung einer gemeinsamen Vision

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation und Sichtbarmachen der gemeinsamen erarbeiteten Vision



¹ Hunziker, D. Leiter Schulen der Zukunft, Auszug aus Beitrag in »Schulentwicklung systematisch gestalten«, Arnold, Prescher (Hrsg.), 2014, Carl Link Verlag.

2. Verfahren der Analyse, Evaluation und Reflexion sind etabliert.

! H5

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Die Elemente Analyse sowie Evaluation und Reflexion sind Elemente des Projektmanagements und beginnen bzw. schließen den Kreislauf. Aus diesem Grund bedarf es einer besonderen Beachtung und Bearbeitung dieser Abschnitte:

Reflexion & Evaluation

- Sind wir dem Ziel ein Stück näher gekommen?
- Haben wir das jeweilige Ziel schon erreicht?
- Wie verlief die Umsetzung?
- Was können wir daraus lernen?
- Haben wir die Arbeitsprinzipien für Gesundheitsförderung in der Schule beachtet?
- Welche Maßnahmen werden wir (aufgrund der Evaluation) als nächstes setzen?

Analyse

- Das ist gut an dieser Schule – das stärkt uns
- Daran sollten wir arbeiten – das schwächt uns
- Das machen wir zu viel
- Das fehlt zur Gänze

ANALYSE

Die Ist-Analyse schafft einen Status quo, welche Aktivitäten in Bezug auf Gesundheit in der Schule laufen und veranschaulicht, welche ausgebaut werden können. Gleichzeitig spiegelt sie einen Handlungsbedarf wider. Die Ist-Analyse beschäftigt sich auch mit dem Aufzeigen von Problemen, die im Zusammenhang mit der Gesundheit aller Beteiligten stehen und die innerhalb des schulischen Umfeldes behoben werden können. Umfassende Ergebnisse liegen vor, wenn mehrere unterschiedliche Gruppen involviert sind (Lehrer:innen, Schüler:innen) (siehe Kriterium Partizipation). Je ausführlicher die Ist-Analyse, desto genauer kann die Situation in der Schule eingeschätzt werden. Die Ist-Analyse bildet die Grundlage für den Gesamtablauf des Projekts. Die Analyse kann beispielsweise anhand des Kriterienkataloges durchgeführt werden. Zur Durchführung der Analyse gibt es hilfreiche Instrumente und Methoden (siehe Merkmal 3).

EVALUATION

Die Evaluation ist die systematische, methodisch kontrollierte Sammlung und Verarbeitung von Informationen und Daten zur Vorbereitung von Entscheidungen. Nach Abschluss eines Projektes oder nach der Umsetzung einiger Maßnahmen stellen sich Fragen wie: „Hat sich der Aufwand gelohnt? Sind wir auf dem richtigen Weg? Sollte ich vielleicht noch etwas ändern? Haben die Maßnahmen ihre gewünschte Wirkung entfaltet?“



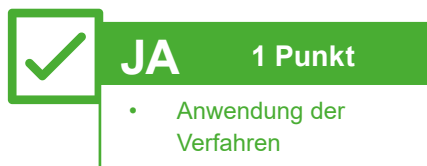
Entscheidungen, ob etwas angepasst, wiederholt oder auch ganz weggelassen werden kann, hängen von der Bewertung des Prozesses oder des Ergebnisses ab. Die Bewertung selbst wird auf der Basis von verfügbaren Informationen vorgenommen. Die Qualität dieser Informationen (und damit letztendlich auch die Qualität der Bewertung) ist wiederum davon abhängig, mit welcher Methode die Informationen gewonnen wurden.

Bei der Evaluation wird deshalb durch die methodische Kontrolle der Datensammlung und Informationsgewinnung versucht, die Bewertung auf einer möglichst abgesicherten Datenbasis vorzunehmen. Für alle Beteiligten sollte dabei erkennbar sein, wie die Informationen erhoben und die Bewertungen daraus abgeleitet wurden.

REFLEXION

Die Schlüsselphase der Evaluation bildet die Reflexion der Ergebnisse. In dieser Phase werden die Daten allen Beteiligten präsentiert und es wird darüber diskutiert. Interne Evaluation soll immer auch ein demokratisches Beteiligungsverfahren sein (siehe Partizipation). Aus den Ergebnissen werden Konsequenzen für die weitere Arbeit abgeleitet. Schließlich werden die Ergebnisse und die Auswertung im Gesundheitsteam besprochen und dokumentiert. Evaluationsergebnisse können auch der Vergewisserung über das bereits Erreichte und damit der Qualitätssicherung dienen.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Durchführung von Gesunde Schule-Workshops zur Analyse, Reflexion und Evaluierung (z.B. Ressourcen, Stressoren und Ideen sammeln)
- Ist – Analyse (Kriterienkatalog Gütesiegel Gesunde Schule Tirol, [Gesundheitsradar](#), [Qualitätsstern](#), Analysemethoden anwenden)
- Tools vom Qualitätsmanagementsystem anwenden
- Selbst- und Fremdevaluierung
- Mögliche Evaluationsmethode ([Methodensammlung für Evaluation und Partizipation](#))
 - » Befragungen zum Zeitpunkt A und Zeitpunkt B
 - » Qualitative Methoden im Gesundheitsteam, z.B. mit der Technik „Teamzeitung“
 - » Benchmarking, Austausch mit Partnerschule(n)
 - » Punkteabfragen (Zielscheibe, Stimmungsbarometer, ...)
 - » Blitzlicht
 - » Kooperationsnetz
 - » Wissenslotto
 - » Beobachtungsmethoden
 - » Dokumentenanalyse
- Reflexion der Ergebnisse
- [Projektpfadfinder](#)
- Teilnahme an der Befragung des IfGP für Sekundarstufe 1 in Kooperation mit der ÖGK

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Beispiele für Analyse, Evaluation und Reflexion
- Dokumentation der durchgeführten Maßnahmen



3. Auf Basis der Analysen werden Ziele gesetzt und Maßnahmen abgeleitet. ! H5

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

“Der Langsamste, der sein Ziel nicht aus den Augen verliert, geht immer noch schneller als der, der ohne Ziel umherirrt.“ Roger Kaufmann

Ziele geben die Ausrichtung des Projekts vor und **schaffen Klarheit**. Was möchten wir mit unserem Projekt erreichen? Ein Ziel ist ein in der Zukunft liegender, angestrebter Zustand. In der Zieleformulierung wird zwischen zwei Typen unterschieden: Mottoziele und Smart-Ziele. Das Mottoziel steht als übergeordnetes Ziel über den Smart Zielen (siehe Pyramide) und spiegelt die Haltung der Schule wider. Mit Hilfe von Mottozielen kann auch die Motivation der Beteiligten Personen aufrecht erhalten werden, da abstrakte Ziele so besser veranschaulicht werden können. Ein SMARTes



Ziel beschreibt einen künftigen Soll-Zustand, der durch bestimmte Handlungen im Projekt erreicht werden soll, also ein konkretes Ergebnis des Projekts. Die Festlegung der Ziele ermöglicht es auch, Entscheidungen über die Maßnahmen zu treffen, mit deren Hilfe diese Ziele erreicht werden sollen. Bei der Festlegung der Ziele gilt es, die Sichtweisen und Interessen aller Beteiligten (Lehrer:innen, Schüler:innen, Eltern/Erziehungsberechtigte ...) zu berücksichtigen, daher ist bei der Zielbestimmung Partizipation ganz entscheidend. Gemeinsame Ziele haben eine motivierende Kraft, erhöhen die Akzeptanz von Maßnahmen und gewährleisten, dass alle Beteiligten an einem Strang ziehen.

Der Sinn von gut formulierten Zielen liegt auf der Hand.

Der Zielfindungsprozess: Um die Zielfindung zu erleichtern, können Sie anhand des Kriterienkatalogs eine Analyse durchführen. Bei dieser können Sie einen Veränderungsbedarf der verschiedenen Merkmale identifizieren. Jene Merkmale mit hohem Veränderungsbedarf (3) sind zu priorisieren und – in Abstimmung mit der Schulgemeinschaft - als zukünftige Schwerpunkte und somit Ziele der Schule auf dem Weg zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol anzusehen. Diese Ziele müssen dokumentiert und an die Schulgemeinschaft kommuniziert werden.

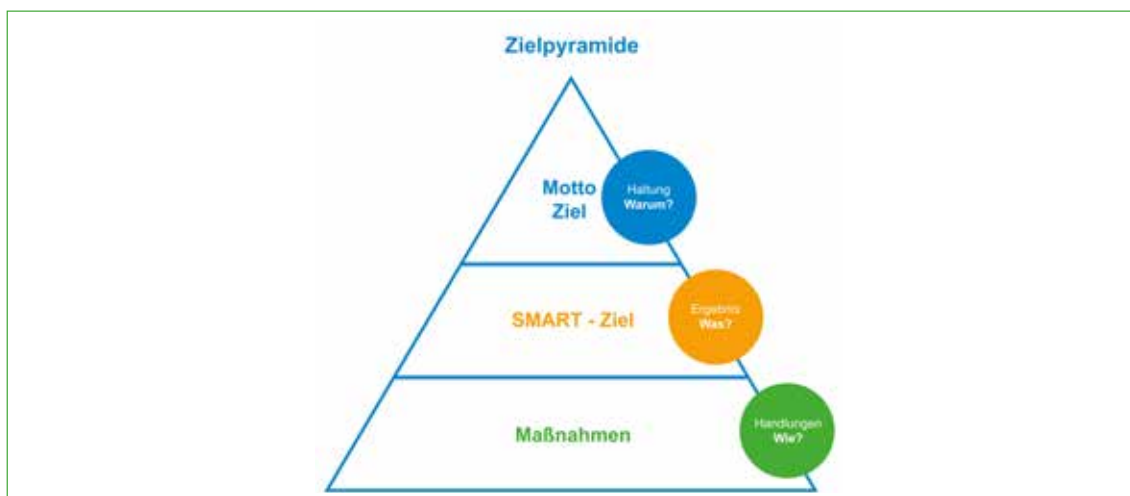


Abbildung: Zielpyramide

Quelle: überarbeitet nach Storch, 2009²

Motto-Ziele drücken die übergeordnete Haltung einer Schule aus, die dabei hilft langfristig und mit Freude die (SMART-) Ziele zu erreichen. Spricht einen das Ziel nicht an oder hat man eine negative Grundhaltung demgegenüber, wird man das Ziel auch nicht oder nur schwer erreichen. Genau hier setzen die Motto-Ziele an. Mit Motto-Zielen hält man die Motivation für abstrakte Ziele aufrecht. Motto-Ziele sind positiv, in der Gegenwart und oft mit bildhafter Sprache - eben als Motto, formuliert.

SMART-Ziele: Die mittlere Ebene der Zielpyramide ist das konkrete Ergebnis, welches man erreichen möchte. Je präziser Ziele formuliert sind, desto besser können passende Maßnahmen zur Erreichung des Ziels abgeleitet werden. Die Formulierung der einzelnen Ziele soll sich an dem übergeordneten Mottoziel orientieren und die SMART-Logik verfolgen.

- S – spezifisch
- M – messbar
- A – attraktiv, akzeptabel (motivierend)
- R – realistisch, realisierbar
- T – terminiert

Maßnahmen: Die letzte Ebene der Pyramide umfasst das Verhalten. Mit dem Verhalten setzt man konkrete Handlungen um, welche uns Richtung Ziel bringen. Sie ergeben sich aus den darauf aufbauenden Schichten. Zuerst wird das Ziel festgelegt und dann die Maßnahme(n)! Bei der Maßnahmenplanung kommt es darauf an, sich genau zu überlegen, welche Maßnahme einen Beitrag zur Zielerreichung leisten kann. Um langfristig den gewünschten Erfolg verzeichnen zu können, reicht eine Maßnahme alleine meistens nicht aus, sondern man muss auf mehreren Ebenen aktiv werden. Eine Maßnahmenplanung braucht den richtigen Mix aus langfristig wirkenden UND schnell sichtbar werdenden Maßnahmen, sog. „Quick-Wins“. Die „Quick-Wins“ sind sehr wichtig, um die Motivation aufrecht zu erhalten, da es oft ein mühsamer und langer Weg bis zum Ziel ist.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Erarbeitung der Zielpyramide



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Schwerpunkte setzen (priorisieren)
- Ziele und Maßnahmenworkshop
- Ziele an die Schulgemeinschaft kommunizieren
- Ziele anhand der [Ziele- und Maßnahmenplanung](#) formulieren





Ziele- und Maßnahmenplanung



MottoZiel:

Schule: _____

	Was wird erreicht?	Bis wann?	Wie wird die Zielerreichung überprüft? (Evaluation)	Gütesiegel Kriterien	Maßnahmenpaket
Ziel 1					
Ziel 2					
Ziel 3					
Ziel 4					

- Ausarbeitung der Maßnahmen anhand Raster zur Maßnahmenfeinplanung

Ziel	Maßnahme	Was genau? (Beschreibung)	Wer?	Bis wann?	Ressourcen und Anmerkungen	Erledigt?
1						
M1	Ernährungs- workshop	Konzipierung eines jährlichen Workshops, im Rahmen dessen Kinder spielerisch die Stufen der Ernährungspyramide kennen lernen Umfang: 3 x 2 Stunden Inhalt: Rätsel, Kostproben von Nahrungsmitteln und Getränken, Augenmerk auf regionale und saisonale Produkte	Lehrperson X & Y	25. April 2017		
M2	Elternabend					
M3	Fortbildung					

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Zielpyramide
- Prozesse der Zielformulierung dokumentieren
- Raster zur Maßnahmenfeinplanung
- Dokumentation der Maßnahmen
- Reflexion im Gesundheitsteam
 - » Haben wir Motto-Ziele und SMART-Ziele formuliert?
 - » Haben wir wirklich zuerst das Ziel fixiert und uns erst im nächsten Schritt überlegt, wie wir es erreichen können?
 - » Haben wir ein Maßnahmenpaket mit dem richtigen Mix geschnürt?
 - » Haben wir verhaltens- und verhältnisorientierte Maßnahmen gleichermaßen berücksichtigt?

4. Instrumente und passende Methoden des Projektmanagements setzen wir am Weg zum Gütesiegel bedarfsorientiert und regelmäßig ein. ! H5

**SOLL
MERKMAL**



Erläuterung

Instrumente und Methoden sind unterstützend, um komplexe Prozesse in die Praxis zu bringen und stellen deshalb den Werkzeugkoffer eines jedes Projektmanagers dar. Da es eine Vielzahl von Methoden gibt, ist es umso wichtiger, die richtigen Methoden bedarfsorientiert anzuwenden - also sozusagen damit seinen eigenen Werkzeugkoffer zu bestücken. Wenn man den Qualitätsregelkreis durchwandert und an den unterschiedlichen Phasen (Analyse, Planung, Umsetzung und Evaluation/ Reflexion) ansetzt, helfen die richtigen Werkzeuge, um den Prozess klarer zu sehen und auf den Weg zu bringen. Mit Instrumenten und Methoden kann man auch bewirken, dass Partizipation gelingt (Kriterium Partizipation | [Seite 73](#)).



Bei der wirkungsorientierten Projektplanung ([siehe Kursbuch Wirkung](#)), die im PHT-Hochschullehrgang schulische Gesundheitsförderung im Studienprojekt verwendet wird, wird unterschieden zwischen Output = Leistungen (Maßnahmen, Nutzung der Maßnahmen, Zufriedenheit mit den Maßnahmen) und Outcome = Wirkungen (hinzugewonnenes Wissen/ Fertigkeiten/ Fähigkeiten, verändertes Verhalten und veränderte Lebenslage/ Lebensraum). Die Anwendung von Instrumenten im Sinne der Wirkungsorientierung gibt drei Punkte.



Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Anwendung von Instrumenten und Methoden zur Analyse, Reflexion und Evaluierung
- Anwendung von Instrumenten und Methoden in Projektmanagement-Workshops zur Analyse, Reflexion und Evaluierung
- [Methodensammlung für Evaluation und Partizipation](#)
- [Projektpfadfinder](#)
- Problembaum, Lösungsbaum ([Kursbuch Wirkung](#))
- [Art of Hosting](#) (z.B. World Café, Open Space Methode)
- [Gelingensbedingungen für die Entwicklung guter gesunder Schulen I Instrumente](#)
- [Projektskizze - Unser Weg](#)
- Instrumente vom Qualitätsmanagementsystem anwenden



- **Analyse**
 - » Kriterienkatalog Gütesiegel (Excel-Antragsformular)
 - » [Gesundheitsradar](#), [Qualitätsstern](#)
 - » SWOT-Analyse
 - » Zeitstrahl, Punkteabfrage ([Methodensammlung für Evaluation und Partizipation](#))
 - » Befragungen
 - » Stakeholderanalyse
- **Planung**
 - » Zielpyramide + Raster Maßnahmenfeinplanung
 - » Neun Felder Tafel (siehe [Methodensammlung für Evaluation und Partizipation](#))
 - » Ressourcenplan
 - » Risikoplan
- **Umsetzung**
 - » Meilensteine (durchführen und protokollieren), Meilensteinplan
 - » Projektcontrolling
 - » Projekttagebuch
 - » Sitzungsprotokolle
- **Reflexion und Evaluation**
 - » Befragungen zum Zeitpunkt A und Zeitpunkt B
 - » Qualitative Methoden im Gesundheitsteam, z.B. mit der Technik „Teamzeitung“ aus der [Methodensammlung für Evaluation und Partizipation](#)
 - » Benchmarking, Austausch mit Partnerschule(n)
 - » Punkteabfragen (Zielscheibe, Stimmungsbarometer, ...)
 - » Blitzlicht
 - » Kooperationsnetz
 - » Wissenslotto
 - » Beobachtungsmethoden
 - » Dokumentenanalyse

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der angewandten Methoden, z.B. in einem Projekthandbuch

5. Erfolge werden regelmäßig identifiziert, nach innen und außen kommuniziert und gefeiert. ! H2

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

„Tu Gesundes und rede darüber!“

In der Gesundheitsförderung sind die Beteiligten mit großem Engagement am Werk, deshalb ist es besonders notwendig, Erfolge regelmäßig zu identifizieren und anschließend zu kommunizieren und zu feiern. Zumal das Feiern und Offenbaren der gemachten Erfahrungen Emotionen freigeben, die ansteckend wirken und die Motivation steigern. Werden Erfolge nach innen und außen kommuniziert, bereitet das die Möglichkeit den beteiligten Personen, dem Gesundheitsteam bzw. der Schule Anerkennung und Aufmerksamkeit zu verschaffen.

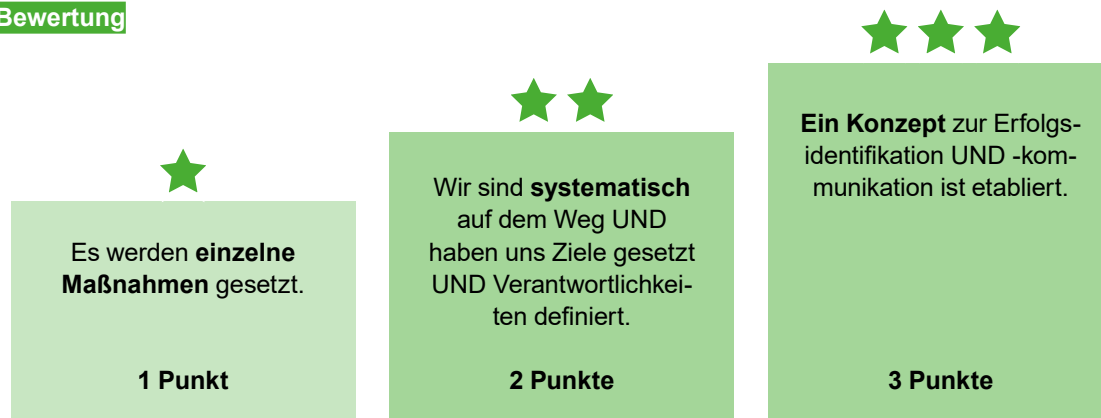
Die interne Kommunikation ist das A und O eines jeden erfolgreich gemanagten Projektes. Besonders die Kommunikation von Erfolgen kann zu einer positiven Virulenz führen. Das bedeutet, dass das Gesundheitsteam andere Personen überzeugen konnte und ein Bemühen um die Inhalte der Gesunden Schule verspüren ist, welches nicht nur vom Gesundheitsteam ausgeht.

Die Leistungen nach innen sichtbar zu machen ist zudem eine Führungsaufgabe, deshalb sollte die interne Erfolgskommunikation unbedingt von der Schulleitung mitgetragen werden und regelmäßig erfolgen.

Das Gesundheitsteam ist der "Vermarkter" der Gesunden Schule nach innen und nach außen. Um die Gesunde Schule gut zu vermarkten, steht es im regelmäßigen Dialog mit den relevanten Personen und gestaltet Botschaften zielgruppengerecht. Die (Gesunde) Schule kann von der Kommunikation nach außen, der Öffentlichkeitsarbeit, sehr profitieren. Schließlich zeigt beispielsweise ein Artikel in der Lokalzeitung, dass etwas passiert und eine Schule etwas für die Gesundheit der Schüler:innen und Lehrer:innen tut. Durch gezielte Presse- und Öffentlichkeitsarbeit macht die Schule auf sich aufmerksam und kann dadurch Nutzen stiften (z.B. Bewusstsein, Wertschätzung und Anerkennung verschaffen, Ressourcen lukrieren, Schüler:innenzahlen erhöhen...) Es sollte jedoch gut überlegt sein, was man nach außen trägt, welche Botschaften vermittelt werden sollten und was man lieber für sich behalten möchte. Zudem ist es hilfreich, bestehende Kontakte und Netzwerke zu nützen und Verantwortlichkeiten zu definieren (beispielsweise einen Verantwortlichen für die Kommunikation nach außen zu ernennen). So kann die Schule ausreichend in Medien präsent sein (z.B. aktuelle Website, Gemeindezeitung, Social Media, TV, Radio, ...).

Im Sinne von "Tu Gesundes und rede darüber!" präsentiert also eine Gesunde Schule öffentlichkeitswirksam ihre Erfolgsstory und macht ihre Erfahrungen mittels Dokumentation der Aktivitäten inner- und außerhalb der Schule nutz- und sichtbar.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Überlegungen zur systematischen Kommunikation
 - » Welche Inhalte, Botschaften sollen in welcher Art und Umfang nach innen bzw. nach außen kommuniziert werden?
 - » Welche Zielgruppen (Schüler:innen, Lehrer:innen, Eltern, Stakeholder,..) möchten wir wie bzw. wie häufig erreichen?
 - » Wie wecke ich das Interesse anderer für die Gesunde Schule?
 - » Welche Kommunikationskanäle gibt es und sollten bedient werden?
 - » Worauf muss ich bei der Pressearbeit grundsätzlich achten?
 - » Wer ist für die Kommunikation verantwortlich?
 - » Was möchten wir dadurch erreichen?
- das Feiern in regelmäßigen Abständen auf Terminkalender setzen
- direkter Kontakt in persönlichen Treffen sowie über E-Mails, Online-Meetings,...
- Slogans/Logos für die Gesunde Schule erstellen
- Gesunde Schule beim Tag der offenen Tür zum Thema machen
- Pressesprecher ernennen



- Mögliche Kommunikationsmaßnahmen
 - » Jahresbericht
 - » Fotos
 - » Videos
 - » Interne/externe Newsletter
 - » Intranet
 - » Website der Schule, andere Websites (Netzwerke, Gemeindehomepage,...)
 - » Pressemitteilung an lokale Medien, Einladung von lokalen Medien zu einem Interview, Gemeindezeitung,...
 - » Anschlagtafeln, Gesunde Schule Infopoint in der Aula,...
 - » Social-Media Kanäle (welche z.B. von Schüler:innen betreut werden)
- Pressesprecher:in ernennen
- Projekte mit Schüler:innen zur Öffentlichkeitsarbeit der Gesunden Schule
- Veranstaltungen (intern und extern)
- Wertschätzende Erkundungen (siehe Merkmal 6)
- Erfahrungen verschriftlichen, präsentieren und mit anderen teilen: In der digitalen Fachzeitschrift [AUFLEBEN.online](https://aufleben.online) können bewährte Praxisbeispiele sichtbar gemacht werden. Bei Interesse bitte bei kontakt@aufleben.online melden.

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der umgesetzten Maßnahmen
- Dokumentation der Ziele und Verantwortlichkeiten
- Konzept zur Erfolgsidentifikation und -kommunikation

6. Wir aktivieren an unserer Schule die salutogene Kraft von Teamarbeit. ! H1, H2, H3

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Gesundheitsförderung schaut auf die Ressourcen und arbeitet mit der sich positiv verstärkenden Dynamik, die die Kraft des Gelingenden entfaltet. So können Belastungsfaktoren an der Schule oft mit den eigenen Stärken gelindert oder beseitigt werden. Durch salutogene Teamarbeit werden Projekte handhabbar und Zusammenhänge verstehbar.

Salutogener Blick auf Ressourcen:

1. Salutogenes Projektmanagement beginnt mit einem Ressourcencheck nach dem Motto "Wer was kann, bringt was ein", Gemeinsam zu überlegen "Welche Ressourcen haben wir?" ist daher ein erster wichtiger Schritt.
Dabei spielen Lehrer:innen-, Schüler:innen und Eltern-Talente gleichermaßen eine Rolle. Diese Herangehensweise unterstützt auch eine faire Aufgabenverteilung im Team, um eine Belastungsbalance zu gewährleisten. Es hilft zum Beispiel, wenn das Gesundheitsteam eine gemeinsame Freistunde in der Woche hat, damit man sich leichter abstimmen kann und die Gesunde Schule planen, umsetzen und gemeinsam reflektieren kann. Teamarbeit sowie klare Aufgabenverteilung und klare Verantwortlichkeiten festzulegen ist wichtig, um mit den meist begrenzten Zeitressourcen sorgsam umzugehen. Heterogenität ist prinzipiell ein günstiger Leistungsfaktor für Teamarbeit.

Bei der Auswahl und Zusammenstellung der Steuergruppe und der Arbeitsgruppen sollten Schulen deshalb folgende für den Erfolg von Teams wichtige Ressourcen in den Blick nehmen:

- » Expert:innen zum Thema, die die Problemanalyse unterstützen und neue Ideen entwickeln können.
- » Entscheidungsträger:innen, die durch ihre Rolle und Funktion autorisiert sind, Entscheidungen zu treffen. Personen, die Zugang zu Entscheidungsstrukturen haben.
- » Kolleg:innen mit großer Akzeptanz, guten Beziehungen und hohem informellen Einfluss in den beteiligten Systemen.
- » Interessent:innen am Thema. Personen, die von Veränderungen durch das Vorhaben betroffen sind.³

Große Gruppen sind nicht zwangsläufig leistungsfähiger und produktiver als kleinere. Als obere Grenze für eine effektive Zusammenarbeit werden oftmals sieben Personen genannt, als optimal gelten drei bis fünf Personen. Umfasst eine Gruppe mehr Mitglieder:innen, ist für konkrete Arbeiten die Bildung von Untergruppen sinnvoll. Wertschätzung für- und Respekt voreinander sind jedoch für eine erfolgreiche Gruppenarbeit unabdingbar. Jedes Gruppenmitglied sollte daher für sich prüfen, ob es allen anderen Gruppenmitglieder:innen und deren Meinungen bzw. Vorstellungen mit einem ausreichenden Maß an Wertschätzung und Respekt begegnen kann.

2. Ein vom Team ausgehender Blick auf die Selbstfürsorge bestärkt das Gesundheitsteam.



Abbildung Ressourcenbalance

Quelle: Siegfried Seeger⁴

Der Blick auf die Ressourcen an der Schule ist wichtig. Aber genauso **wichtig ist der Blick auf die eigenen Ressourcen**. Nur wer sich um sich selbst kümmert und aktiv Selbstfürsorge betreibt und seine Bedürfnisse ernst nimmt, bleibt gesund. Die Basis ist der Körper: Schläfst du genug? Isst du regelmäßig? Und vielleicht auch Nahrungsmittel, die gut für dich sind? Trinkst du ausreichend? Darüber hinaus braucht jeder Mensch Zeit für sich, sogenannte Eigenzeit, in der man sich erholen kann, nur für sich sein kann und nichts tun muss. Zur Selbstfürsorge gehört es auch, für das eigene Bedürfnis nach Nähe zu sorgen. Dazu muss man manchmal unter Menschen gehen, Freundschaften pflegen, neue Menschen kennenlernen und neue Freunde gewinnen.

Zu guter Letzt geht es um Selbstbestimmtheit, nämlich Tätigkeiten ausüben zu können, die einem Freude bereiten. Wenn andere um mich herum das nicht verstehen, dann gehört zur Selbstfürsorge auch, dass ich diesen Raum für mich erkämpfe.

3 Nieskens, B., Schumacher, L. & Sieland, B. (2014). Gelingensbedingungen für die Entwicklung guter gesunder Schulen: Ein Leitfaden mit Empfehlungen, Checklisten und Arbeitshilfen. Düsseldorf: DAK-Gesundheit & Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

4 Seeger, S. (2021). Online Seminarreihe: Gesunde Schule in virulenten Zeiten - Gesundheitsförderung als Ressource erkennen und gestalten.



3. Wertschätzende Erkundungen (Blick auf die Ressourcen der Schule) stärken schulische Resilienzkräfte.

Die Stärkung von schulischen Resilienzkräften und sich auf Gelingendes zu fokussieren ist ein zentrales Element bei der Aktivierung von salutogenen Kräften in der Schulgemeinschaft. Dabei ist es wichtig, Stärken und Schwächen zu analysieren und diese als "Schätze" wechselseitig sichtbar zu machen, um die Werte einer Schule als Ganzes zu erkennen.

Insbesondere wertschätzende Erkundungen in mehreren Perspektiven (Lehrer:innen, Schüler:innen, Eltern, nicht-unterrichtendes Personal) können Schulen auf dem Weg zu Resilienz verhelfen. Mithilfe verschiedener Perspektiven (Stärken, Schätze, Potenziale, Stolpersteine, Wirkungen und Nebenwirkungen) werden die Erkundenden in der Schule von einem positiven salutogenen Blick geleitet.

Die daraus gewonnenen zentralen Erkenntnisse bilden ein gutes Fundament bei der Entwicklung zu einer Gesunden Schule:



Abbildung: Perspektiven für eine Wertschätzende Erkundung

Quelle: Siegfried Seeger⁵

5 Seeger, S. (2021). Online Seminarreihe: Gesunde Schule in virulenten Zeiten - Gesundheitsförderung als Ressource erkennen und gestalten

Bewertung**Impulse für die Umsetzung**

- Selbstfürsorge an der Schule ermöglichen: Trinken, gutes und gesundes Essen, Ruhe und Rückzug für Lehrer:innen, Schulleitung und Schüler:innen
- Teambuilding: Vertrauen, Respekt und Wertschätzung, Auftragsklärung, Aufgabenverteilung und Verantwortlichkeiten, Gruppenprozesse gestalten
- Gemeinsame Freistunde im Gesundheitsteam
- Salutogene Haltung des Schatzfinders statt pathogener Haltung des Fehlersuchers
- Workshop resiliente Teams
- Kärtchen „Du bist wertvoll!“ verschenken: entweder im Rahmen der vom k+lv initiierten Woche der Wertschätzung oder einfach, wenn es passend ist.
- Erfahrungsbericht auf AUFLEBEN.online: „[Wie Schule ein Ort des Wohlfühlens wird](#)“ von Cornelia Walder.

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation von durchgeführten Maßnahmen



Kriterium Partizipation



Partizipation der Zielgruppe bedeutet nicht nur Teilnahme, sondern auch aktive Teilhabe (Entscheidungskompetenz) bei allen wesentlichen Fragen der Lebensgestaltung im Lebensraum Schule. Die Zielgruppe soll befähigt werden, ihre eigenen Bedürfnisse zu formulieren und Wünsche, Ideen und Vorstellungen bei der Planung, Umsetzung und Durchführung gesundheitsfördernder Aktivitäten einzubringen (Empowerment). Partizipation ist ein Entwicklungsprozess, bei dem die Zielgruppe zunehmend Kompetenzen gewinnt, um aktiv Einfluss auf Entscheidungen nehmen zu können.



Ohne offene Kommunikation und die Möglichkeit, dass die Betroffenen Teil des Projektes sein können, wird jede Initiative in der Schule scheitern. Partizipation ist vor allem für große Schulen eine Herausforderung, was gute Besprechungs- und Informationssysteme erfordert und im Regelfall auch mit einem erhöhten Zeit- und Personalaufwand verbunden ist. Der Lohn der Partizipation liegt allerdings auf der Hand: **Sie fördert Veränderungsbereitschaft, eröffnet innovative Lösungswege und motiviert zur aktiven Beteiligung an der Schulentwicklung.**



Partizipation von Lehrer:innen, Schüler:innen, Elternvertreter:innen und nicht unterrichtendem Personal an der Gestaltung des Lebensraums



Schule bedeutet vor allem, dass die Schulleitung partizipative Entscheidungsbildung als Führungsaufgabe versteht. An Entscheidungen, die die eigene Lebenswelt betreffen, teilhaben zu können und wollen, ist ein Entwicklungsprozess, der vielen Menschen noch nicht vertraut ist. **Partizipation ist jedoch der entscheidende Erfolgsfaktor für gesundheitsfördernde Maßnahmen.** Denn Gesundheitsförderung bedeutet Veränderung – und Veränderung ohne Partizipation schafft oft Widerstände.



Merkmale im Detail

1. Die gesamte Schulgemeinschaft und außerschulische Partner:innen werden zielgruppenspezifisch vom Gesundheitsteam in Analyse, Planung, Umsetzung und Evaluation von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung einbezogen. ! H1, H2, H5, H8

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Unter der gesamten Schulgemeinschaft verstehen wir Lehrpersonen, Schüler:innen, Eltern sowie Vertreter:innen des Nicht-Lehrpersonals wie etwa Schulwart:in, Reinigungskraft, Schulärzte:in, Schulsozialarbeit, usw. Jedes noch so kleine Gesunde-Schule-Projekt richtet sich an eine bestimmte Zielgruppe innerhalb der Schulgemeinschaft.

Außerschulische Partner:innen können beispielweise Gemeinden oder Organisationen des Arbeitskreises Gesunde Schule Tirol sein, wie z.B. avomed, Kontakt & Co, die Kinder- und Jugendanwaltschaft, das JRK, die AUVA usw.

Partizipation bedeutet, Beteiligungsmöglichkeiten in allen Phasen des Projekts (Analyse, Planung, Umsetzung, Evaluation) zu schaffen und sicherzustellen, dass die Beteiligungsprozesse den Erfahrungen und Möglichkeiten der Zielgruppen entsprechend (zielgruppengerecht) gestaltet sind. An Entscheidungen im Setting Schule teilhaben zu können und wollen, ist ein Entwicklungsprozess, der vielen Menschen nicht vertraut ist. Menschen müssen daher befähigt werden, ihre Bedürfnisse zu artikulieren und Wünsche, Ideen, Vorstellungen einzubringen. Partizipation ist daher als Entwicklungsprozess verstehen, in dem die Menschen immer mehr Kompetenzen gewinnen, um bei wesentlichen Fragen mitzubestimmen (Hart 2008).

In einer Gesunden Schule muss Partizipation schon in der Konzeption einer Maßnahme aktiv ermöglicht und gefördert werden. Dazu bedarf es eines differenzierten Verständnisses der Lebenslagen der betroffenen Personen und einer empathischen, respektvollen Haltung ihnen gegenüber (aus: [Good Practice Kriterien, Kriterium Partizipation](#))

Betroffene zu Beteiligten machen bewirkt, dass die Akzeptanz von Maßnahmen und die Motivation sich selber in den Veränderungsprozess einzubringen steigt. Partizipation ist der entscheidende Erfolgsfaktor für gesundheitsfördernde Maßnahmen. Denn **Gesundheitsförderung bedeutet Veränderung und Veränderung gelingt am besten mit und durch die Personen, die es betrifft.** Widerstände können mittels Partizipation oft überwunden werden. Denn die Menschen, die von einer Veränderung betroffen sind, kennen die Umstände besonders gut:

- » Was ist an der jetzigen Situation unbefriedigend?
- » Wer profitiert aber derzeit davon?
- » Worauf muss man achten, wenn man an der Situation etwas ändern möchte?
- » Was sind mögliche Lösungsvorschläge?

Bewertung



JA

1 Punkt

- Beteiligung aller Zielgruppen in allen Phasen der gesunden Schule



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Methoden für Ist-Analysen & Evaluation ([Methodensammlung für Evaluation und Partizipation](#))
- Befragungen - Stimmungsbarometer (z.B. im Lehrer:innenzimmer, in der Pause am Schulbuffet)
- gemeinsames Erarbeiten von Zielen und Maßnahmen (z.B. Ziele-/Maßnahmenworkshop)
- pädagogische Tage, in deren Rahmen sich mehrere Personen beteiligen können (z.B. Zieleworkshops)
- Schülerparlament: [Leitlinien](#), [Anleitung Volksschule](#), [Klassenrat einführen](#)
- siehe dazu auch die Broschüre „[Eltern und Schule als Partner](#)“, ein Leitfaden zur Einbindung der Eltern in die schulische Gesundheitsförderung
- Lehrer:innen und Schüler:innen dazu befähigen ihre Bedürfnisse zu erkennen und zu artikulieren (siehe auch Ressourcen/ Selbstfürsorge)
- Schüler:innen initiieren ein Projekt und übernehmen Verantwortung für die Umsetzung des Projekts (Begleitung und Coaching durch Lehrperson)
- Workshops zur Analyse von gesundheitsfördernden und -belastenden Faktoren



Ein Stimmungsbarometer ist ein guter Einstieg in eine partizipative Analyse und Planung. Fragen, die daraufhin folgen, wie z.B. „Warum ist das so?“ und „Was könnten wir gemeinsam ändern?“ bieten die Basis für eine gemeinsame Ziele- und Maßnahmenplanung.¹

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Reflexion im Gesundheitsteam:
 - » Welchen Weg haben wir erwartet zu gehen und welchen gingen wir tatsächlich, nachdem die Betroffenen am Prozess partizipiert haben und den Prozess mitgestaltet haben?
 - » An welcher Stelle haben wir Partizipation gut ermöglicht? An welche Stelle wäre mehr Partizipation sinnvoll gewesen?
 - » Welche Personen in der Schulgemeinschaft können ihre Bedürfnisse gut formulieren und sich gut einbringen? An welcher Stelle ist noch mehr Empowerment nötig?



2. Unsere Schüler:innen partizipieren an der gesundheitsförderlichen Gestaltung des Lebensraums Schule. ! [H1](#), [H2](#), [H3](#), [H4](#), [H6](#), [H7](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Schüler:innen sind Experten:innen im Setting Schule. Bei der Gestaltung einer Gesunden Schule ist es deshalb umso wichtiger, ihre Kompetenzen durch partizipative Methoden zu nutzen. Gelebte Partizipation in einer Gesunden Schule ermöglicht es Schüler:innen mitzugestalten und Verantwortung zu übernehmen. Mitbestimmung kann nämlich auf verschiedenen Stufen erfolgen.² **Echte Partizipation beginnt erst ab Stufe 5:**

Nicht-Partizipation

1. Fremdbestimmung:
Junge Menschen werden manipuliert. z.B. Kinder tragen Plakate bei einer Demonstration.
2. Dekoration:
Junge Menschen werden zu Dekorationszwecken Erwachsenen beiseitegestellt. z.B. Kinder wirken an einer Veranstaltung mit, ohne den Grund zu kennen.
Alibi-Teilnahme: Junge Menschen werden befragt, aber nicht ernst genommen. z.B. Kinder nehmen an Veranstaltungen teil, haben aber keine Stimme.

Vorstufen der Partizipation

3. Teilhabe:
Junge Menschen werden informiert und beauftragt. Sie verantworten die Auftragserfüllung. z.B. Kinder nehmen teil und können im kleinen Bereich mitreden.
4. Konsultation:
Junge Menschen werden informiert und befragt.

Partizipation

5. Mitwirkung:
Erwachsene initiieren und teilen Entscheidungen mit jungen Menschen. Die Verantwortung dieser Teilbereiche wird geteilt wahrgenommen.
6. Selbstbestimmung:
Junge Menschen initiieren und leiten Aktivitäten. Sie verantworten definierte Teilbereiche. Erwachsene tragen mit, unterstützen.

Mehr als Partizipation

7. Selbstverwaltung:
Junge Menschen haben völlige Entscheidungsfreiheit und Tragen Verantwortung für ihr Tun. Erwachsenen werden lediglich informiert.

Damit Partizipation in der Schule gelingt, braucht es eine gemeinsame Haltung. Die Ressourcen und Kompetenzen der Schüler:innen müssen gestärkt werden. Life-Skills, wie z.B. Selbstwahrnehmung und Einfühlungsvermögen oder Kritisches Denken und Problemlösefähigkeiten, sind eine wichtige Voraussetzung, um an Prozessen aktiv teilnehmen und seine Interessen vertreten zu können. Außerdem ist es unabdingbar, verschiedenen Methoden auszuprobieren. Offenheit für Mitbestimmung schaffen, Vertrauen aufbauen, wertschätzenden Umgang miteinander fördern und transparente Kommunikationswege schaffen sind ebenfalls wichtige Bedingungen für erfolgreiche Partizipation³. (siehe Gelingenskriterium Schulklima | [Seite 83](#))

2 Titus Bürgisser <https://www.schulklima-instrumente.com/4-schulklima/>(UNICEF Kinderrechtskonvention, Roger Hart, 1992 so wie aus „Partizipation in der Schule“, Kinderlobby Schweiz).

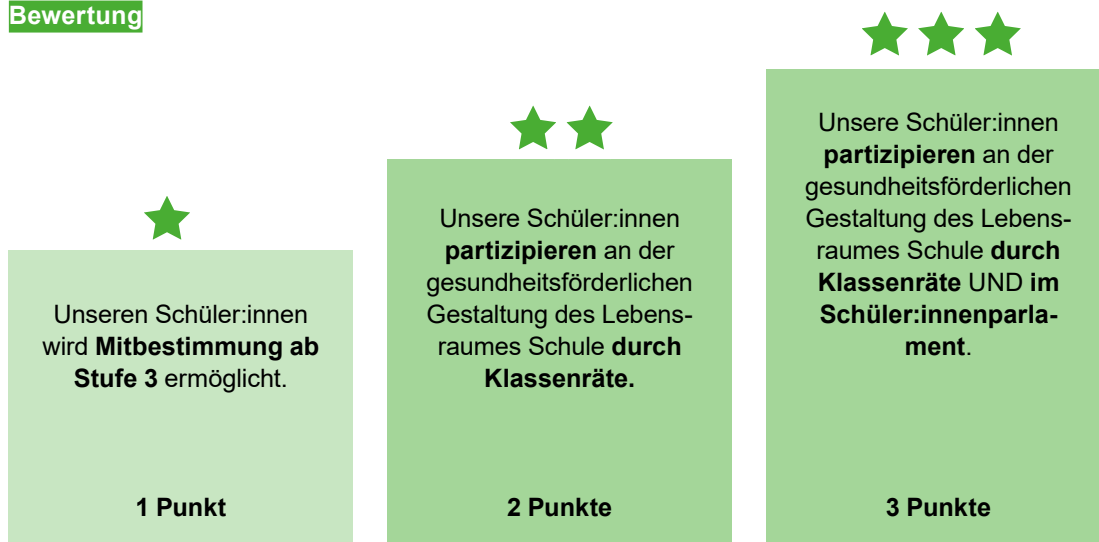
3 GIVE (2015). Partizipation - ein wichtiges Grundprinzip erfolgreicher Gesundheitsförderung.

Eine erfolgreiche Partizipation hat folglich einen großen Mehrwert für eine Gesunde Schule. Durch das aktive einbeziehen der Schüler:innen wird mehr Aufmerksamkeit auf die Themen der Gesunde Schule gelegt. Durch die Möglichkeit der Teilhabe wird auch die Zustimmung und Einhaltung der getroffenen Entscheidungen gefestigt und die Gesunde Schule als ein „Miteinander“ gesehen. Selbstwirksamkeit und Selbstvertrauen der Schüler:innen werden gestärkt und soziale Kompetenzen entwickelt. Partizipation kann also auf mehreren Stufen und vielen verschiedenen kreativen Methoden erfolgen. Eine solche Methode ist z.B. der Klassenrat oder das Schüler:innenparlament.

Klassenrat: Der [Klassenrat](#) ist das demokratische Forum einer Klasse, in dem die Schüler:innen über selbstgewählte Themen beraten, diskutieren und entscheiden.

Schüler:innenparlament: Das Schüler:innenparlament befasst sich mit schulischen Angelegenheiten, die für alle Schüler:innen von Interesse sind. Themen sind z. B. Ideen für die Umsetzung der Gesunden Schule, Vorschläge für die Gestaltung der Ganztagschule, Probleme mit der Sauberkeit der Schultoiletten, ... [Konzeptvorlage Schüler:innenparlament](#)

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Fotowettbewerbe (PhotoVoice)
- Ideenwerkstätten, Workshops
- [Mitmachheft für Volksschüler zum Thema Partizipation der Bertelsmannstiftung](#)
- [Übersicht zu allen Mitmachheften u.v.m.](#)
- Schüler:innen zu Gesundheitsmoderator:innen ernennen
- Schüler:innen zu Gesundheitsbuddys ernennen
- Schüler:innen initiieren ein Projekt und übernehmen Verantwortung für die Umsetzung des Projekts (Begleitung und Coaching durch Lehrperson)
- Artikel und Erfahrungsberichte auf [AUFLEBEN.online](#) zum Thema Partizipation
- Schüler:innenparlament: [Konzeptvorlage](#), [Leitlinien](#), [Anleitung Volksschule](#)
- [Klassenrat](#), [Klassenrat einführen](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der durchgeführten Maßnahmen





Kriterium Professionalisierung



Lebenslanges Lernen, auch als lebensbegleitendes Lernen bezeichnet, ist ein Konzept, das Menschen befähigen soll, während ihrer gesamten Lebensspanne zu lernen. Die Phase des berufsbegleitenden, im Idealfall lebenslangen Lernens und der **Weiterbildung von Lehrer:innen** im aktiven Berufsleben **sichert die Qualität des beruflichen Handelns und erzeugt auch eine höhere Zufriedenheit im Beruf**. In den Studienergebnissen des neuseeländischen Bildungsforschers John Hattie setzte sich auf breiter Basis die Einsicht durch, dass die Qualität von Schule und Unterricht und der Lernerfolg der Schüler:innen in erster Linie von der Qualität der Lehrpersonen abhängen.



*Fortbildung, Weiterbildung und Beratung
als Motor der Qualitätsentwicklung
in Bildungsinstitutionen!*



Die regelmäßige Teilnahme an forschungsgeleiteten Fort- und Weiterbildungen ist elementarer Bestandteil für die Entwicklung an einer Schule und gewährleisten die Aktualität der berufsfeldbezogenen und praxisrelevanten Themenfelder. Dabei geht es um die Professionalisierung in seiner ganzen Breite, die sich auf die individuelle Gesundheitskompetenz der Lehrpersonen, auf die gesundheitsfördernde Didaktik, einen gesundheitsfördernden Unterricht und auf gesundheitsförderliche Rahmenbedingungen bezieht.



Merkmale im Detail

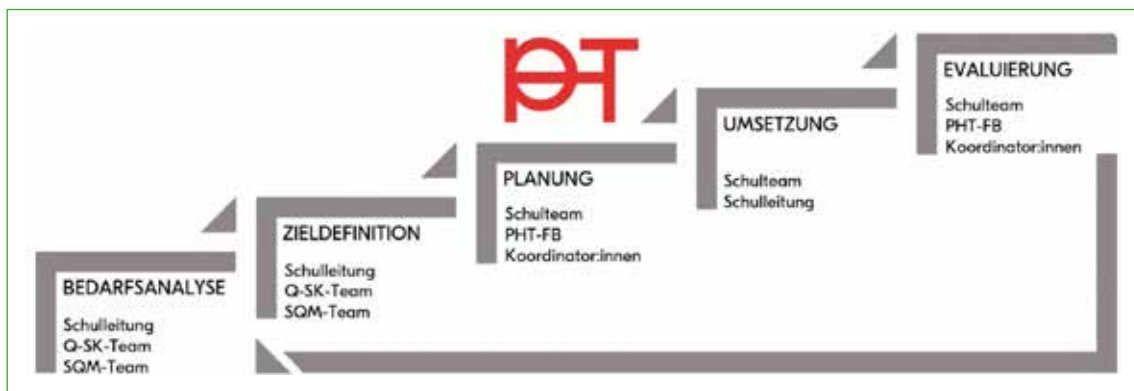
1. Ein Fort- und Weiterbildungsplan, der das Schulteam in den Kriterien des Gütesiegels professionalisiert, wird umgesetzt. ! H5, H6

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Schulen verknüpfen Gesundheitsförderung systematisch mit Fragen der Unterrichts-, Personal-, Team- und Organisationsentwicklung. Die Fortbildungsplanung stellt einen zentralen Punkt zur Personalentwicklung dar und ist somit ein Instrument für gesundheitsfördernde Schulentwicklung. Die Fortbildungsplanung orientiert sich einerseits an individuellen Bedürfnissen Einzelner – andererseits ist es günstig, einen Gesamtüberblick über den standortspezifischen Bedarf zu gewinnen. Von zentraler Bedeutung ist, dass der Fort- und Weiterbildungsplan an die Gegebenheiten und Bedürfnisse der einzelnen Schule angepasst und zukunftsorientiert gestaltet wird.

Die 5 Stufen des STEPS-Konzeptes der [PH Tirol](#) orientieren sich an den Aufgaben einer systematischen und systemischen Fortbildungsplanung und unterstützen Schulen bei der Umsetzung der Fortbildungen zur Standortentwicklung.



Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen sollen das Schulteam in den Kriterien des Gütesiegels professionalisieren und Impulse für die Weiterentwicklung geben. Beispielsweise in den folgenden Themenbereichen:

- » Schulklima, Beziehungskompetenz, Ernährung, Bewegung, psychosoziale und psychosexuelle Gesundheit, Suchtprävention, Gewaltprävention, Schulraum & Arbeitsplatz, Lernen & Lehren, allgemeine Prävention, Gendergesundheit, Kommunikation, soziales Lernen, Digitale Resilienz & Mediennutzung, innovative Lehrmethoden, Organisationsentwicklung, Changemanagement, gesundes Führen/ Leadership, Gesundheitssoziologie, Projektmanagement, Qualitätsmanagement, Moderation, Zeitmanagement, Peer-Education.

Um die Aktualität und langfristige Verankerung zu sichern, ist bei allen Merkmalen unter möglichen Maßnahmen das Angebot der PH Tirol zur Professionalisierung angeführt.

Zu einigen Merkmalen des Gütesiegels gibt es dezidierte Hinweise zur Professionalisierung:

- » Schulklima: Die fachpersönliche Entwicklung und Arbeit an der eigenen Beziehungskompetenz wird durch regelmäßiges Fortbildungsangebot an unserer Schule gefördert und gestärkt.
- » Digitale Resilienz: Es werden Fortbildungen und Workshops für Lehrpersonen zu den Merkmalen der digitalen Resilienz geplant und umgesetzt.
- » Bewegung und Sport: Kann das Minimum an Unterrichtsstunden in Bewegung und Sport nicht erfüllt werden, muss die Schule sich verpflichten, mindestens eine Lehrperson zum HLG "Bewegung und Sport fachfremd zu unterrichten" anzumelden.
- » Ernährung: Die Aktualität und nachhaltige Verankerung zur Umsetzung des Ernährungsbildungskonzepts ist durch die regelmäßige Teilnahme an Fortbildungen zu sichern.

Nach der Bedarfserhebung ist es sinnvoll, Ziele festzulegen und diese konkret in einer Jahresplanung festzuhalten. [Hier sind weitere Informationen](#) und Links zur Zielsetzung abrufbar.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Umsetzung des Fort- und Weiterbildungsplans



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Bedarfs-Analyse anhand der Kriterien des Gütesiegels
- Definition der Ziele, die die Schule erreichen will
- [Erstellung eines Fort- und Weiterbildungsplans](#): Welche Fort- und Weiterbildungen werden für die geplante Entwicklung benötigt? Wer besucht welche Veranstaltung? etc. Jahresplanung Fortbildung
- Erstellung einer verbindlichen Vereinbarung zur Sicherstellung des Transfers/ der Umsetzung von Fort- und Weiterbildungsinhalten in der Schule. Tipps und Unterlagen zum Transfer/ zur Umsetzung [finden Sie hier](#)
- Eine Übersicht über das Angebot an Fort- und Weiterbildungen an der (PHT)
- Bedarfsorientierte, standortbezogene Fortbildungen planen und umsetzen
- Peer Ebene z.B. Digitalisierung, kontinuierliches im Team ausprobieren, experimentieren, gezielt auswählen
- MS: Fachkoordinatoren mit gesundheitsaffinen Personen besetzen (M,D,E)
- Weiterbildung: [HLG Digitale Grundbildung \(PHT\)](#)
- Infos: www.digikomp.at
- [Fortbildungen](#) am Weg zum Gütesiegel Gesunde Schule Tirol (SCHILF)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Fort- und Weiterbildungsplan
- Dokumentation von Fortbildungen
- Wirkung der Fortbildung bildlich/schriftlich dokumentieren



2. Die Inhalte von Fortbildungen werden an unserer Schule multipliziert. ! H2, H5

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Veränderungen stellen Menschen vor große Herausforderungen. Das bewusste Teilen von Wissen (Knowledge Sharing) kann bei der Bewältigung von Herausforderungen und ressourcenorientierter Bewältigung unterstützen und sogar einen positiven Effekt erzielen. Pädagogisches Wissen und Know-how ist ein entscheidender Faktor der Schulentwicklung. Voraussetzung für ein sinnvolles Wissensmanagement ist, dass sich die Schule explizite Ziele gesetzt hat.

*„Das Wissen ist die einzige Ressource (das einzig Gute), die sich vermehrt, wenn man sie teilt.“
Marie Freifrau Ebner von Eschenbach (1830 - 1916)*

Bedingungen zu schaffen, die das Teilen von Wissen als Haltung ermöglichen, ist eine Aufgabe von zukunftsfähigen Schulen. Die Schlüsselkompetenz dafür ist, Selbstorganisationsprozesse zu fördern und Lehrer:innen zu ermutigen, ihr Wissen und ihre Beispiele guter Praxis zu teilen. Dadurch wird die Aktualität der Bildungsinhalte verstärkt gewährleistet und eine ressourcenorientierte Herangehensweise ermöglicht. So kann ein zeitgemäßer Wandel in der Schule gemeinsam gestaltet werden.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Peerlernen
- Fachgruppenkoordinator:innen mit verantwortlicher Funktion/ Multiplikator:innenrolle
- Zeit(raum) in pädagogischen Konferenzen
- Fortbildungskiosk
- Wissensmanagement in der Schule verankern
- [Checkliste Wissensmanagement in der Schule](#)
- [Professionalisierungsangebote zum selfbased learning](#)
- Einsatz von Wissensmanagement-Werkzeugen (z.B. Intranet, Share Point, Clouds, usw.)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der Maßnahmen
- Wie werden die Inhalte der Fortbildungen multipliziert?
- Gibt es an der Schule systematisch verankertes Wissensmanagement?



Gelingenskriterium Schulklima

Entscheidend für das Wohlbefinden aller Beteiligten einer Schule sowie für **den Lernerfolg** ist das Schulklima. Ob sich die Menschen am Arbeits- und Lernort Schule gut aufgehoben fühlen, hängt wesentlich davon ab, wie das Klima der Schüler:innen untereinander, im Team der Lehrpersonen und zwischen Schüler:innen, Lehrpersonen, Eltern und weiteren Beteiligten der Schule gestaltet wird. In einem guten Schulklima erfahren alle Akteur:innen Zufriedenheit, Wertschätzung und Anerkennung, ihre individuellen Bedürfnisse werden berücksichtigt, sie können sich mit der Schule identifizieren und erleben Beteiligung an der Schulgestaltung. Schulklima ist ein Spiegel der Beziehungen und gelebten Werte und Haltungen aller Akteur:innen der Schule und ist das Ergebnis individueller und gemeinsam konstruierter Wirklichkeiten. Lehrpersonen und Schulleitungen können einen wesentlichen Beitrag zum Aufbau und zur Förderung eines guten Schulklimas leisten. Aber wie?

Ein gutes Schulklima kann durch Schulkultur gestaltet werden. Schulkultur & Schulklima sind wechselseitig aufeinander bezogen und wirken im ‚Henne-oder-Ei‘-Prinzip als Voraussetzung und Ergebnis: Kultur ist gestaltbar und Klima ist erlebbar... und das Erlebte wirkt auf die Gestaltung des Gestaltbaren. Beide Faktoren können pathogene oder salutogene Wirkungen entfalten.

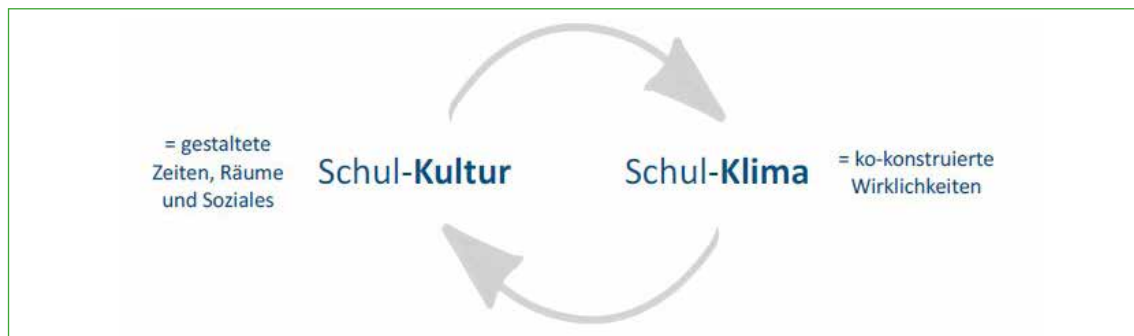


Abbildung: Wechselwirkung von Schulkultur und Schulklima

Quelle: Siegfried Seeger¹

Im neuen Qualitätsrahmen (QR) bieten sich für das Schulklima explizit folgende Punkte zur Anknüpfung an:

- 2.1 Führung wahrnehmen
- 2.2 Schule und Unterricht organisieren und entwickeln
- 3.1 Lern- und Lehrprozesse gestalten
- 3.4 Professionell zusammen arbeiten
- 3.5 Beratung und Unterstützung anbieten
- 3.6 Ganztägige Schule gestalten
- 4.1 Schulpartnerschaft gestalten



Das Schulklima ist das Ergebnis einer Schulkultur, in der das Soziale, die Zeiten sowie die Räume gestaltet werden können. Hierbei kann die Metapher „Klima als geteilter Atem“ aus dem One Health Approach (siehe Präambel I [Seite 15](#)) in Form eines Motto(ziel)s (siehe Gelingenskriterium Organisation I [Seite 43](#)) weiterentwickelt und in der Gestaltung des Sozialen, der Zeiten und der Räume leitend sein.

Das Schulklima ist ein Ergebnis gestalteter und erlebter Räume. Räume wirken als, dritter Pädagoge, weil sie menschliche Grundbedürfnisse in Resonanz bringen können und hierdurch auf das Lebensgefühl sowie auf die Qualität des Zusammenlebens, des Lernens und Leistens wirken, wie vor allem (nach Otto Herz):

- » Bedürfnis nach Stille
- » Bedürfnis, Lärm machen zu können
- » Bedürfnis nach Bewegung
- » Bedürfnis nach Risiko
- » Bedürfnis, sich zu verstecken
- » Bedürfnis, zu gestalten
- » Bedürfnis, die Ergebnisse seines Tuns zeigen zu wollen
- » Bedürfnis, Geselligkeit zu erleben

Die Zeitgestaltung ist ein weiterer Klimafaktor: „Atemlose Schulen“ werden als belastend und dauerhaft als krankmachend erlebt, „atmende Schulen“ als belebend und gesundheitsförderlich.² Die Gestaltung einer atmenden Zeitkultur:

- » zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft
- » zwischen Arbeitszeit, BeziehungsZeit und EigenZeit
- » zwischen vita activa (Tätigsein), vita reflexiva (Betrachten) und vita contemplativa (Genießen) nach Seneca
- » zwischen Chronos (physikalischer Zeit) und Kairos (günstiger Augenblick)
- » zwischen Zeit-Management und Zeit-Ökologie

fördert ein positives Schulklima.

Schulklima ist ein Ergebnis des Wechselspiels individueller Merkmale aller einzelnen Akteure und ihrer **Beziehungen untereinander** sowie institutioneller Merkmale der Schule und des Wechselwirkens dieser auf und durch die Akteur:innen³

- » Individuelle Merkmale der Schüler:innen und der Schüler:innenschaft (Geschlecht, Alter, Schichtzugehörigkeit, soziale Kompetenzen, Selbstwertgefühl, Klassengröße, Klassenzusammensetzung, ...) und Merkmale der Interaktion und des Verhältnisses zwischen den Schüler:innen untereinander (Kohäsion, Konkurrenz, Disziplin, ...).
- » Individuelle Merkmale der Lehrer:innen und des Kollegiums (Geschlecht, Alter, Erfahrung, Engagement, Selbstwertgefühl, Lehrer:innenkompetenzen etc.) und Merkmale der Interaktion und des Verhältnisses zwischen den Lehrer:innen untereinander (Kollegialität, Respekt, Kooperation, Konfliktfähigkeit, ...).
- » Merkmale der Interaktion und des Verhältnisses zwischen Schüler:innen und Lehrer:innen (Disziplin, Vertrautheit, Diskussionsstil etc.).
- » Individuelle Merkmale der Schulleitung (Geschlecht, Alter, Erfahrung, Führungsstil, ...) sowie ihre Interaktion und Beziehung zum Kollegium.
- » Individuelle Merkmale der technisch-administrativen Mitarbeiter:innen (Geschlecht, Alter, Erfahrung, Kompetenz, Engagement, ...) sowie ihre Interaktion und Beziehung zu allen anderen.
- » Merkmale der Schule als Institution (räumliche Lage, Größe, Architektur und Einrichtung, Atmosphäre, Organisationsstruktur, Curriculum, Weiterbildung des Kollegiums, Kooperation mit der Elternschaft, Kooperation mit außerschulischen Partner:innen, ...).

2 Brägger/Posse/Israel (2007): Bildung und Gesundheit. Argumente für eine gute und gesunde Schule. Bern: hep.

3 verändert nach Freitag, Marcus (1998). Was ist eine gesunde Schule? Einflüsse des Schulklimas auf Schüler- und Lehrer-gesundheit. Weinheim: Juventa. / Stangl, W. (2020). Stichwort: ‚Schulklima‘. Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik.



Kriterium Räume Gestalten

Wir gestalten die **Schule als Lern- und Lebensraum des 21. Jahrhunderts** und machen Schule zu dem Lebens- und Gemeinschaftsort, den Kinder und Jugendliche brauchen. Es geht um

- » eine Wandlung von der Belehrungsschule des 19. Jahrhunderts hin zur Schule als Lern- und Lebensraum des 21. Jahrhunderts,
- » weg von den klassischen Flurschulen hin zur Lernlandschaften mit unterschiedlichsten Aufenthaltsqualitäten und Funktionen (gemeinschaftliches Lernen in Kleingruppen, Lernen in stiller Einzelarbeit oder Lernen im Plenum, Präsentation und Reflexion von Arbeitsergebnissen mit unterschiedlichen Medien, Einführung in oder zu verschiedenen Lernfeldern).

Dazu braucht es variable Raumkonzepte sowohl für den Innen- als auch für den Außenbereich. „Die Kinder sollen gleich merken: <Das ist für uns!>“. So der Architekt Melk Nigg im [Akzente-Blog der Pädagogischen Hochschule Zürich](#). Dieser Architekt hat auch ein Konzept entwickelt, das als Provisorium, als Providurium, oder auch als „immer währender“ Bau dienen kann: das „Modul Julius“ basiert auf einem modularen Baukastensystem, ist es in seiner Struktur sehr simpel. Auch die Verwendung von Baumaterialien sollte dabei zukunftsweisend mitgedacht werden. Analog der Ernährungspyramide wurde jetzt [eine Materialpyramide](#) entwickelt, die Nachhaltigkeitsaspekte bei der Materialproduktion und somit beim Bau berücksichtigt:

Die Räume werden so gestaltet, dass sich eine **Wohlfühlqualität** entwickelt, die das Gefühl vermittelt in der Schule sein zu wollen, nicht zu müssen. Dabei helfen z.B. Pflanzen, Aquarien, Bücher, Bilder und Fotos. Türposter verraten, wer in der Klasse lebt und arbeitet, welche Themenschwerpunkte es gibt. Eine Schul- oder Klassengalerie macht die Mitglieder der Schulgemeinschaft sichtbar, schafft ein Gefühl von Zugehörigkeit und somit Identifikation mit der Schule. Die Schule bekommt ein Gesicht!

Mit der Einrichtung eines **Elternraums oder Elternzimmers** können Schulen ein Signal geben, dass Eltern in der Schule immer willkommen sind und nicht nur zur „Vorstellung“ kommen mit Gaststatus. Dieses Zeichen kann verstärkt werden, wenn das Elternzimmer in der Nähe des Eingangsbereichs eingerichtet wird – so können Eltern niederschweligen Zugang zu Elterntreffs oder Beratung erhalten. Eltern werden so auf Augenhöhe als Erziehungs- und Bildungspartner in die Schule einbezogen (Partizipation).

Die Problemzone Sanitäranlagen gibt es an vielen Schulen. Viele Schüler:innen meiden es auf die Schultoilette zu gehen. Unterleibsschmerzen, Krämpfe und generelles Unbehagen sind die Folge. Auch verzichten Schüler:innen daher auf die nötige Flüssigkeitszufuhr. Schulgebäude und –gelände brauchen eine **ständige Pflege – bis in das letzte Örtchen**. Der Wohlfühlfaktor Schulgestaltung wird immer noch unterschätzt.

Zur Schulgestaltung zählen darüber hinaus der Schulgarten und der Schulhof, das Schulbuffet und die Räume der Gemeinschaftsverpflegung, aber auch die Fassade und Fenster.

Inspiration: [RAUMKONZEPTE](#) für eine zeitgemäße Neu- oder Umgestaltung von Bildungseinrichtungen in Luxemburg.



Merkmale im Detail

1. Wir haben an unserer Schule Aufenthaltsbereiche zum offenen Austausch, Lernen, Arbeiten, sich Bewegen und Verweilen.

! **H4, H7**

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Vielfältige Aufenthaltsbereiche, die ansprechend und einladend gestaltet sind, bieten eine besondere Wohlfühlqualität im Lebensraum Schule.

Die Gestaltung von Arbeits- und Aufenthaltsbereichen im Schulgebäude und im Außenbereich, damit die Schüler:innen in der unterrichtsfreien Zeit Orte der Erholung und Entspannung, der Kommunikation und Kooperation, aber auch zum Spielen und Toben haben, ist wichtig für ein positives Schulklima. Gleichzeitig sollten diese Arbeits- und Aufenthaltsbereiche so gestaltet sein, dass sie für offene, schüleraktivierende Unterrichtsphasen genutzt werden können.

Werden Schulen neu gebaut oder umfassend saniert, ergibt sich daraus die Chance, neue und offene Raumkonzepte zu verwirklichen. Doch so lange wollen viele Schulleitungen und Lehrkräfte nicht warten: Sie ergreifen selbst die Initiative, weil sie neue Räume als Aufenthalts- und Lernräume erschließen möchten. Im Ganztagesbetrieb werden Freiflächen und Extraräume für die Freizeitgestaltung mit den Schüler:innen noch dringender benötigt.

Für eine gute Lernumgebung ist die Verbindung eines abgeschlossenen Klassenraums mit Sichtverbindungen zu öffentlichen Bereichen, wie den Fluren, der richtige Weg. Die Flure werden in den Unterricht einbezogen, werden dazu geschaltet. Dann kann Binnendifferenzierung erfolgen, klassen- und jahrgangsübergreifend gelernt werden. Aber jede Klasse kann sich jederzeit in ihren angestammten Klassenbereich zurückziehen. Das heißt umgekehrt, dass die Flure, nennen wir sie mal öffentliche Räume, keine schmalen, dunklen Gänge mit der Mindestbreite von zwei Metern sein sollten, sondern sie sollten gut belichtet und belüftet sein und über eine gute Akustik verfügen (à vgl. Schulraum und Arbeitsplatz). Die Verbindung von Innen- und Außenbereichen ermöglicht eine Verlagerung des Lernens vom Klassenzimmer in das gesamte Schulareal und macht die ganze Schule zum Lern- und Lebensraum.

Mit der Einrichtung eines Elternraums oder Elternzimmers können Schulen Eltern das Signal geben, dass sie immer in der Schule willkommen sind, dass sie kontinuierlich dazugehören, dass ihnen ein Platz in der Schule zusteht und auch eingeräumt wird. Der Raum ist Treffpunkt und steht für informelle und formelle Zusammenkünfte zur Verfügung. Gespräche von Lehrer:innen und Eltern sind gut im Elternzimmer untergebracht.

Aufenthaltsbereiche für Lehrer:innen untereinander, z.B. ein Lehrer:innencafé bietet Platz für eine Verschnaufpause mit Mehrwert (Treffen, Austausch).

Bewertung



JA

1 Punkt

- Vielfältige Aufenthaltsbereiche im Innen- und Außenbereich



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Schulstufenbereiche: z.B. vier Klassenräume, „Schüler:innentreff“ und Flurbereiche (offene Arbeits- und Sozialflächen für die Schüler:innen der gesamten Schulstufe)
- Schüler:innen Beteiligung bei der Raumgestaltung
- Themen-Klassenzimmer gestalten, Tischfußballtische, Tischtennis
- Freiluftklasse/ Outdoorklasse, Schulgarten
- www.bilding.at kommt in Schulen und Kindergärten und entwickelt mit den Pädagog:innen unterschiedliche Kurz- und Langzeitprojekte.
- Eltern stärker als Akteur:innen in die Bildungsabläufe einbeziehen heißt auch, ihnen räumlich einen Platz im Bildungsgefüge zuzugestehen: einen Ort an dem sie sich treffen, sich untereinander austauschen, in einem einladenden Ambiente auf ihr Kind/ihre Kinder warten oder mit pädagogischen Verantwortlichen ihres Kindes/ihrer Kinder das Gespräch suchen können (Elterncafé, Elternzimmer)
- Lehrer:innencafé
- Räume mit Farben gestalten
 - » Vorsicht mit grellen und sehr warmen oder kalten Farben
 - » keine starken Farbkontraste (rot in blau, etc.), leider gibt es Beispiele besonders schlechter Farben und Muster (irritierend, aggressiv oder müde machend)
 - » Weiß mit Gestaltungsmöglichkeiten für die Klassen / Lehrer:innen in deren Räumen ist eine Basis
 - » leicht warme Farben wie Gelb sind anregend, vor allem wenn sie mit Grünpflanzen kombiniert werden
 - » Die Farbtemperatur der Leuchten beeinflusst alle Oberflächen. Ein Raum mit kühlerem Farbton kann im Sommer um 2°C weniger warm empfunden werden
 - » Einsatz von Farbberatung zur Lösung räumlicher Probleme, Einbeziehung von Feng-Shui etc., ohne unser natürliches Empfinden zu vergessen
- Brandschutzauflagen mitdenken

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Wo wird Wohlfühlqualität an der Schule für Lehrer:innen und für Schüler:innen spürbar?
- Wie wird Begegnung beim Lernen auch jahrgangsübergreifend ermöglicht?
- Begegnung: Lerninseln, Bewegungsinseln, Präsentationsorte/ Foren, Begegnungsorte im Innen- und Außenbereich
- Projekte: Berichte, Ausstellungen...

2. Wir haben an unserer Schule Rückzugs- und Ruheräume, in denen es ungestört und in einer ruhigen angenehmen Umgebung Platz für Erholung einerseits, und konzentriertes Arbeiten andererseits gibt. ! H1, H4

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Sollte bei Umbruch Richtung Ganztagsbetrieb die Möglichkeit bestehen, neue Räume zu planen, dann unbedingt mit den Kolleg:innen über einen Rückzugs- bzw. Ruheraum nachdenken! Sollte das Raumangebot das nicht zulassen oder Alternativen gefragt seien, so kann man mit entsprechenden Möbeln und Teppichen abgeschirmte Ruhebereiche gestalten – als Raum im Raum.

Gerade in Ganztagsschulen braucht es auch Räume zum Verweilen, zum Nichtstun – oder zumindest zum „nichts Schulisches tun“ - und das ist nicht nur für die Schüler:innen wichtig, sondern auch für Lehrer:innen. Um sich in der Schule wohlfühlen, brauchen die Kinder und Jugendlichen Orte, um sich für Ruhe- und Freizeitphasen zurückzuziehen: für sich sein, Musik hören, lesen, einfach abschalten und sich in Ruhe mit den Freund:innen unterhalten. Diese Bedürfnisse müssen ernst genommen werden. Die Schule ist eben nicht nur Lern-, sondern immer mehr auch Lebensraum!



Zudem ist Lärm an der Schule ein ernst zu nehmender Belastungsfaktor und in multifunktional genutzten Lehrer:innenzimmern (Arbeiten, Besprechungen, Kopieren) ist oft keine Erholung in der Pause möglich. In vielen Lehrer:innenzimmern ist auch zu wenig Platz und Ruhe, um konzentriert zu korrigieren oder Materialien für die Unterrichtsvorbereitung auszubreiten. Forschungen belegen, dass eine akute Belastungssituation für Lehrende aufgrund des Unterrichtslärms besteht und sich diese auch deutlich im Ausmaß des erlebten Stressempfindens widerspiegelt (Siehe Kriterium Schulraum und Arbeitsplatz, Merkmal 3 | [Seite 120](#)).

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Rückzugsräume für Lehrer:innen zum Erholen und/oder zum Arbeiten
- Rückzugsräume für Schüler:innen: z.B. Strandkorb
- Definierte Ruhezonen/ Chillzonen in der Pause je nach örtlichen Gegebenheiten, z.B. Öffnung der Bibliothek, bestimmte (abgelegenere) Teile im Pausenhof, Dachterasse etc.
- Andere Öffnungszeiten für Buchrückgabe in der Bibliothek, um die Bibliothek als Ruhe- und Rückzugsraum in der Pause zu ermöglichen
- Räume mit Farben gestalten (Siehe Merkmal 1)
- Brandschutzauflagen mitdenken
- Aufsichtspflicht mitdenken
- Bewusst kurzen Pausen gestalten mit dem k+lv [Tagtraumbingo und/oder dem Kreisel „Don't quit your daydreams“](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Gibt es Rückzugsräume im Innen- und/oder Außenbereich der Schule? Nachweis z.B. mit Schulbegehung oder Fotos
- Welche organisatorischen Änderungen wurden getroffen, um Rückzugsbereiche nutzen zu können?
- Welche verschiedenen Ruhebedürfnisse gibt es? Nachweis, z.B. mit Plakaten von Ideenworkshops, Konferenzen...

3. An unserer Schule werden virtuelle Räume im Wechsel mit analogen (echten) Räumen salutogen genutzt. ! H4, H7

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Der Einbezug digitaler Räume kann das Lehren und Lernen und die Schulorganisation bereichern und erleichtern. Aus gesundheitsförderlicher Sicht geht es dabei um die Verbesserung der

- » Handhabbarkeit: Unterrichten, Lernen und Schulorganisation ist handhabbar, z.B. Teamsitzungen von Pädagog:innen lassen sich leichter und spontaner organisieren (und werden somit handhabbarer), wenn sie auch virtuell stattfinden. Administration mit OneDrive oder Google Drive Dokumenten/Listen; Individualisierung des Lernens von Schüler:innen wird durch digitale Möglichkeiten für Lehrer:innen auch handhabbarer.
- » Verstehbarkeit: Manche Lerninhalte werden mit Hilfe digitaler Simulationen verstehbarer; manche werden durch praktisches, analoges Tun und Erleben besser verstehbar, z.B. EH, Werken, Rollenspiele, soziales Lernen
- » Sinnstiftung und Bedeutsamkeit: Digitalisierung bietet die Chance im üblicherweise lehrer:innen-zentrierten Unterricht mehr Partizipation einzuführen, damit Lernende in ihren Lernprozess nicht nur einbezogen, sondern aktive Teilnehmer:innen werden, und so die Lerninhalte bedeutsamer werden für jede:n einzelne:n. Voraussetzung dafür ist, dass die Lehrer:innen die Kompetenzen darüber verfügen, die virtuellen Möglichkeiten in bedeutsamer Weise zu verwenden und den Unterricht auf diese Weise zu individualisieren.

Aus gesundheitsförderlicher Sicht gilt es das „Beste aus beiden Welten“ zu nutzen und miteinander zu kombinieren zu einer Art „Blended-Learning“. Neben den Potentialen, die in der digitalen Welt liegen, haben die analogen (Außen-)Räume, die Erlebnisse und Erfahrungen bieten, einen hohen Stellenwert. Lernen muss unter die Haut gehen! Körperlichkeit beim Lernen, Erlebnisse, soziale Beziehungen, Austausch und Peers sind relevant für bedeutsames und sinnstiftendes Lehren und Lernen. Ebenso ist eine Bibliothek mit vielen 'echten' Büchern ein Ort mit besonderer Qualität. Oder die taktile Wahrnehmung in ein Heft mit einer Füllfeder zu schreiben ist wichtig, um das Schreiben zu lernen. Das ganzheitliche Lernen und Arbeiten mit Hirn, Hand und Herz erfährt in digitalen Zeiten eine ganz neue Bedeutung.

Daher ist es an einer Gesunden Schule wichtig, dass die besonderen Qualitäten des Digitalen und des Analogen erkannt und bewusst eingesetzt werden, um das Lernen und Lehren sowie die Schulorganisation zu bereichern.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen



NEIN

0 Punkte



Impulse für die Umsetzung

- Starten Sie eine kollegiale Spurensuche, um aus den aktuellen Erfahrungen der Krisenbewältigung in der Schule zu lernen und nutzen Sie dabei den Film [„Schule der Zukunft - Lernen aus dem Lockdown“](#) von Harald Lesch
- Lehrer:innenrolle reflektieren: Wenn Lernen mobil, also zeit- und ortsunabhängig wird und mittels Lernplattformen und Algorithmen passgenaue Lehrangebote ermöglicht, die individuelle Lernstände, Talente und Neigungen berücksichtigen, dann wandelt sich die Lehrertätigkeit vom Wissensvermittler zum Lernumgebungsdesigner, Berater und Coach. Fortbildungen dazu im Lehrer:innen Team anbieten
- Reflexion: wie kann Digitalisierung den Unterricht handhabbarer, verstehbarer und bedeutsamer machen?
- Reflexion: wie kann Digitalisierung die Schulorganisation handhabbarer, verstehbarer und sinnvoller machen?
- Angebote, Infos, Rat und Hilfe für Lehrende, Lernende und Eltern unter [Virtuelle-Schule-Tirol](#)
- eine [Fundgrube zu digitalem Lernen und Moderieren](#) von Donatus Berlinger (PH Luzern)
- Elternsprechtage weiterhin online anbieten/ durchführen
- Online-Teambesprechungen (erleichterte Terminfindung, z.B. am Abend um die Pause zum Erholen und nicht für eine Besprechung zu nutzen)
- Freiluftklassen, Outdoor-Klassenzimmer (z.B. Schulgarten, Barfußwege,...)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Wie wird an der Schule das “Beste aus beiden Welten”, d.h. analog und digital, zu einem “blended learning” kombiniert?
- Wie können wir schaffen, dass Lernen unter die Haut geht?
- Reflexionen im Kollegium zur Veränderung der Lehrer:innenrolle und zu “blended-learning”
- Einbezug von online-Lernplattformen und digitalen Lernmanagementsystemen in den Unterricht und in die Schulorganisation



Kriterium Zeiten Gestalten

Die Zugänge zum Thema „Zeit“ sind vielfältig und Patentlösungen zum richtigen Umgang mit der Zeit gibt es nicht. Fragen zur „Zeit“ werfen häufig weitere Fragen auf und führen so in einen Prozess der Auseinandersetzung mit dem Thema „Zeit“, zu einer Reflexion über den eigenen Umgang mit Zeit und zu ganz eigenen Wegen, auf gesunde Weise mit der Zeit umzugehen. Dem Thema Zeit widmet sich die Gesellschaft für [Zeitkultur](#), gegründet von Manfred Molicki.

Neben der Berufszeit brauchen Menschen Beziehungszeit, Hobbyzeit und Eigenzeit, wobei z.B. die Ausübung des eigenen Hobbies sich mit Eigenzeit aber auch mit Beziehungszeit verbinden lässt. Wichtig ist nur, dass alle vier Bereiche einen Anteil unserer Zeit bekommen.

Wichtig im Zusammenhang mit dem gesunden Umgang mit Zeit ist der Wert der Eigenzeit - die Zeit, über die ich die Regie behalte, die ich souverän gestalte ([weitere Infos](#)). Der sinnvolle Umgang mit Zeit erhält im Zusammenhang mit dem One Health Approach (siehe Präambel I [Seite 15](#)) eine neue Perspektive: Als Ursache der ökologischen Krise ist der Wunsch bzw. das Streben des Menschen nach immer weiterer Beschleunigung und die Unabhängigkeit von kulturellen Zeitmustern zu vergrößern zu nennen. Im Rahmen der Zeitökologie sollten also kulturelle Zeitmaße gefunden werden, die sich mit den Rhythmen und Eigenzeiten der inneren und äußeren Natur des Menschen vertragen. Daher sollte eine Bereitschaft der Menschen dahingehend bestehen, auf den Willen zur Beherrschung der Natur zu verzichten, die Eigendynamik der Natur zuzulassen sowie eine sinnvolle Abstimmung der menschlichen und natürlichen Dynamik zu ermöglichen (Altner, G 1993). Es ist nicht Schnelligkeit das Problem, sondern die stete Beschleunigung, die die Rhythmen ignoriert. Die Frage, die Schulen sich also stellen müssen, ist: Wie gestalten wir Zeiten an unserer Schule?

- » Eigenzeiten
- » Rückzugszeiten
- » gemeinsame Zeiten
- » Begegnungszeiten
- » Feiern
- » Rituale

**„Zeit-Kompetenz als
Generalschlüssel-Qualifikation
der Schule.“**

Manfred Molicki



Merkmale im Detail

1. An unserer Schule gibt es zeitliche Freiräume, welche die Schüler:innen eigenverantwortlich gestalten dürfen, um Teilhabe am täglichen Schulleben zu erfahren. ! H1, H2, H8

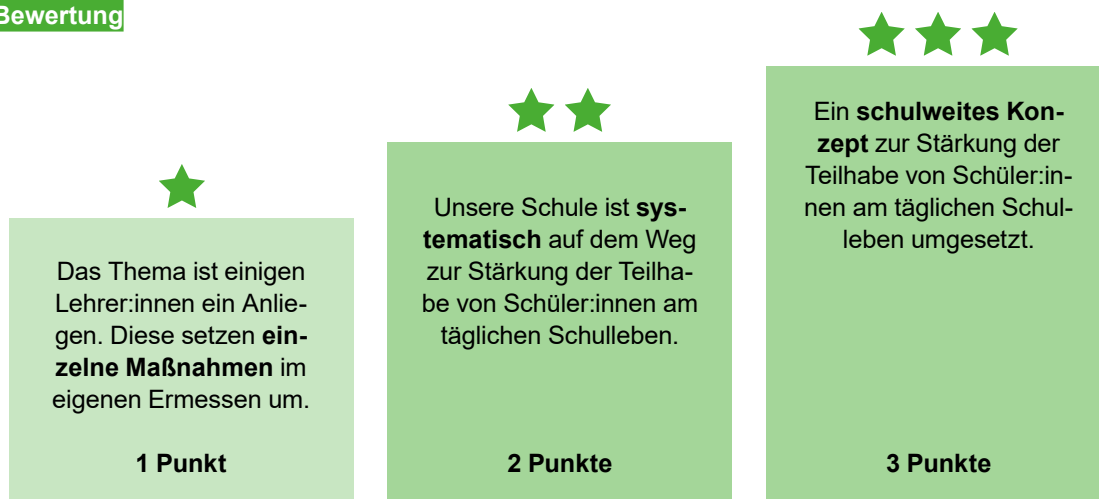
SOLL
MERKMAL

Erläuterung

Der Stufenbau der Partizipation (siehe Kriterium Partizipation I [Seite 73](#)) ist auf formelle Projekte und Programme fokussiert und hat zum Ziel, den Machtbereich der Entscheidungsfindung auf Kinder zu übertragen, um bedeutsame gemeinschaftliche Aktivitäten umzusetzen. Partizipation ist aber insgesamt als Entwicklungsprozess zu verstehen, in dem die Menschen immer mehr Kompetenzen gewinnen, um bei wesentlichen Fragen mitzubestimmen. Kinder brauchen daher auch informelle Möglichkeiten über das Spielen und Arbeiten mit Peers und Erwachsenen in ihren Lebenswelten teilzuhaben. Es braucht daher Zeiten und Anlässe, in denen die Schüler:innen frei, d.h. in einem Bereich außerhalb des Machtgefüges von Erwachsenen, interagieren können. So können sie die Kompetenzen erlangen, die u.a. ihre formelle Partizipationsfähigkeit stärken, z.B. werden sie dadurch befähigt, werden ihre Bedürfnisse zu artikulieren und ihre Wünsche, Ideen und Vorstellungen einzubringen. In gemischten Gruppen (hinsichtlich Alter, Fähigkeiten, Erfahrungen, ...), in denen Kinder und Jugendliche als Teil der Gruppe an Aktivitäten teilhaben, gibt es vielfältige Möglichkeiten zum Lernen und alltäglich an den Gemeinschaften einer Lebenswelt teilzuhaben (Hart 2008).¹

Freiräume zu geben, schließt die Wahrnehmung der Aufsichtspflicht nicht aus, sondern ist vielmehr eine Frage der Haltung. Zeitliche Freiräume stehen auch in Verbindung mit "Räumlichen Freiräumen". Man kann zum Beispiel den Kindern und Jugendlichen Wände, Räume und bestimmte Außenbereiche zur freien Gestaltung zur Verfügung stellen.

Bewertung



¹ Hart, Roger A. (2008): Stepping Back from 'The Ladder': Reflections on a Model of Participatory Work with Children. In: Alan Reid, Bjarne Bruun Jensen, Jutta Nikel und Venka Simovska (Hrsg.): Participation and Learning. Perspectives on Education and the Environment, Health and Sustainability. Dordrecht: Springer, S. 19–31.

Impulse für die Umsetzung

- Kinder dürfen selbstständig die Räume wechseln, z.B. in den Sportunterricht
- Konflikte auf Peerebene mit Buddies lösen
- Klassen- und jahrgangsübergreifende Interaktion fördern
 - » Klassenrat, Schüler:innenrat/ Schüler:innenparlament
 - » Räume, die eigenverantwortlich betreut werden (z.B. Rückzugsräume, Kindercafé/ Schüler:innencafé) Schulfeste, Schulkonzerte, Aufführungen, Theatergruppe
 - » Zeiten und Anlässe festlegen, in denen die Schüler:innen frei agieren/spielen können (Pause, Projekte, Sporttage, Ganztageschule...)
 - » Kreative und freie Wand-/ Raumgestaltung



Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Ist die Teilhabe von Schüler:innen am täglichen Schulleben Teil eines verankerten Konzepts?
- Wo und wie können Schüler:innen am täglichen Schulleben teilhaben?
- Gibt es z.B. Schüler:innen-Cafés oder ähnliches?



2. An unserer Schule gibt es ein verankertes Konzept zur Rhythmisierung des Schultages. ! H5

**SOLL
MERKMAL**



Erläuterung

Die „innere Uhr“ tickt beim Menschen unterschiedlich: Die Chronobiologie unterscheidet zwischen den „Lerchen“, die gleich frühmorgens eine aktive Arbeitsphase haben, und den „Eulen“, die gerne spät ins Bett gehen und morgens in der Schule einen Kaltstart erleben. Während bei Erwachsenen eher der „vererbte Chronotyp“ die Oberhand gewinnt, sind Jugendliche in der Pubertät meistens „Eulen“.



Mit Rhythmisierung ist gemeint, den Schultag am „natürlichen Rhythmus des Kindes“ auszurichten, gewissermaßen eine veränderte Zeitstruktur des Schultages. Die zeitliche Struktur des Schultages und der Schulwoche muss der Lern- und Lehrstruktur folgen – nicht umgekehrt. Sie ermöglicht es eine Balance zwischen unterschiedlichen Angeboten, Lern- und Lehrformen sowie Anstrengung und Entspannung herzustellen. Vor allem ermöglicht die zeitliche Struktur, dem Alter der Kinder und den Anforderungen der Inhalte adäquate – längere oder kürzere – zeitliche Einheiten für Aktivitäten in und außerhalb der Schule zu schaffen. Eine Orientierung am Kind ist bei allen Überlegungen zur Zeitstrukturierung ebenso unverzichtbar wie eine Orientierung an den Bildungszielen, denn was Kinder nicht brauchen, ist Leerlauf der „Beschäftigungstherapie“. Sie brauchen attraktive, variable und herausfordernde Angebote, die auf ihre altersspezifischen Interessen, Entwicklungs- und Lernbedürfnisse abgestimmt sind.



Jede Schule sollte für sich die Möglichkeit nutzen, eine Zeitstrukturierung zu finden, die hilft, gelingendes Lernen zu ermöglichen. Der Rhythmus, nach dem jede Schule arbeitet, ist durch organisatorische Bedingungen, die zum Teil veränderbar sind, bestimmt. Zudem sollte auf den (individuellen) **Biorhythmus** mit seinen **Leistungstiefs und -hochs** geachtet und **Konzentrations- und Entspannungsphasen** ebenso bewusst eingebaut werden, wie individuelle Lernphasen. Die Organisationsform als Ganztageschule bietet die Chance den Taggesundheits- und leistungsfördernder zu rhythmisieren.

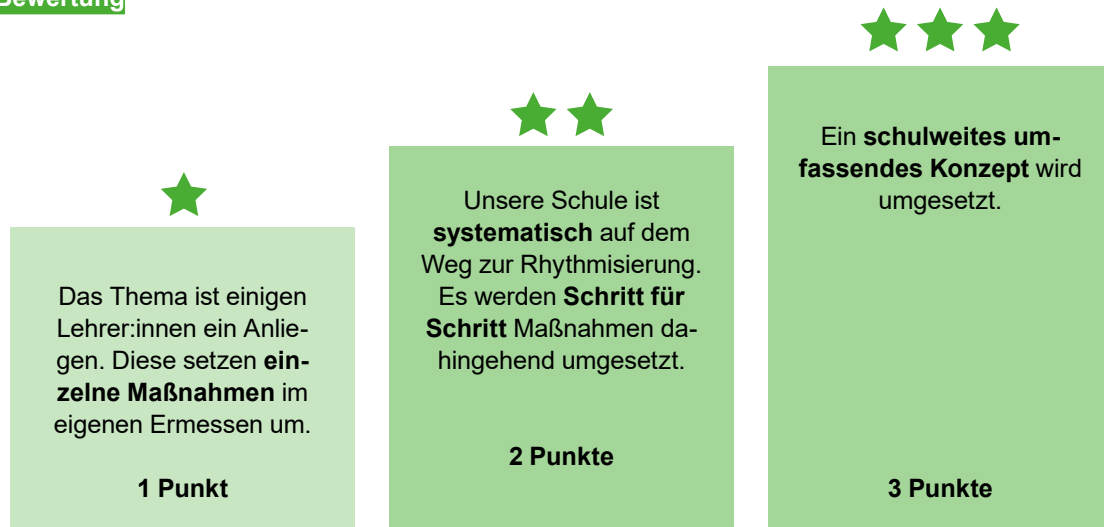


Die Frage, die Schulen sich darüber hinausstellen sollen lautet: Wie gestalten und ermöglichen wir Eigenzeiten (Zeiten, in denen wir für uns selbst sein können) und Begegnungszeiten (Lernen mit anderen, Feiern, Rituale)?



Mit einem verankerten Gesamtkonzept ist gemeint, dass mit der Zielsetzung der Rhythmisierung ein schulweites Konzept beschlossen und umgesetzt wird. Das Konzept integriert ein Bündel an sinnvoll kombinierten Maßnahmen und ist verknüpft mit der Rhythmisierung des Unterrichts (Siehe Kriterium Lernen und Lehren I [Seite 127](#)).

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Abfolge von Fächern
- Anzahl und Länge der Pausen
- gleitender Beginn, offene Schlussphasen
- Rhythmisierung innerhalb des Unterrichts (z.B. Einstieg in die Unterrichtsstunde, Wechsel zwischen Aktivität und Entspannung,...)
- Schüler:innen werden dabei unterstützt, sich die Zeit selbst einzuteilen, z.B. mittels Tages- und Wochenplan, freier Arbeit, Werkstattunterricht, Stationenlernen, etc.
- Projektarbeit, Gruppen- und Partnerarbeit u.a. kommen zur Anwendung
- Abwechslung von Konzentrations-, Entspannungs- und Bewegungsphasen
- Zeit für Freizeitpädagogik am Vormittag einbauen
- Entspannungsübungen im Unterricht einbauen
- keine starren 50 Minuten Einheiten, sondern sinnvolle Lerneinheiten planen
- Schulglocke aufheben
- Gemeinsame Rituale festlegen: z.B. Start am Morgen mit Bewegung zur Aktivierung (Körperteile begrüßen, etc.)
- Schüler:innenorientiertes Arbeiten, d.h. die Schüler:innen haben die Chance, ihrem eigenen Lern-, Spiel- und Arbeitsrhythmus nachzukommen
- Schüler:innen können eigene Entscheidungen über den Arbeitsinhalt und die Arbeitszeit im Rahmen des zu bearbeitenden Unterrichtsinhaltes treffen. Sie erhalten dafür Unterstützung, damit sie lernen, wie man seinen Lerntag selbst gestalten kann

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Gibt es ein (schulweites) schriftliches Konzept?
- Wird der Rhythmus des Schulalltags reflektiert und angepasst?
- Wenn nein, warum? Könnten wir hier etwas verbessern oder ist dies derzeit eher nicht möglich?
- Dokumentation der umgesetzten Maßnahmen

3. Wir haben an unserer Schule gemeinsame Vereinbarungen zum sinnvollen und gesunden Umgang mit Zeitressourcen. ! H4

**SOLL
MERKMAL**

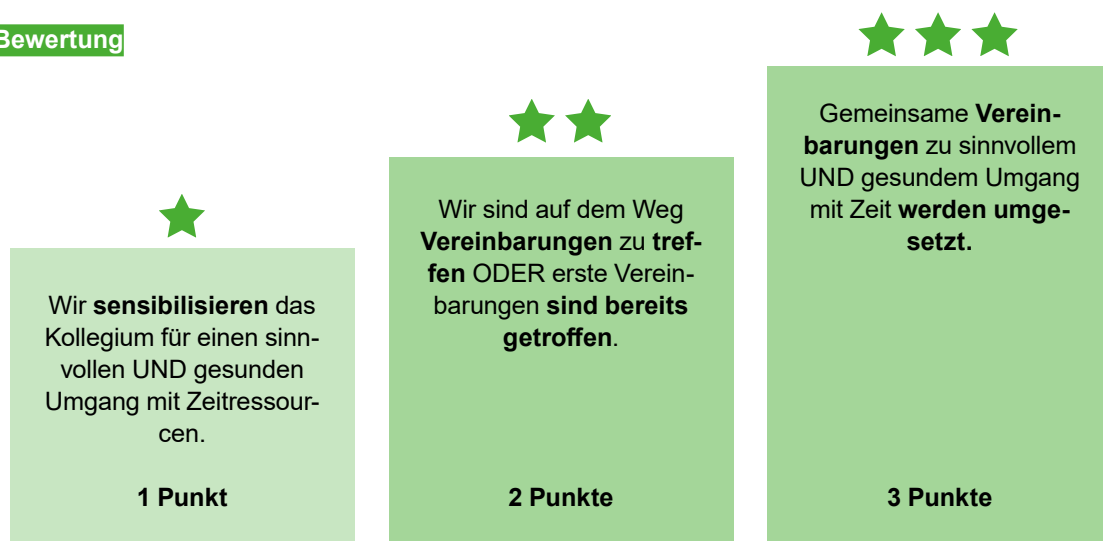
Erläuterung

„Um Kinder zu erziehen, muss man verstehen, Zeit zu verlieren, um Zeit zu gewinnen.“
Jean-Jacques Rousseau, Schweizer Schriftsteller, Philosoph und Pädagoge (1712-1778)

Es geht an einer Gesunden Schule darum, dem Thema Zeit auf organisationaler Ebene zu begegnen, weg von der „atemlosen Schule“ hin zur „atmenden Schule“: mit gemeinsam vereinbarten Absprachen, Strukturen und Ritualen werden gemeinsam gesundheitsfördernde Zeit-Verhältnisse an der Schule entwickelt. Dabei sind die Ebenen WIR und ICH von Bedeutung und wie wir als Team gemeinsam mit unserer „Berufs-Zeit“ (Zeit, die wir dem Beruf widmen) im Wechselspiel mit der individuellen „Eigen-Zeit“ (Zeit, die wir uns höchstpersönlich widmen), „Beziehungszeit“ (Zeit, die wir unseren Freund:innen, Partner:innen, Familien widmen) und „Hobbyzeit“ (Zeit, in der wir unserem Hobby nachgehen) umgehen (siehe Kriterium Teamgesundheit I [Seite 109](#)). Die Fragen die sich Schulteams stellen sollten lauten daher „was tun wir?“ UND „was tun wir nicht?“.

Der Umgang mit Zeit ist ein auch ein gesellschaftliches Thema, das sich in vielfältiger Weise im Schulalltag widerspiegelt. Im Lehrberuf gibt es keine geregelte 40-Stunden-Woche. Korrekturen, Unterrichtsvorbereitung und Elternanrufe sind Dinge, die oft zuhause erledigt werden. Ein Arbeitsplatz in der Schule ist oft nicht vorhanden, um den Arbeits- und Privatbereich auch örtlich mehr zu trennen. Gibt es überhaupt „heilige“ Zeiten der Nichterreichbarkeit? Das Thema Zeitressourcen ist auch im Unterricht ein Dauerbrenner. Die Ansprüche einer zeitgemäßen Bildung fordern von Lehrer:innen, dass sie auf ihre Schüler:innen individuell eingehen, das soziale Miteinander fördern, kompetenzorientiert arbeiten und tausende Inhalte vermitteln, die vom Lehrplan vorgegeben werden. Das ist in einer 50-Minuten Einheit kaum zu schaffen. In der Sekundarstufe verschärft sich das Problem, da in der nächsten Stunde die gleichen Herausforderungen in einer ganz anderen Klasse zu bewältigen sind. Schuljahresplanung, Unterstützung bei der Unterrichtsvorbereitung, Austausch von Unterrichtsmaterialien und gute Zusammenarbeit, kollektives Zeitmanagement (Stau am Kopierer und Co...), Aufgabenverteilung im Kollegium und Umgang mit Zusatzengagement, sinnvolle Gestaltung des Arbeitsplatzes in der Schule sind daher weitere Themen, die für einen sinnvollen Umgang mit den Zeitressourcen der Lehrer:innen wichtig sind.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Kooperation und Teamarbeit unter Lehrer:innen fördern: Austausch von Unterrichtsmaterialien,...
- Prinzipien vereinbaren: was ist uns wichtig? Gibt es „heilige Zeiten der Nichterreichbarkeit“?
- Abgegrenzte E-L-Sch Kommunikation z.B. mit schoolfox, Webuntis
- Reflexion von Umgang mit Zeit als Beitrag zu einer Bildung für nachhaltigen Entwicklung im Sinne des One-Health-Approach „Preventing the next pandemic“
 - » [Unterrichtsskizzen](#) und Hintergründe
 - » [Umfangreiche Materialiensammlung](#) zum Thema Zeit
- [Pivot-Punkt-Planung einer Unterrichtsstunde in zehn Minuten](#) von Tobias Rohde (Fritz-Schubert-Institut, Tiroler Initiative Stark fürs Leben)
- Zeiten zum gemeinsamen Feiern (abseits vom Arbeiten)
- Pausenkultur: Regelung der Pausenaufsicht, große Pause als Erholungszeit auch für Lehrer:innen
- Effiziente Gestaltung von Konferenzen
- Regelmäßigen Zeitpunkt für Besprechungen reservieren (Jour fixe)
- Besprechungen teilweise auch online durchführen
- Fortbildungsangebote zu Zeit-Themen, z.B. Zeitmanagement, Einzelkämpfertum vs. Teamwork, Perfektionismus-Problematik „gut ist gut genug“
- Erinnerungskultur: Zeit zum gemeinsamen Erinnern an verstorbene Kollegen:innen. Impulse dazu gibt es im [k+lv](#) Folder „Du fehlst uns“

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Gemeinsame Vereinbarungen und Grundhaltungen festhalten
- Wurden Fortbildungen zum Thema absolviert? Gab es einen Transfer der Inhalte?
- Wie wird mit Eltern kommuniziert? Wie werden die Vereinbarungen diesbezüglich kommuniziert?
- Wie wird Teamarbeit im Kollegium gefördert?



Kriterium

Beziehungen Gestalten

Beziehungen als Ressource Gesunder Schulen

Gelingende Beziehungen sind eine bedeutende Ressource von Schulen und wirken sich positiv auf das psychische und soziale Wohlbefinden von Schüler:innen, Lehrer:innen und Eltern aus. Sie bilden das Fundament für das gemeinsame Lernen und Handeln in der Schule.

Die **Beziehungskompetenz der Lehrer:innen bildet die Grundlage**, auf der ein wohlwollendes und positives Lern- und Entwicklungsumfeld entstehen kann. Eine Grundhaltung, die **auf Anerkennung, Wertschätzung, Verantwortung und Gleichwürdigkeit** beruht, schafft die Basis dieses tragfähigen Bodens.

Positive Beziehungsgestaltung spiegelt sich auch in der Lernmotivation und Arbeitszufriedenheit wider und sorgt dafür, dass sich alle am Lernort und Arbeitsplatz Schule wohlfühlen. Eine gute Beziehungskultur kommt auch im Austragen von Konflikten und Meinungsverschiedenheiten zum Ausdruck. Dazu braucht es Bereitschaft, Offenheit sowie die Fähigkeit, zugewandt zu bleiben, auch wenn Beziehungen herausfordernd werden. Wenn im Zusammenarbeiten und Zusammenwirken Spannungen entstehen, gilt es dran zu bleiben und diese Spannung gemeinsam zu halten, anzuschauen und zu begleiten, ohne sie zu nivellieren. Wenn wir verstehen, wie wir Beziehungen konkret gestaltet können, bleiben wir auch in herausfordernden Beziehungssituationen handlungsfähig. Wir können dann Ideen entwickeln, die individuell und an die Situation angepasst eine Beziehung aufbauen und stärken.

Eine kontinuierliche Auseinandersetzung mit der persönlichen und pädagogischen Beziehungskompetenz sollte daher entwickelt, in den schulischen Alltag integriert und fest verankert werden (vgl. Juul/Jensen, 2019, S.133 ff).¹ Beziehungskompetenz ist dabei als pädagogisches Handwerk zu verstehen, das erlernt werden kann und wichtig für Lehrpersonen ist, die aufgrund ihrer Prozessverantwortung sowie erwachsenen und strukturellen Macht die Führung haben. Beziehungskompetenz heißt, mit sich selbst gut verbunden zu sein, sein Gegenüber zu sehen und dessen Realität anzuerkennen sowie das Miteinander stärkend und beziehungsstiftend zu gestalten.

Die Beziehungskompetenz umfasst drei Ebenen:

- » Ebene der Fachperson: sich selbst zu regulieren, und sein Verhalten anzupassen, ohne sich zu verstellen oder zu verlieren
- » Ebene der Mentalisierung und des Containings: die Fähigkeit, die Welt des anderen aus dessen Blickwinkel zu sehen, sein Fühlen nachzuvollziehen und seine aktuelle Realität ernst zu nehmen
- » Ebene der Gestaltung des Miteinanders im Hier und Jetzt: Führungskompetenz, Interesse, zu Reaktionen einladen, Verantwortung für die Stimmung der Interaktion



Folgende persönliche Qualitäten sind Schlüsselkompetenzen für eine gelingende Beziehungsgestaltung und Beziehungskompetenz. Sie können erlernt, entwickelt und gefördert werden:

- » Gleichwürdigkeit – die Würde des Gegenübers sehen
- » Kinder ernst nehmen und sehen, wie sie sind
- » Authentizität
- » Verantwortung
- » Persönliche Sprache
- » Anerkennung, Offenheit und Interesse zeigen
- » Führungskompetenz und persönliche Autorität

Merkmale im Detail

1. Wir leben an unserer Schule eine Haltung der Gleichwürdigkeit, Wertschätzung und Anerkennung. ! H1, H8

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Leitungspersonen (das sind Schul-, aber auch Klassenleitungen sowie Fachvorständ:innen und Fachkoordinator:innen) können die Basis für ein Schulklima schaffen, in dem Gleichwürdigkeit, Anerkennung und Wertschätzung als Werte und Grundsäulen gelebt werden. Führungspersonen tragen wesentlich dazu bei, dass sich Schüler:innen und Lehrer:innen wohl und zugehörig fühlen, indem sie mit ihrer **eigenen Haltung ein Vorbild** sind und mit ihrem Handeln, ihrer Sprache, dem Ton und der Atmosphäre, die sie in Gesprächen schaffen und in Prozesse einbringen, das Schulklima und die Beziehungskultur beeinflussen.

Gleichwürdigkeit, Wertschätzung und Anerkennung drücken sich in Begegnungen und Beziehungen aus. Schulleiter:innen, die sich der **Bedeutung der Wertschätzung und Anerkennung von Lehrpersonen** bewusst sind, setzen bewusste Schritte dahingehend. Es geht darum, proaktiv und engagiert **Bedingungen in der Schule zu schaffen**, welche Wertschätzung, und Anerkennung fördern und die Selbstfürsorge von Lehrpersonen begünstigen.

Im Schulalltag zeigt sich Gleichwürdigkeit und Wertschätzung auch im Austragen von Differenzen und Konflikten. Gleichwürdige Beziehungen bedeuten nicht, dass alles akzeptiert werden muss, was von Schüler:innen bzw. Eltern und Lehrer:innen in Beziehungen eingebracht wird. Auch Streit und Konflikt sind Teil gleichwürdiger Beziehungen, allerdings mit Achtung voreinander und Zeit füreinander, um auf Augenhöhe einen Weg zu finden.

Gleichwürdigkeit erfordert einen starken Respekt vor der Unterschiedlichkeit und den Werten anderer. Als Schulleiter:in oder Lehrperson gleichwürdig zu handeln bedeutet, sich nicht abzuwenden und zu erwarten, dass andere Beteiligte die eigene Meinung annehmen und verstehen. Die eigene Würde und die des anderen zu erhalten, heißt, **die Reaktion des Gegenübers zu würdigen, stehen zu lassen und im Dialog zu bleiben** (vgl. Menges, 2019, S.42f).¹

Wenn Schulen sich auf den Weg machen ihre Beziehungen zu stärken und Gleichwürdigkeit, Anerkennung und Wertschätzung als Haltung im Schulalltag eine zentrale Rolle spielen, braucht es Leiter:innen, die die Bedeutung von professioneller Beziehungsgestaltung und den tragenden Säulen einer positiven Beziehungskultur verstehen und mit Initiativen unterstützen. Schulen, die sich auf den Weg machen, ihre Beziehungen zu stärken und Gleichwürdigkeit, Anerkennung und Wertschätzung bewusst als tragende Säulen eines positiven Schulklimas zu verankern, sollten Maßnahmen setzen, die langfristig angelegt sind und auf verschiedenen Ebenen zum Ausdruck kommen. Es gibt verschiedene Ebenen und Bereiche, an denen von Seiten aller Leitungspersonen angesetzt werden kann.



¹ vgl. Menges, 2019, S.42f)

Checkliste (mind. 5 von 7):

1.	Kollegium: Investition in die Stabilität und das Wir-Gefühl des Lehrkörpers	
2.	Willkommenskultur: Offenheit, Herzlichkeit und Interesse signalisieren	
3.	Wertschätzender Führungsstil: Menschen und ihre Expertise sehen und hereinholen	
4.	Umgang mit Konflikten: wertschätzende Kommunikations- und Konfliktkultur, d.h. Gespräche finden als Dialoge auf Augenhöhe statt - auch im Fall eines Konfliktes.	
5.	Gemeinsame Fortbildung im Team: Fort- und Weiterbildung im Schulteam zum Thema Beziehungskompetenz ist wichtig für den Aufbau und die Gestaltung einer positiven Beziehungskultur an der Schule	
6.	Schulische Unterstützungssysteme: Stärkung der Zusammenarbeit mit schulischen Unterstützungssystemen und unterstützenden Strukturen, z.B. Schulpsychologie, Schulsozialarbeit, Beratungslehrer:innen	
7.	Konferenzkultur: Haltung der Achtsamkeit und Wertschätzung in Gesprächen, Konferenzen	

Bewertung**JA****1 Punkt**

- Checkliste: Umsetzung von individuellen Maßnahmen in mind. 5 von 7 Bereichen

**NEIN****0 Punkte****Impulse für die Umsetzung****Kollegium**

- Neue Kolleg:innen gut integrieren
- Kollegiales Feedback und Raum für Fallbesprechungen ermöglichen eine tiefere Zusammenarbeit und fördern die gegenseitige Unterstützung
- Einführung und Gestaltung von Ankommensphasen am Morgen zur Förderung der Teamarbeit und des Austausches
- Eingeplante regelmäßige Zeitfenster für Kommunikation und Austausch von Teams, Fach- und Arbeitsgruppen
- k+lv [Willkommensbox](#) zur Unterstützung im Onboardingsprozess bei neuen Teammitgliedern

Willkommenskultur

- Gemeinsame Feste, Rituale, bewusste Übergänge
- Offene Türen und Zeiten für Lehrer:innen, Schüler:innen, Eltern und deren Anliegen
- Räume und Möglichkeiten, mit Eltern in Kontakt zu kommen und den Austausch zu pflegen
- Rituale um Erst-Klässler an der Schule willkommen zu heißen (z.B. Buddies, ...) oder Willkommenspakete für Quereinsteiger:innen (Schüler:innen und Lehrer:innen)

Motivierender Führungsstil

- Expertise einzelner Lehrpersonen anerkennen und hereinholen
- Gerechte und transparente Verteilung von Aufgaben und Verantwortungsbereichen
- Positive Feedbackkultur
- Transparente Kommunikation
- [7 Sprachen der Wertschätzung](#) nach Günter W. Remmert

Umgang mit Konflikten

- „Politik der offenen Türen“
- Zeit nehmen für Konflikte und immer versuchen zu ergründen, welche Bedürfnisse und Anliegen dahinter liegen.
- Für eskalierende Situationen gibt es an unserer Schule ein Handlungsmodell, an dem wir uns in herausfordernden Momenten orientieren können, um wertschätzend und gleichwürdig interagieren zu können und die Bedürfnisse aller zu sehen und zu hören. (à siehe auch Gewaltprävention)

Schulische Unterstützungssysteme

- Klare Übersicht an Personen und Organisationen, die bei Bedarf weiterhelfen können (SchuSo, Beratungslehrer:in...)
- Handlungskonzept und gemeinsamer Fahrplan in Krisensituationen

Konferenzkultur

- Wertschätzende Gesprächs- und Kommunikationskultur
- mit einer Achtsamkeitsübung beginnen und so die Möglichkeit schaffen, die Aufmerksamkeit nach innen zu richten und die eigene Präsenz zu schärfen
- Im Video „Die 9. Intelligenz“ bekommt man einen Einblick, wie die Selbstkompetenzen Teil der gemeinsamen Schulkultur werden können (www.familylab.de)
- [Video von Helle Jensen](#): Hellwach und ganz bei sich Teil 1 und 2
- [Buchtipps](#): Helle Jensen: Hellwach und ganz bei sich, Miteinander
- Literaturpool zum Thema Selbstreflexivität im Konferenzzimmer
- [Wertschätzungskärtchen](#) in der Woche der Wertschätzung (Woche vor den Semesterferien) oder in einem passenden Moment verschenken.
- Impulse der k+lv Newsletter-Plakate als Einstieg oder Ausklang einer Konferenz einsetzen.

Gemeinsame Fort- und Weiterbildung als Team zum Thema Beziehungskompetenz werden organisiert

- Fort- und Weiterbildung im Schulteam ist wichtig für den Aufbau und die Gestaltung einer positiven Beziehungskultur an der Schule
- Fort- und Weiterbildungsangebote können gut in den Schulalltag integriert werden, wenn sie regelmäßig stattfinden und ein fixer Nachmittag im Monat dafür reserviert ist
- Supervision und kollegiale Beratung als Angebote etablieren, um die Beziehungskompetenz zu vertiefen und zu reflektieren (Siehe Kriterium Teamgesundheit I [Seite 109](#))

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- [Checkliste](#)
- Nachweise zu den Maßnahmen (Fortbildungen, Fotos, Konferenzprotokolle...)
- Wie können wir eine wertschätzende Gesprächs- und Kommunikationskultur in Konferenzen etablieren? z.B. gemeinsame Fortbildungen als SchILF



2. Wir sensibilisieren an unserer Schule die Lehrer:innen dafür, die Verantwortung für die Qualität der Beziehung mit den Schüler:innen zu übernehmen. ! H1, H2, H8

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Gelingende Beziehungen haben eine große Wirkung im schulischen Alltag und sind für alle Beteiligten eine große Stütze und Stärkung.

- » Beziehung ist ein Raum, der durch Interaktion von mindestens zwei Beteiligten gestaltet wird.
- » Beziehung ist, wie etwas gesagt/getan wurde und wie es gehört/erfahren wurde und nicht, was gesagt oder getan wurde
- » Beziehung ist ein individuelles und emotionales Erleben
- » Beziehung ist immer gestaltbar, jedoch nicht einseitig bestimmbar

Die Beziehung zwischen einer erwachsenen Lehrperson und einer Schüler:in ist asymmetrisch. Die Partner der Beziehung sind nicht gleichgestellt. Die Lehrperson hat auf Grund ihrer Position an der Schule und ihres Alters und Erfahrung mehr Macht als die Schüler:innen. Und aus dieser Macht resultiert auch die Verantwortung für die Qualität der Beziehung. Das bedeutet, dass die Lehrperson vorangehen und dafür sorgen muss, dass die Beziehung auch die Qualitäten beinhaltet, die für ein gutes Lern- und Entwicklungsfeld notwendig sind. Das erfordert **Qualitäten wie Respekt, Interesse, Empathie und Toleranz**.

In ruhigen, stressfreien Situationen lässt sich das gut umsetzen, doch wie werden Lehrpersonen diesem Anspruch gerecht, wenn der Tag in vollem Gange ist und die Lehrperson in vielen verschiedenen Situationen gleichzeitig gefordert ist? Besonders in diesen Momenten ist es hilfreich, wenn die Lehrperson dafür sensibilisiert wird, dass sie die Verantwortung für die Qualität der Beziehung und für die Atmosphäre im Klassenzimmer trägt – wie schwierig es auch erscheinen mag. (vgl. Jensen, S.29, 2014).

Sollen die Kinder lernen, Verantwortung für sich und auch für andere zu übernehmen, müssen die Erwachsenen mit ihrem Wesen und ihrem Tun mit gutem Beispiel vorangehen. Das Verantwortungsgefühl der Kinder entwickelt sich am besten, wenn sie mit Erwachsenen zu tun haben, die Verantwortung praktizieren. Persönliche Verantwortung bedeutet, dass alles, was ich sage und tue, als ein Teil von mir und als in meiner eigenen Verantwortung liegend gesehen wird (vgl. Juul/ Jensen, S.103, 2019).

Das stellt hohe Ansprüche an die Lehrpersonen, vor allem in herausfordernden Situationen die Verantwortung für die Qualität und Gestaltung der Beziehung zu übernehmen. Um dieser Verantwortung gerecht zu werden, braucht es die Kompetenz, gesunde und tragfähige Beziehungen aufzubauen und ein grundlegendes Wissen über alle drei Beteiligten einer Beziehung: über sich selbst – die Beziehung als solche – und über das Kind. Dabei schafft die Haltung der Gleichwürdigkeit den Boden für eine Begegnung auf Augenhöhe. Dem Kind gleichwürdig und auf Augenhöhe zu begegnen, bedeutet, die von den Kindern ausgehenden Botschaften, ob verbal, nonverbal oder emotional, als gleichberechtigt bedeutungsvolle Botschaften zu sehen, zu hören und ernst zu nehmen (vgl. Juul/Jensen, 2019, S.171ff).

Folgende Maßnahmen können für eine bewusste und professionelle Übernahme der Beziehungsverantwortung sensibilisieren und die Beziehungskompetenz von Lehrpersonen fördern:

Checkliste (mind. 3 von 5):

1.	Klassenregeln sowohl für Schüler:innen als auch für Lehrer:innen erarbeiten	
2.	Prinzip der Augenhöhe im Umgang mit störendem Verhalten üben und umsetzen	
3.	Wertschätzung und Anerkennung der Schüler:innen im Schulalltag fördern	
4.	Wertschätzende Kommunikation entwickeln und üben	
5.	Achtsamkeit entwickeln, um auf die Stimmung und Atmosphäre der Klasse zu reagieren und konkrete Schritte zu setzen	



Wenn es den Lehrpersonen gelingt, den Unterricht die meiste Zeit authentisch und beziehungsreich zu gestalten, kann das Auswirkungen auf die Kinder und die gesamte Klasse haben. Denn dann fungiert die Lehrperson als ein Rollenmodell und die Worte und Handlungen stimmen miteinander überein. Das ist die Voraussetzung, um Kinder wirklich erreichen zu können.

Bewertung**JA****1 Punkt**

- Checkliste: Umsetzung von individuellen Maßnahmen in mind. 3 von 5 Bereichen

**NEIN****0 Punkte****Impulse für die Umsetzung****Klassenregeln sowohl für Schüler:innen als auch für Lehrer:innen erarbeiten**

- Die Haltung der Gleichwürdigkeit ist beim gemeinsamen Erarbeiten von Klassenregeln erlebbar: „Was wünschen sich und brauchen Schüler:innen von den Lehrpersonen, um sich wohl zu fühlen und gut lernen zu können?“, „Was wünschen sich Lehrpersonen von den Schüler:innen?“
- Sehr anschaulich wird diese Erarbeitung in einem Video dargestellt. [Gemeinsam sind wir Klasse - Klassenregeln einführen](#)
- Gleichwürdigkeit drückt sich in der täglichen Begegnung mit Schüler:innen aus, wenn man als Lehrperson den Verhaltensweisen eines Kindes anerkennend gegenübertritt, auch wenn sie einem fremd sind, sie ablehnt oder schulische Abläufe durch sie „gestört“ werden. Gleichwürdigkeit eröffnet hier eine Begegnung auf Augenhöhe, die eine authentische Begegnung und Beziehung möglich macht.
- Lehrpersonen entwickeln eine Sensibilität bei sich und anderen dafür, wenn alte Muster von Machtausübungen und unpersönlicher Autorität bedient werden.
- Sich als Lehrperson bei der Schüler:in entschuldigen, wenn man eine abwertende Äußerung getätigt hat.

**Prinzip der Augenhöhe im Umgang mit störendem Verhalten üben und umsetzen**

- Besonders wirkungsvoll ist es, wenn es uns gelingt, die uns störenden Schüler:innen in Lösung-en miteinzubeziehen. Wir können eine Brücke schaffen mit Fragen wie: "Was kann ich dafür tun, dass du wieder besser mitarbeiten kannst?" "Was brauchst du...?"
- Störendes Verhalten in einem ruhigen, vertrauten Setting nach dem Unterricht mit dem Kind/ Jugendlichen besprechen, womit oft schon eine Deeskalation erreicht wird und die Beziehung gestärkt wird. Solche Gespräche können auch im Beisein der Schulleitung stattfinden, die als Moderator:in in angespannten Situationen für Lehrer:in und Schüler:in beiseite stehen kann. Solche Gespräche sollen den Raum öffnen, um sich in die Situation der Lehrperson und der Schüler:in einzufühlen und sie in ihrer Beziehung zu unterstützen.



- Beispiel für einen Dialog auf Augenhöhe: „Ich habe gemerkt, dass es dir schwerfällt, mitzuarbeiten und bei der Sache zu sein. Du hast vielleicht Angst, dass ich dir jetzt Vorwürfe machen will, aber mir geht es darum zu verstehen, was eigentlich mit dir los ist...“

Wertschätzung und Anerkennung im Schulalltag fördern

- Kindern die Erfahrung ermöglichen, sich willkommen und anerkannt zu fühlen, einbezogen zu sein und gesehen zu werden
- Teilnahme an der Initiative "Stark fürs Leben", Einführung des Unterrichtsfachs "Stark fürs Leben"
- In einem Wochenabschlusskreis werden die persönlichen „Highlights der Woche“ geteilt
- Sich gegenseitig positive Rückmeldungen geben, in dem Namenskarten gezogen werden und man dieser Person eine Anerkennung schreibt oder sagt
- „Warme Dusche“ – positive Rückmeldungen aus der Gruppe an einen Person
- Ritualisierte Kultur der Wertschätzung etablieren: Lehrer:innen schreiben Anerkennungsbriefe an ihre Schüler:innen und pflegen die Kultur der positiven Rückmeldung und des Gesehenwerdens

Wertschätzende Kommunikation fördern

- Das Formulieren von Ich-Botschaften üben
- Das VW-Prinzip üben: Statt Vorwürfe und Kritik werden Wünsche formuliert, um Schüler:innen eine Richtung vorzugeben
- Üben das konkrete Verhalten zu benennen und nicht zu werten oder zu generalisieren

Achtsamkeit, um auf die Stimmung und Atmosphäre der Klasse zu reagieren und konkrete Schritte zu setzen

- Bewusste Klassenführung und Beziehungspflege z.B. mit Gesprächskreisen, Klassenrat, Wochenschau.
- Soziale Integration, Zugehörigkeit und Wohlbefinden in der Klasse fördern durch gruppendynamische Übungen, Übungen aus der Erlebnispädagogik etc.
- Rituale geben den Schüler:innen Halt im täglichen Miteinander und bauen Ängste ab. Reflektieren, welche der Rituale im jeweiligen Unterricht umsetzbar und sinnvoll sind [Ideen unter: Forrefs](#)
- Weitere Ideen: [Schule im Aufbruch](#)
- Impulse, Webinare, Literaturvorschläge, aktuelle Zeitschriften und Vortragstipps zur Beziehungskompetenz werden weitergeleitet und bekannt gemacht

Zur weiteren Vertiefung möchten wir auf die [Give Praxisbroschüre "Gute Beziehungen in der Schule"](#) aufmerksam machen. Sie umfasst anschauliche Informationen zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, stellt den Zusammenhang zur Gesundheitsförderung her und wie gute Beziehungen mit diesen in enger Verbindung stehen. In der Broschüre sind praktische Tipps zur Umsetzung im Schulalltag, hilfreiche Übungen und Methoden sowie zahlreiche Hinweise zu Unterstützungsangeboten zu finden.

Auch das [Projekt PERMA.teach](#) ist eine wertvolle Ressource zur Beziehungsgestaltung. Es basiert auf dem gleichnamigen evidenzbasierten Modell der Positiven Psychologie und hat Persönlichkeitsentwicklung und die Förderung persönlicher Ressourcen zum Ziel. Die digitalen Fortbildungsreihen und umfangreichen Materialien sind kostenlos.

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- [Checkliste](#)
- Nachweise zu den Maßnahmen (Fortbildungen, Konferenzprotokolle...)
- Wie können Sog-Effekte gestaltet werden, um z.B. gute Atmosphäre in mehr Klassen zu schaffen?
- Wie können Lehrpersonen motiviert werden, Wertschätzung und Anerkennung von Schüler:innen im Schulalltag zu fördern? Wie kann man Lehrpersonen für Achtsamkeit diesbezüglich sensibilisieren?

3. An unserer Schule ist gelingende Elternzusammenarbeit eine wesentliche Säule (Für TFBS nicht relevant). ! H2

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Eltern sind die Experten für ihr Kind und wir beziehen sie als Bildungspartner:innen mit ein. Der Kontakt mit den Eltern ist uns wichtig. Neben den jährlichen Gesprächen zur individuellen Entwicklung der Schüler:innen, sehen wir Elterngespräche als eine Chance, um gemeinsame Ziele zu bilden und Kinder ganzheitlich zu begleiten. Uns ist wichtig, in Gesprächen den Raum zu öffnen, die individuelle Realität des Kindes jenseits von Leistung zu sehen und anzuerkennen. Wie sieht gelingende Elternzusammenarbeit aus?

Eltern kommen immer als Privatpersonen zu einem Elterngespräch und zeigen sich mit einem sehr persönlichen und verwundbaren Teil ihres Lebens, wenn es um ihr Kind geht. Die Lehrperson ist in ihrer beruflichen Rolle präsent und übernimmt die Gastgeber:innenrolle. Die Beziehung ist somit von einer Asymmetrie geprägt.

Die Lehrperson hat in Elterngesprächen die Verantwortung, eine offene Gesprächskultur zu initiieren und das Gespräch wertschätzend zu führen. Sie hat in ihrer professionellen Rolle für gute Qualität des Dialogs zu sorgen und eine Begegnung auf Augenhöhe zu ermöglichen. (vgl. Menges, 2019, S.56f.)²

Perspektive in der Oberstufe:

Die Einbindung der Erziehungsberechtigten ist auch in der Oberstufe wichtig. Dies kann man erreichen, indem man Erfolge, Talente und Arbeiten von Schüler:innen auf der Schulhomepage darstellt. Schüler:innen-Arbeiten können auch mittels Ausstellungen, Teilnahme an Wettbewerben sichtbar gemacht werden und an die Eltern weitergeleitet werden.

Eine aktive Zusammenarbeit mit Eltern und Erziehungsberechtigten wird in den drei Säulen Elternverein, Schulgemeinschaftsausschuss und gewählte Elternvertreter:innen deutlich und sichtbar gemacht.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Eltern durch strukturierte Formen der Zusammenarbeit als Ressource anerkennen und ihnen das Gefühl geben an der Schule willkommen zu sein
- Elternbeirat, thematische Arbeitsgruppen, Fortbildungsangebot für Eltern
- Raum für Begegnung und Austausch von Eltern untereinander und mit Lehrer:innen schaffen: Eltern-Café, Elternabende- oder Nachmittage sowie Schulfeste und gemeinsame Projekte
- Eltern stärker als Akteure in die Bildungsabläufe einbeziehen heißt auch, ihnen räumlich einen Platz im Bildungsgefüge zuzugestehen: einen Ort an dem sie sich treffen, sich untereinander austauschen, in einem einladenden Ambiente auf ihr Kind/ihre Kinder warten oder mit pädagogischen Verantwortlichen ihres Kindes/ihrer Kinder das Gespräch suchen können.
- Eltern aktivieren auf die Schulwebsite zu gehen
- stärkenorientierter Blick: Eltern einladen besondere Talente ihrer Kinder zu erleben (Sprachwettbewerb, Aufführungen,...)
- Nicht nur bei Problemen, sondern auch bei erfreulichen Anlässen als Lehrperson das Gespräch mit Eltern suchen
- Unterstützung und Beratung beim Lernen: Lehrer:innen beraten und geben Tipps, wie sie ihr Kind motivieren und beim Lernen unterstützen können
- Vermitteln von Hilfsangeboten und Unterstützungssystemen
- [Projekt Eltern-Zusammen-Arbeit](#) von Schule im Aufbruch
- Einbeziehen der Schüler:innen in Gespräche von Lehrer:innen und Eltern (in MS: KEL-Gespräche) - Elternabend, Elterncafé
- Aktive Zusammenarbeit in Elternverein, SGA, Schulforum und mit den gewählten Elternvertreter:innen; diese Zusammenarbeit sichtbar machen!
- Gemeinsame Lehrerfortbildung zu „Beziehungsorientierte Elterngespräche“
- Kommunikationsebenen mit Eltern – regelmäßige Emails und Elternbriefe, Elternabende, gemeinsamer Austausch angeregt durch Vorträge (Safer Internet, Clever lernen,...)
- Elternbildungsangebote – Lehrer:innen und Eltern nehmen gemeinsam daran teil...

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Gibt es ein Konzept für aktive und gelingende Elternzusammenarbeit?
- Welche Sensibilisierungsmaßnahmen wurden durchgeführt für Lehrer:innen? Für Eltern/ Erziehungsberechtigte?
- Begehung: Räume für Eltern...
- Schulhomepage

4. Wir fördern an unserer Schule die Selbstwahrnehmung und unterstützen kompetent im Umgang mit Stress. ! H4, H6

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Sowohl Lehrer:innen als auch Schüler:innen fühlen sich in der Schule häufig unter Druck, sind gestresst, angstvoll und ausgelaugt. Angst, Scham, Druck und Versagensängste blockieren das Lernen, das Lehren und die Kreativität. Daher sollen Schüler:innen Möglichkeiten des eigenen Stressmanagements und der Emotionsregulierung kennenlernen. Auf der Organisationsebene Schule gilt es, Schüler:innen bei Prüfungsängsten und Leistungsdruck zu begleiten, um ein angstfreies Klima zu schaffen. Lehrpersonen können üben, in Stresssituationen innezuhalten, um die Situation bewusst zu steuern. Innere Achtsamkeit und Selbstberuhigung können helfen, für kreative Lösungen offen zu bleiben, in die sich auch Schüler:innen einbringen können.

Die Beruhigung von Erwachsenen und Kindern tritt in erster Linie durch Co-Regulation ein. Menschen beruhigen sich, wenn sie sich sicher fühlen, sich angenommen wissen und wenn Gefühle ausgedrückt werden können. Um das zu lernen brauchen Kinder ein Gegenüber, das dem Ausdruck ihrer Gefühle einen sicheren emotionalen Raum gibt.

Es geht also darum, einen Raum zu schaffen, in dem Schüler:innen sich wahrgenommen fühlen und die Gefühle gemeinsam verdaut werden können. Bereits im Grundschulalter entwickeln Kinder einen flexiblen und sicheren Umgang mit den eigenen Gefühlen, um sich selbst angemessen zu regulieren, sofern sie bereits Beruhigung über Co-Regulation erfahren haben. Für die Selbststärkung sind folgende Aspekte der Regulation besonders bedeutsam - Lehrpersonen können damit Kinder gezielt begleiten und co-regulieren:³

Beruhigung braucht Zulassen von Gefühlen

- » Wenn Gefühle Raum und Halt bekommen, haben sie eine natürliche Dynamik von Anschwellen und Abebben. Da zu sein, die Gefühle "mitzuverdauen" und die Gefühle im Hier und Jetzt anzuerkennen, hilft Kindern und Jugendlichen, einen inneren Umgang mit schwierigen Gefühlen zu erlernen.

Beruhigung findet face-to-face statt

- » Kinder brauchen ein ruhiges Gegenüber, das ihnen hilft, sich zu regulieren. Sie entwickeln erst durch echte Interaktion, d.h. face-to-face, die Resilienz, die sie für die Regulation brauchen.

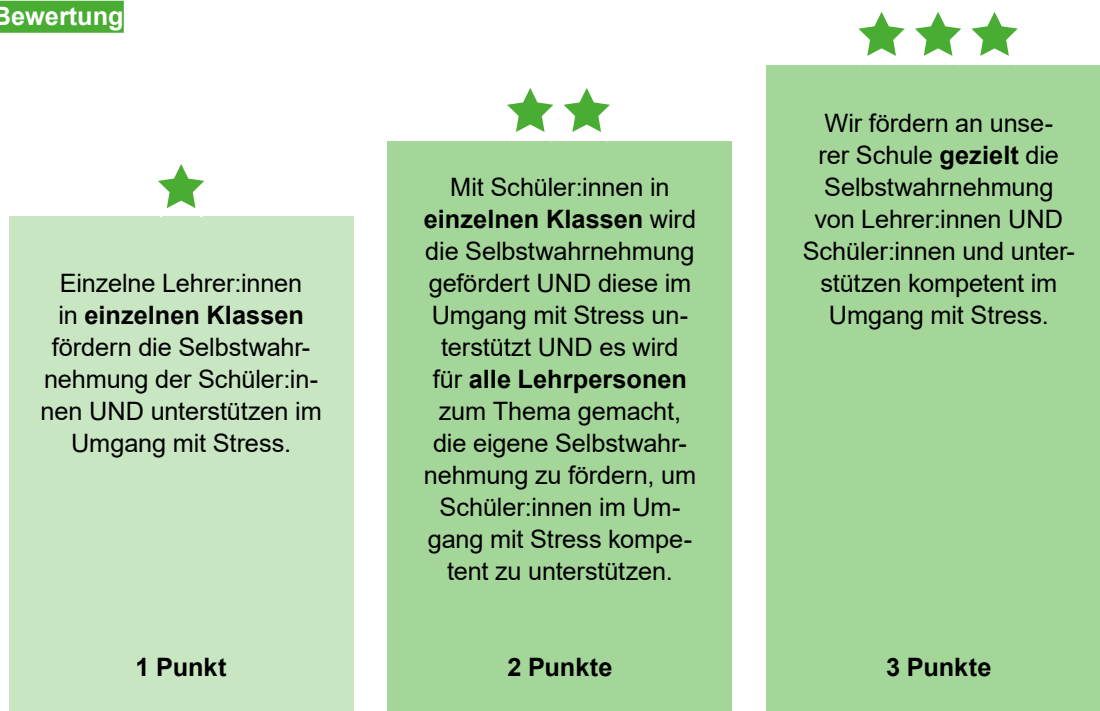
Beruhigung braucht Sicherheit

- » Empfundene Sicherheit ist die Voraussetzung für soziales Verhalten und für die Nutzung der kreativen und produktiven Gehirnstrukturen. Ruhige Lehrpersonen schaffen für Kinder ein Gefühl von Sicherheit im Umgang mit ihren Gefühlen.

Beruhigung braucht Selbstanbindung

- » Selbstanbindung (die Fähigkeit, seine Aufmerksamkeit nach innen zu richten und sich auf einer körperlichen Ebene mit sich selbst zu verbinden) ist eine wichtige Voraussetzung zur tiefen Selbstberuhigung. Ein Erwachsener, der mit sich selbst verbunden ist, kann beruhigen, ermutigen und inspirieren.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Angebote an der Schule zur Förderung von Ausgleich, Regulierung und Achtsamkeit (Yoga, Singen, Bewusst in den Tag,...) etablieren
- Arbeit an der Haltung und dem Bewusstsein von den 4 Aspekten der Regulation als Lehrperson
- als Lehrpersonen und im Team reflektieren, wie ein sicherer und vertrauensvoller Raum für Lehrpersonen untereinander und für die Schüler:innen geschaffen werden kann
- Übungen zur inneren Präsenz und Selbstanbindung als Teil der Arbeitskultur in Konferenzen und Meetings etablieren (vgl. DVD [Die 9.Intelligenz – die Intelligenz des Herzen](#))
- Sich gemeinsam als Kollegium auf den Weg machen und Tools zur Selbstanbindung ausprobieren und sich darüber austauschen, z.B. mit der Landkarte der 5 Tore: "Unseren 5 natürlichen Kompetenzen": Der Zugang zu Herz, Körper, Atmung, Bewusstsein und Kreativität steht uns immer zur Verfügung (vgl. Jensen, 2014, S. 38f).⁴
- Teilnahme an Fortbildungen der PH, speziell im Bereich Bildung für nachhaltige Entwicklung und Gesundheit
- Sich mit dem k+lv [Tagtraumbingo und/oder dem Kreisel „Don't quit your daydreams“](#) eine kurze Pause gönnen.

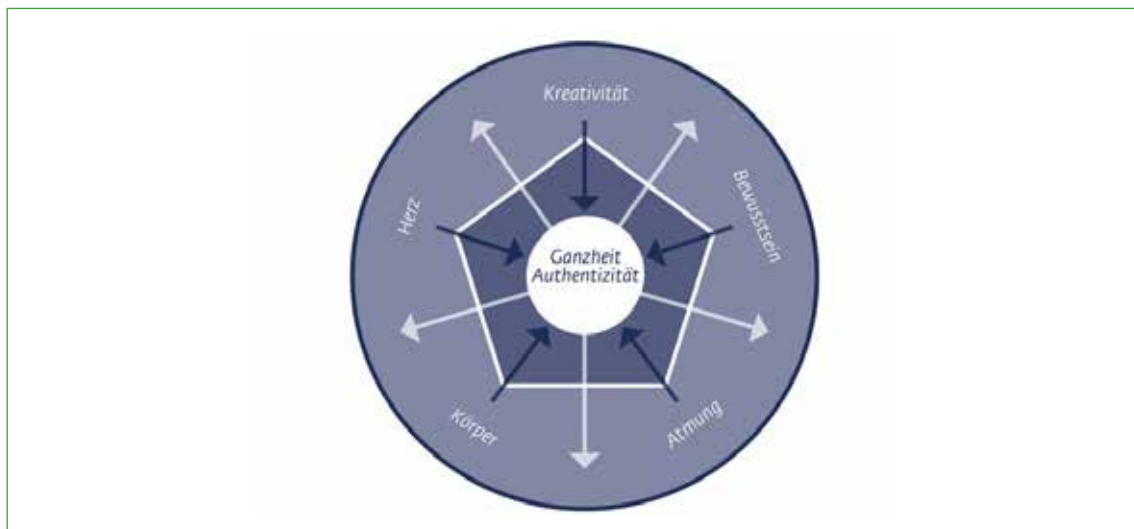


Abbildung: Das Pentagramm

Quelle: Jes Bertelsen⁵

- **Mit Schüler:innen:**
 - » Übungen zur inneren Zentrierung, Achtsamkeit und Selbstwahrnehmung sind in Stundenübergängen integriert und werden am Vormittag regelmäßig eingebaut
 - » [Hier gibt's eine Sammlung](#) von vielen kurzen und mit Videos angeleiteten Übungen
 - » Achtsamkeitsübungen werden in den Unterricht integriert
 - » Vorträge und Inspiration zur Etablierung von Achtsamkeit, Mitgefühl und Empathie an unserer Schule... [hier ein Vortrag von Helle Jensen zu Achtsamkeit im Schulalltag](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Werden Achtsamkeitsübungen/ Selbstwahrnehmungs-Übungen für Schüler:innen und Lehrer:innen angeboten?
- Gibt es organisatorische Rahmenbedingungen, um Schüler:innen bei Prüfungsangst und Umgang mit Leistungsdruck zu unterstützen?
- Gibt es Raum für Gefühle? Wohin kann eine Lehrperson gehen, um Schüler:innen im "Hier und Jetzt" und "Face-to-Face", im Umgang mit Gefühlen zu unterstützen?

⁴ vgl. Jensen, 2014, S. 38f

⁵ Jes Bertelsen (aus Jensen u.a.: Hellwach und ganz bei sich, Beltz 2014), www.empathie-macht-schule.de



Kriterium Teamgesundheit

Lehrer:innen haben einen wesentlichen Einfluss auf die Unterrichtsqualität und damit auch auf den Lernerfolg, der sich auf Schüler:innen auswirkt. Der Umgang mit den unterschiedlichen externen und internen Anforderungen im Team basiert auf den Leistungsvoraussetzungen, den vorhandenen unterstützenden Ressourcen und den Belastungsfaktoren, die die Aufgabenerfüllung im Schultag erschweren oder erleichtern. Dieses Kräftespiel wirkt individuell auf die Person und wird von manchen als Herausforderung, von anderen als Überforderung erlebt. Umso wichtiger ist es deshalb, Gesundheit im Lehrer:innenteam zu fördern und auszubauen.

Als Teamgesundheit versteht sich eine ganzheitliche Erfassung der Bedürfnisse des Lehrer:innenteams in Schulen, **bei der eine Sensibilisierung und Stärkung der Gesundheit von Schulleitungen, Lehrer:innen sowie des nicht-unterrichtenden Personal** zu einer positiv gestalteten Arbeits- und Lebenswelt Schule beitragen. Eine Gesunde Schule verfolgt konkrete Maßnahmen zur Gesundheitsförderung des Teams, die darauf abzielen, den auf ihre Verhältnisse zugeschnittenen Entwicklungsprozess zu gestalten, bei dem Arbeits- und Kommunikationsprozesse, die Führung und auch die Kultur der Schule auf gesundheitsförderliche Wirkung zunächst entwickelt und im Verlauf optimiert werden. Zudem soll eine Gesunde Schule befähigt werden, tiefgreifende Entwicklungsprozesse zu initiieren, zu steuern und deren langfristige Wirkung zu sichern.



Abbildung: Resiliente Lehrer:innen
Quelle: Siegfried Seeger¹

1

Seeger, S. (2021). Online Seminarreihe: Gesunde Schule in virulenten Zeiten - Gesundheitsförderung als Ressource erkennen und gestalten.



Merkmale im Detail

1. Maßnahmen zur Stärkung der Teamgesundheit sind an unserer Schule etabliert und werden genutzt. ! H2, H4, H5

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Gute Schulen brauchen gesunde Lehrkräfte – **gesunde Lehrkräfte sind Voraussetzung für den Erfolg von Schulen**. Viele der gesundheitsgefährdenden Belastungen in Schulen sind nur gemeinsam zu beseitigen (z.B. ineffiziente Arbeits- und Kommunikationsprozesse, mangelnde Kooperation, etc.).

Interne und externe Herausforderungen im Team sind sehr unterschiedlich. Daher müssen Maßnahmen individuell auf den Bedarf abgestimmt, entwickelt und umgesetzt werden. In einer Gesunden Schule sollen deshalb individuelle Maßnahmen zur Stärkung der Teamgesundheit gemeinsam entwickelt und umgesetzt werden. Besonders Teamaktivitäten und organisatorische Veränderungen wie die Umgestaltung des Lehrer:innenzimmers können zu einem Wohlfühlort Schule beitragen und dafür sorgen, dass sozialer Austausch möglich wird. An einer Gesunden Schule soll ein Augenmerk auf die Stärkung des Teams und die Nutzung der Maßnahmen durch das Schulteam (Schulleitung, Lehrer:innen, nicht-unterrichtendes Personal) gelegt werden.

Bewertung

✓

JA

1 Punkt

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen zur Stärkung der Teamgesundheit

✗

NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Gemeinsame Ausflüge zur Stärkung des Lehrer:innenteams
- Informelle Kommunikationsstrukturen aufbauen
- Rückzugsräume für Lehrer:innen gestalten
- Durchführung von Interventionen
- Stärkung persönlicher Kompetenzen der Lehrer:innen ermöglichen
- Lehrer:innen werden bei Entscheidungsprozessen und Maßnahmengestaltung miteinbezogen
- Analyse der Bedürfnisse für Lehrer:innen durchführen
- Analyse der Gesundheitsressourcen- und Belastungsfaktoren
- Ausbau eines Supportsystem (z.B. Supervision, Coaching, kollegiale Fallberatung, Peer Supervision, ...)
- ausreichende Anzahl sowie Ausstattung der Arbeitsplätze
- gerechte Stundenplangestaltung und Aufgabenverteilung
- Ermöglichung der Teilnahme an Angeboten zur Stärkung der Resilienz, zu Stressmanagement
- Schaffung offener Kommunikationsstrukturen
- Ein wertschätzender Umgang in der Schule
- Entwicklung gemeinsamer Werte, Überzeugungen und Regeln (Leitbild)
- mitarbeiterorientierte und situative Führung (Führungskräftecoaching)
- weitere Maßnahmen zur Stärkung von Selbst- und Sozialkompetenz im Kollegium

- Maßnahmen zur Schaffung eines offenen, vertrauensvollen Schulklimas, in dem Angebote angenommen werden
- Folder für Landeslehrer:innen (Arbeitsmedizin und Sicherheit)
- [Folder Burnout-Prävention für Lehrer:innen](#) (erhältlich bei der ÖGK)
- Das [Handbuch „Gesundheitsförderung für Lehrerinnen und Lehrer“](#) mit Beispielen zeigt mögliche Zugänge und Methoden auf wie die Lern- und Arbeitswelt Schule in Richtung mehr Gesundheit für Lehrer:innen gehen kann
- Angebote der BVAEB: [Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Schule Lehrer:innengesundheit](#)
- [Lehrer:innen-Coaching](#)
- [Inanspruchnahme einer BIA-Messung](#)
- Die gesundheitsfördernden Maßnahmen für Lehrer:innen beziehen ganzheitliche Angebote in den Bereichen Bewegung, Ernährung und psychische Gesundheit mit ein.



Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation/Sichtbarmachen der Maßnahmen (z.B. Ausflüge)
- Protokolle von umgesetzten Maßnahmen
- Dokumentation zur Erhebung der Bedürfnisse von Lehrer:innen
- Dokumentation der Maßnahmenentwicklung und –umsetzung
- Dokumentation/Sichtbarmachen der Inanspruchnahme von Maßnahmen im Team

2. Systematische Erfassung und Verankerung von Maßnahmen zur Teamgesundheitsförderung sind an unserer Schule etabliert. ! H2, H4, H5

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

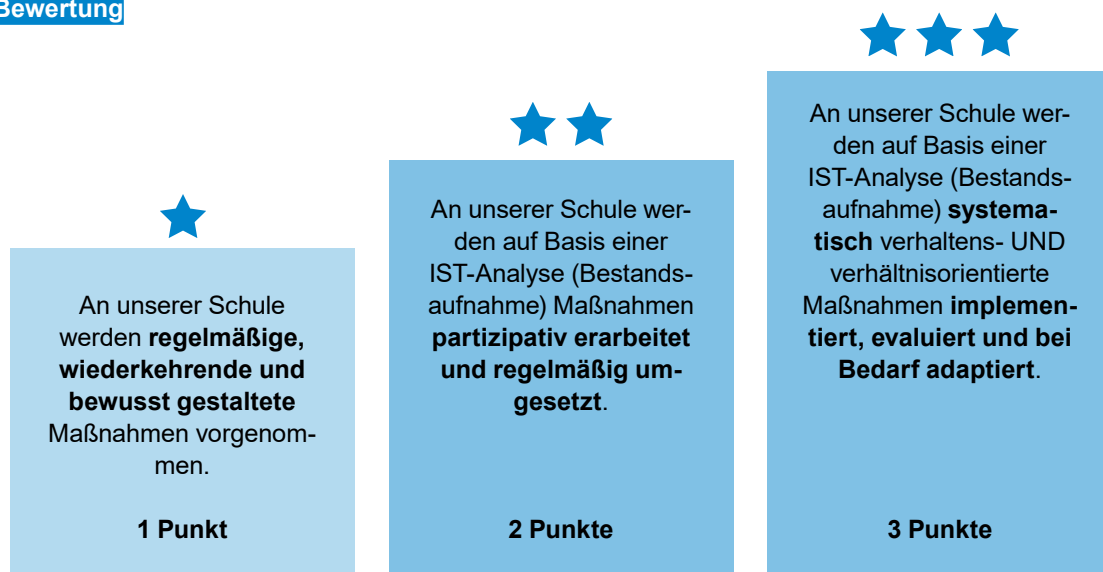
Eine Gesunde Schule entwickelt auf ihre Verhältnisse und Bedingungen zugeschnittene Maßnahmen zur Gesundheitsförderung im Team. Dabei unterscheiden sich Schulen hinsichtlich ihrer Stärken, Schwächen und spezifischen Bedingungen, weshalb Standardinterventionen nicht sinnvoll und erfolgsversprechend sind. Eine differenzierte Analyse zum Gesundheitsstatus und beeinflussenden Faktoren (Belastungen, Ressourcen) des Lehrer:innenteams, dienen als Grundlage der Entwicklung schulspezifischer Maßnahmen. Auf diese Art und Weise werden Schwächen reduziert und Stärken im Team ausgebaut.

Darüber hinaus trägt die Kombination aus verhältnis- und verhaltensorientierten Maßnahmen den größten Erfolg in Hinblick auf eine langfristige Förderung der Gesundheit bei. Es handelt sich um unterschiedliche Ansätze, Maßnahmen zur Gesundheit zu setzen. Verhaltensorientierte Maßnahmen nehmen Einfluss auf das individuelle Gesundheitsverhalten (z.B. Lebensweise, Aufklärung, persönliches Risikoverhalten), während verhältnisorientierte Maßnahmen (z.B. Strukturen, Arbeitssituation, Arbeitsumwelt, soziale Netzwerke) die Veränderungen der Arbeits- und Lebensbedingungen beeinflussen. Neben der Sensibilisierung für die Gesundheit mit verhaltens- und verhältnisorientierten Maßnahmen spielen zudem eine wertschätzende Kommunikation und gegenseitige Unterstützung eine bedeutende Rolle.

Im Sinne der systematischen Erfassung und Verankerung von Maßnahmen an einer Gesunden Schule ist das Ziel, Maßnahmen im Rahmen eines Projektes zur betrieblichen Gesundheitsförderung (z.B. Projekt Lehrer:innengesundheit) umzusetzen. Der Prozess schulischer Gesundheitsförderung im Team ist umfassend und beinhaltet verschiedene Schritte. Instrumente des Projektmanagements unterstützen Schulen bei der Analyse, Planung und Umsetzung individueller Maßnahmen im Rahmen des Projektes. Eine langfristige Verankerung der im Projekt gesetzten Maßnahmen setzt voraus, dass das Projekt den Qualitätskreislauf (PDCA-Kreis) durchlaufen.

Gelingenskriterium Organisation | [Seite 43](#)



Bewertung**Impulse für die Umsetzung**

- Ermöglichung von Partizipation im Team (Siehe Kriterium Partizipation I [Seite 73](#))
- Analyse der Bedürfnisse für Lehrer:innen durchführen
- Analyse der Gesundheitsressourcen- und Belastungsfaktoren
- Entwicklung gemeinsamer Werte, Überzeugungen und Regeln (Leitbild)
- mitarbeiterorientierte und situative Führung (Führungskräftecoaching)
- Weitere Maßnahmen zur Stärkung von Selbst- und Sozialkompetenz im Kollegium
- Maßnahmen zur Schaffung eines offenen, vertrauensvollen Schulklimas, in dem Angebote angenommen werden (Siehe Gelingenskriterium Schulklima I [Seite 83](#))
- Folder für Landeslehrerinnen/Landeslehrer (Arbeitsmedizin und Sicherheit)
- [Folder Burnout-Prävention](#) für Lehrerinnen/Lehrer (erhältlich bei der ÖGK)
- Das [Handbuch „Gesundheitsförderung für Lehrerinnen und Lehrer“](#) mit Beispielen zeigt mögliche Zugänge und Methoden auf wie die Lern- und Arbeitswelt Schule in Richtung mehr Gesundheit für Lehrerinnen / Lehrer gehen kann.
- Angebote der BVAEB: [Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Schule Lehrer:innengesundheit](#)
- [Lehrer:innen-Coaching](#)
- Teilnahme am Kooperationsprojekt PHT [Lehrer:innengesundheit](#)
- Ermöglichung der Teilnahme an Angeboten zur Stärkung der Resilienz und zu Stressmanagement
- Mit einem positiven Gedanken in den Tag starten: „[Mein Tag - meine Woche](#)“

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Liste der Maßnahmen, Bilddokumentation der Umsetzung
- Dokumentation der Inanspruchnahme von gesetzten Maßnahmen
- Dokumentation oder Sichtbarmachen der Maßnahmen
- Dokumentation von Feedback/Rückmeldungen
- Dokumentation der Analyse

3. Die Schulleitung unterstützt das Team aktiv in der Umsetzung der Maßnahmen UND/ODER Projekte zur Teamgesundheit an unserer Schule. ! WH2, H4, H5

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Schulleitungen kommt eine bedeutende Rolle bei der Entwicklung einer Gesunden Schule zu. Sie können durch ihr Führungsverhalten Entwicklungsprozesse ermöglichen und die Gesundheit der Lehrkräfte an ihrer Schule beeinflussen. **Gesundes Führen hat einen großen Einfluss auf die Gesundheit und das Wohlbefinden von Mitarbeiter:innen.** Eine gesunde Führung ist ein Auftrag, der von allen Beteiligten im Team getragen werden muss. Eine Schulleitung nimmt lediglich eine Art Steuerungsfunktion ein und übernimmt bei Bedarf Verantwortung. Ebenso ist es wichtig, sich selbst und den Lehrer:innen Raum für Kreativität zu lassen und den Rahmen für ein offenes Feedback zu schaffen.

Aufgabe der Schulleitung ist es, die Entwicklung und langfristige Verankerung einer Gesunden Schule zu unterstützen. Das setzt voraus, dass die Schulleitung sich mit der Idee gesundheitsförderlicher Schulentwicklung auseinandergesetzt hat. Schulleitungen fungieren als eine Art Vorbild für das Handeln der Kollegen:innen und beeinflussen durch den Führungsstil die Gesundheit im Lehrer:innenteam.

In einer Gesunden Schule werden regelmäßige Treffen durchgeführt, in welchen Informationen im Team ausgetauscht werden. Durch eine transparente Kommunikationsstruktur werden alle Beteiligten über Entwicklungen im Prozess in Kenntnis gesetzt. Entsprechende Fortbildungen zum Thema werden genutzt und die Möglichkeit des Einzelcoachings angeregt.

Bewertung

✓

JA 1 Punkt

- Dokumentation der Zusammenarbeit

✗

NEIN 0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Kommunikationsstrukturen und Organisationsstrukturen für die Projektumsetzung sind etabliert (Siehe Gelingenskriterium Organisation I [Seite 43](#))
- Ausreichende Ressourcen im Lehrer:innenteam bereitstellen
- Teilnahme an Maßnahmen und Projekte wird ermöglicht
- Eine gerechte Stundenplangestaltung und Aufgabenverteilung
- Entsprechende Fortbildungen zum Thema werden genutzt und die Möglichkeit des Einzelcoachings angeregt
- Rituale für Team-Besprechungen als Einstieg oder Ausklang am k+lv Newsletter-Palakat oder auf www.ktlv.at

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation von Treffen, Fortbildungen
- Darstellung/Dokumentation der Kommunikationsstruktur im Team



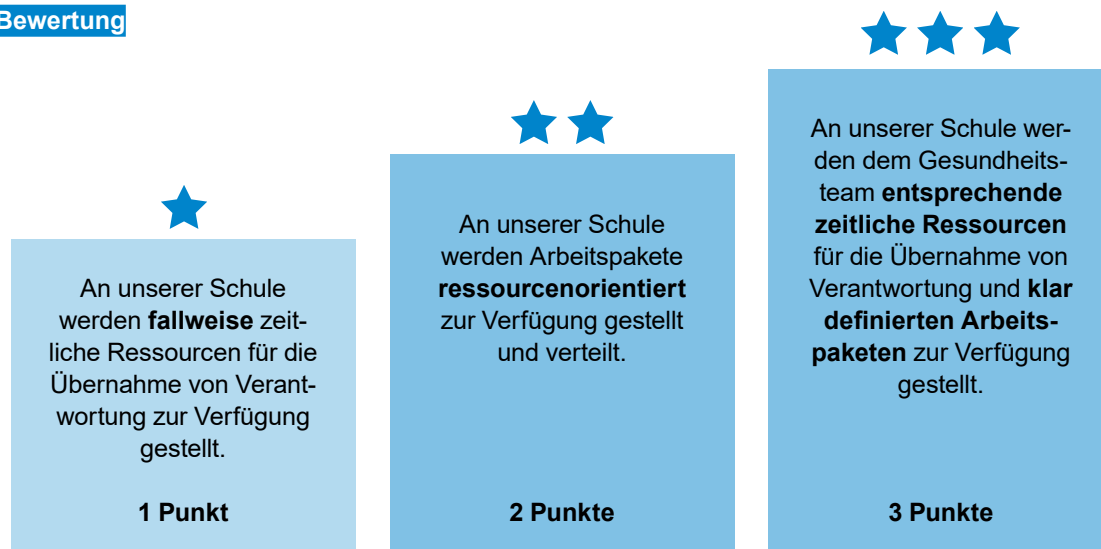
4. Es werden zeitliche Ressourcen für die Übernahme von Verantwortung und Arbeitspaketen an unserer Schule zur Verfügung gestellt. ! H4



Erläuterung

Ein gemeinsamer Weg kann nur gegangen werden, wenn viele Personen der Schulgemeinschaft die Idee tragen. Auch liegt es bei der Schulleitung, dem Kollegium die zeitlichen und personellen Ressourcen für die Auseinandersetzung mit gesundheitsförderlicher Schulentwicklung zur Verfügung zu stellen. In einer Gesunden Schule sollen die Lehrer:innen auf Dauer Entlastung spüren können. **Der Weg zur Gesunden Schule soll im Lehrkollegium gesundheitsfördernd erlebt werden und nicht als Zusatzbelastung.** Daher ist es wichtig, personelle und zeitliche Ressourcen individuell zu berücksichtigen und eine ressourcenorientierte Aufgabenverteilung an einer Gesunden Schule vorzunehmen. Dies ist ein Prozess der sich Stück für Stück, meistens ausgehend von ein oder zwei überzeugten Personen, entwickelt. Die Verteilung der Aufgaben auf mehrere Kolleg:innen ist dabei ein wesentlicher Teil der Gesundheitsförderung – und das ist Führungsaufgabe im Sinne eines gesunden Führens. Darüber hinaus gilt es, die Kolleg:innen gemäß ihren Stärken in der Schule einzusetzen. Dieses Paradigma ist in der Gesundheitsförderung immer handlungsleitend. Die Stärkung von Selbst- und Sozialkompetenzen im Kollegium ist auch eine wesentliche Aufgabe von Schulentwicklung und Gesundheitsförderung. Gegenseitige Unterstützung im Team und das Erleben von Gemeinsamkeiten können zur Förderung der Gesundheit im Lehrer:innenteam beitragen.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Das Lehrpersonal unterstützt sich im Team gegenseitig
- Interne/externe Unterstützung bei Belastung
- Lehrer:innen dürfen über die personellen und zeitlichen Ressourcen mitbestimmen
- Analyse vorhandener Personal- und Zeitressourcen
- gerechte Stundenplangestaltung und Aufgabenverteilung
- [Ressourcenplan](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation des Ressourcenplans/Aufteilung der Ressourcen
- Sichtbarmachen der Aufgabenverteilung

5. Supervision UND/ODER kollegiale Beratung sind ein fester Bestandteil unserer pädagogischen Arbeit. ! H4

**SOLL
MERKMAL**

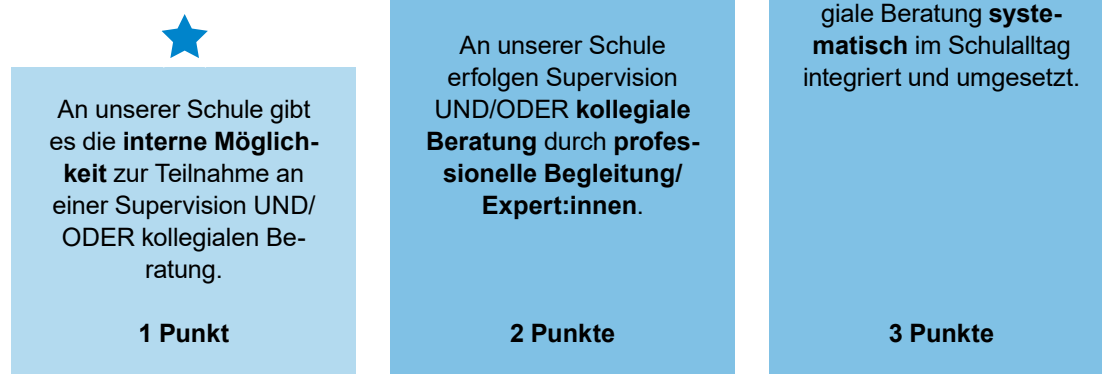
Erläuterung

Beziehungen zu würdigen und kompetent zu gestalten bedarf Beziehungsachtsamkeit. Wenn in Supervisionen und kollegialen Teams über Kinder gesprochen wird, bedarf es einer Achtsamkeit für das ganze Spektrum von Beziehungsebenen und –qualitäten. Es braucht auch den Blick auf sich selbst als Fachperson, als wesentlicher Teil dieser Beziehung. Ein rein taktisches und instrumentalisiertes Herangehen an Beziehungsschwierigkeiten greift zu kurz. Es muss im Alltag des pädagogischen Handelns eine Selbstverständlichkeit werden, sich mit Beziehungen zu beschäftigen und den Blick zu weiten.

Jede Einengung des Blicks legt erfahrungsgemäß den Keim dazu, dass entstandene Probleme ausschließlich bei den Kindern und Jugendlichen gesucht und ausschließlich sie zur Verantwortung gezogen werden. Beziehungskompetenz und –verantwortung heißt, die Kinder zu sehen, die Lehrenden und die Beziehung zwischen ihnen. Das schließt das Arbeiten an eigenen zwischenmenschlichen Ressourcen, Herausforderungen und Grenzen mit ein und eröffnet dadurch Entwicklungsmöglichkeiten und Handlungsfelder (vgl. Baer/Koch, S.46, 2020).

Dafür braucht es Angebote von Seiten der Schule und einen sicheren, vertrauten Rahmen.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Beratungsgespräch bei der Schulpsychologie
- Angebote im Rahmen des Lehrer:innengesundheitprojekts „Gestärkt im Schulalltag“ in Anspruch nehmen
- MCB Coaching NUR für Pflichtschulen
- Selbstreflexion - Reflexion als Team – Tools zur Selbstreflexion und kollegialen Beratung
- Ermöglichung der Teilnahme an Angeboten zur Stärkung der Resilienz, zu Stressmanagement
- An unserer Schule gibt es fest eingeplante Zeitfenster für Austausch und Reflexion mit Struktur, gegebenenfalls begleitet durch eine Moderation.
- An unserer Schule gibt es regelmäßige Supervisionen, die am Beginn jedes Schuljahres geplant und im Kalender fest verankert sind.
- Alle, die es wollen und brauchen, sollen die Möglichkeit erhalten, es auch zu bekommen
- Fortbildungsangebote nutzen z.B. [PHT](#) oder Katholischer Tiroler Lehrverein (KTLV)
- [Teilnahme an internen Fortbildungen](#) (SCHILF)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation Supervision/kollegiale Beratung
- Dokumentation umgesetzter Maßnahmen



Kriterium Schulraum & Arbeitsplatz

Schulen sind Lebensräume, in denen nicht Fächer, sondern Schüler:innen unterrichtet werden.

Zustand und Gestaltung der Lernorte, die Art und Weise wie diese miteinander in Beziehung stehen, das Ineinanderfließen von Innen und Außen, das richtige Verhältnis zwischen persönlichen Räumen und Gemeinschaftsräumen, die farbliche Gestaltung, optimale raumakustische Bedingungen, Dekoration und die Sauberkeit beeinflussen nachweislich die Bildungs- und Erziehungsprozesse und wirken auf Wohlbefinden, psychische Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Schüler:innen bzw. Lehrer:innen. Schulentwicklung muss auch die äußere Architektur, die baulich-räumliche Gestaltung, die Ausstattung der Schule und ergonomischen Aspekte berücksichtigen. Zum Thema Ergonomie bietet als Expertin Mag. Barbara Baumgartner von der AUVA (barbara.Baumgartner@auva.at) Schulen im Rahmen des Gütesiegels fachliche Unterstützung an. Zum Thema Raumakustik kontaktieren Sie bitte Mag. Barbara Witzmann (barbara.witzmann@auva.at). Bei Fragen zum Thema Raumbeleuchtung und -klima sowie Gesundheitseffekte Schuleweg wenden Sie sich bitte an Experte Heinz Fuchsig (h.fuchsig@ikbnet.at).



Merkmale im Detail

1. Bei der Einrichtung von unseren Schulräumen wird auf Ergonomie, die Möglichkeit der Größenanpassung und alternative Sitz- und Stehmöglichkeiten geachtet. ! [H4](#), [H5](#)

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Eine Antwort auf die Frage nach der richtigen Sitzhaltung in der Schule ist das sogenannte dynamische Sitzen. Dabei kann die Sitzposition immer wieder verändert werden – aufrecht, vorgebeugt oder nach rückwärts geneigt. Die Rückenlehne des Stuhls passt sich dabei der jeweiligen Position an und stützt den Bewegungsapparat. Öfters veränderte Sitzhaltungen verbessern die Durchblutung der Muskulatur und die Nährstoffversorgung der Bandscheiben.

Falsches – sprich statisches, vor allem dauern vorgebeugtes – Sitzen kann hingegen zu verschiedenen Beschwerden führen, wie Durchblutungsstörungen in den Beinen oder Verspannungen. Auch ein Wechsel vom Sitzen zum Stehen, z.B. an Stehpulten, bringt eine gesunde Abwechslung zu einseitigen Sitzhaltungen und beugt Rückenschmerzen vor.

[Weiterführende Informationen finden Sie unter diesem Link.](#)

Grundsätzlich sollte jährlich eine Bestandsaufnahme durchgeführt und überprüft werden, ob alle Klassen für den geplanten Jahrgang ausgestattet sind und ob alle Verstellmöglichkeiten funktionieren.

Zu jedem Schuljahresbeginn ist für jedes Schulkind das passende Mobiliar zu ermitteln. Die ÖNORM EN 1729-1 ist zu beachten. [Hier finden](#) Sie eine konkrete Anleitung der AUVA.

Ein besonderes Augenmerk auf die Ergonomie ist auch bei der Arbeit mit digitalen Geräten (Computer, Laptop, Tablets, etc.) zu legen. [Nähere Informationen und Tipps zur Ergonomie von Schulmöbeln und EDV-Räumen finden Sie hier.](#)



Die Möglichkeit im Stehen zu arbeiten und zu lernen ist eine gute ergonomische Lösung.

Bei Neuanschaffungen muss allenfalls auf die Ergonomie, die Möglichkeit der Größenanpassung und alternative Sitz- und Stehmöglichkeiten geachtet werden.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Bei Neuanschaffungen die Vorgaben beachten
- Einzeltische mit neigbarer Tischplatte – jede Winkelgrad Neigung ist eingesparter Neigungs-winkel im Nacken! Das ist gleichzeitig auch eine Präventionsmaßnahme gegen Kurzsichtigkeit.
- 2 x jährliche Anpassung (VS, Sek. 1)
- Einweisung der Kinder und Jugendlichen in den richtigen Umgang
- Bei Desksharing der Lehrpersonen: höhenverstellbare Tische bereitstellen (für unterschiedlich große Lehrpersonen), um ein rasches Umstellen auf die individuelle Arbeitshöhe zu ermöglichen
- Rhythmisierung: dynamisch – aktives Sitzen zwischendurch fördern durch verschiedene Angebote wie:
 - » Stehpulte
 - » Sitzbälle
 - » Sitzkissen oder Sitzkeile
 - » HokkiHocker
- Weiterführende Informationen und Tipps bzgl. Bildschirmarbeitsplätze
 - » [Leitfaden für die Gestaltung von Bildschirmarbeitsplätzen](#)
 - » [Praktische Tipps zur Einrichtung Büroarbeitsplatz](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der Neuanschaffungen
- Stellungnahme der Schulärztin/des Schularztes zu den Neuanschaffungen
- Dokumentation der Ermittlung des passenden Mobiliars (Fotos,...)
- Dokumentation von Maßnahmen

2. Die Arbeitsplätze unserer Schüler:innen und Lehrpersonen (Klassenzimmer, Lehrer:innenzimmer, Fachräume, Direktion, & Sekretariat) sind ausreichend beleuchtet und vor Blendung geschützt.

! [H4](#), [H5](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Eine wichtige Voraussetzung für gutes Sehen (und effektives, konzentriertes Lernen und Arbeiten) ist ausreichendes und **qualitativ hochwertiges Licht**. Dies darf nicht nur an tageslichtnahen Arbeitsplätzen zutreffen, sondern muss durch die Ergänzung von Kunstlicht auch an tageslichtärmeren Arbeitsplätzen gewährleistet werden. Es gilt grundsätzlich, für viel Tageslicht in den Räumen zu sorgen. In Ergänzung hierzu muss eine künstliche Beleuchtung für dunklere Tage und Abende sichergestellt sein. Bei Bildschirmarbeit ist Blendung ein häufiges Problem. Bildschirme sollten nicht vor Fenster gestellt werden, wie dies häufig in Konferenzräumen der Fall ist. Zur Not helfen Plissees oder >90% des Lichts zurückhaltende Folien bis ca. 30 cm über die Bildschirmoberkante.

[Hier geht es zur Checkliste!](#)



Bewertung**Impulse für die Umsetzung**

- Ist-Zustand der Beleuchtung (mit Luxmeter) erheben und wenn notwendig Maßnahmen ergreifen,
 - » z.B. bauliche Maßnahmen (Fenstereinbau oder -umbau)
 - » Installation entsprechender Lampen
- Um den menschlichen Biorhythmus zu fördern braucht es jedoch mehr als die Mindest-Lux-Zahl in Arbeitsräumen: mind. 15 Minuten pro Tag über 2000 Lux (= Tageslicht, zum Beispiel durch Pause im Freien, Schulweg im Freien, etc.) - eine tägliche „Lichtdusche“ ermöglichen bzw. Bewusstsein dafür schaffen.
- Tipp: regelmäßig aus der letzten Reihe überprüfen, ob die gezeigten Objekte gut wahrgenommen werden können. Nicht jedes Kind hat die optimale Korrektur und trägt eine verordnete Brille.
- Ist die zeitgleiche Nutzung und Beleuchtung der analogen Tafel mit einer Präsentation möglich, sollte, wenn möglich, eine gute Lesbarkeit an der Tafel und einer Präsentation gleichzeitig gegeben sein!
- Bildschirmarbeit so ausrichten, dass keine Blendung entsteht
- [Checkliste](#) inkl. Maßnahmenvorschläge

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- [Checkliste](#)

3. Die Raumakustik und der Geräuschpegel in unserem Schulhaus sind angenehm. Bei Schulneubau werden die Räume raumakustisch optimal geplant und umgesetzt. ! [H4](#), [H5](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Lärm in der Schule belastet Kinder und Lehrkräfte. Ein wesentliches Ziel des Unterrichts, Bildungsinhalte zu vermitteln, wird dadurch maßgeblich gestört. Lärm hat jedoch auch soziale und emotionale Auswirkungen. So weiß man etwa, dass Lärm die Hilfsbereitschaft verringert und aggressives Verhalten fördert. Auch unser Körper reagiert darauf und schüttet beispielsweise vermehrt Cortisol (Stresshormon) aus. Lärm in den Bildungseinrichtungen entsteht hauptsächlich durch die menschliche Stimme. Dazu kommen noch Geräusche durch das in den Schultaschen kramen, durch Stühle rücken, Trittschallgeräusche, Musikinstrumente, Werkzeuge, etc.

Alle diese Geräusche erzeugen Schallwellen, die im Klassenzimmer, Turnsaal, Werkraum, etc. (vielfach) reflektiert werden. Bei der Stimme (und Instrumenten) unterscheiden wir:

- » **Direktschall:** Dieser trägt die Hauptinformation.
- » **Nützliche frühe Reflexionen:** Diese werden vom menschlichen Gehör mit dem Direktschall zusammengefasst und unterstützen eine gute Sprachverständlichkeit.
- » **Nachhall:** Bei Musik kann Nachhall die Instrumente bzw. die Stimme unterstützen und ist oft wünschenswert, für Kommunikation gilt dies nicht. Nachhall „verschleift“ die in der Sprache enthaltenen Informationen und die Sprachverständlichkeit sinkt mit zunehmender Nachhallzeit stark ab.

Glatte Raumboberflächen wie Glas, Beton, etc. verlängern die Nachhallzeit. Störgeräusche bleiben länger im Raum und um weiter verstanden zu werden spricht man lauter. Dies erzeugt wiederum nachhallende Störgeräusche. Schlechte Raumakustik hat ganz konkrete Auswirkungen auf den Unterricht:

- » Das Zuhören wird erschwert.
- » Das Anweisungsverständnis und das Kurzzeitgedächtnis leiden.
- » Der Unterricht wird häufiger durch Wiederholungen unterbrochen.
- » Es wird öfter ermahnt und zugleich fühlen sich Kinder öfter zu Unrecht für angeblich lärmendes Verhalten getadelt.
- » Die Lehrkräfte und auch die Kinder reden öfter mit erhobener Stimme und leiden dadurch häufiger unter Hals- und Stimmlippenproblemen.
- » Eine Atmosphäre der Unlust und Anspannung wird begünstigt und auch die Beziehungen zueinander werden weniger positiv beurteilt.
- » Die Mitschüler:innen werden als lauter erlebt.
- » Geräusche wie Stühlerücken, das Kramen in der Schultasche, etc. werden als unangenehmer wahrgenommen.

Für Kinder ist entwicklungsbedingt eine gute Raumakustik noch bedeutsamer als für Erwachsene. Sie können beispielsweise ein gesprochenes Wort aus „Störsignalen“ viel schlechter herausfiltern. Diese Fähigkeit entwickelt sich graduell und ist erst mit ca. 12 bis 14 Jahren voll ausgebildet. Besonders schwierig sind schlechte raumakustische Bedingungen im Fremdsprachenunterricht, für Kinder mit nichtdeutscher Erstsprache oder bei Hörminderungen (die z.B. infektionsbedingt viele Kinder betreffen). Die Kinder mit den größten Schwierigkeiten sollten daher in der ersten Reihe sitzen, wenn der Raum nicht akustisch optimiert wurde.

Bei bestehenden Bauten kann die Raumakustik nachträglich durch schallabsorbierende (schallschluckende) Maßnahmen verbessert werden. Für alle Neubauten sollte gute Raumakustik bereits Standard sein: Derzeit ist die OIB Richtlinie Nr. 5 Ausgabe 2015 Schallschutz, die den optimalen Bereich für die Nachhallzeit in Klassen- und anderen Unterrichtsräumen regelt, im Bundesland Tirol verbindlich.

Raumakustische Maßnahmen wirken sich meist auch förderlich auf die Senkung des Geräuschpegels aus und wirken bestenfalls im Zusammenspiel mit organisatorischen und persönlichen Maßnahmen.

Änderungen auf der Verhaltensebene brauchen Zeit, Vorbilder und einen partizipativen, wertschätzenden Umgang untereinander. Doch dieser Prozess zahlt sich aus, wenn sich dadurch eine achtsame, ruhige Schulkultur etabliert.

Ermittlung der Nachhallzeit am Weg zum Gütesiegel:

Die Prüfung der Nachhallzeit und des mittleren Schallabsorptionsgrads erfolgt durch Lärmfachkundige der AUVA aus Wien. Dies wird am Weg zum Gütesiegel für die Schulen organisiert. Die Messung findet immer in den Schulferien statt. Anschließend wird der Schule ein Bericht übermittelt, aus dem die Messwerte entsprechend der ÖNORM B-8115 – 3 zu entnehmen sind.

Bei einem Schulneubau:

Es gibt es ein detailliertes raumakustisches Konzept, welches umgesetzt wird. Bei der Planung wird das Thema Raumakustik möglichst früh mitbedacht und was welche Raumkonzepte für Lärmprävention bedeuten.

Ansprechperson und Infos zum Thema: Mag. Barbara Witzmann, AUVA (barbara.witzmann@auva.at).



Bewertung

★ Die Raumakustik (bauliche Verhältnisse) an unserer Schule entspricht NICHT den Vorgaben der ÖNORM B-8115 – 3 ab 250 Hz. Es werden einzelne lärmindernde, organisatorische bzw. verhaltensorientierte Maßnahmen umgesetzt. 1 Punkt	★ ★ Die Raumakustik (bauliche Verhältnisse) in den Klassenräumen entspricht den Vorgaben der ÖNORM B-8115 – 3 ab 250 Hz. Es werden einzelne lärmindernde, organisatorische UND verhaltensorientierte Maßnahmen umgesetzt. 2 Punkte	★ ★ ★ Die Raumakustik (bauliche Verhältnisse) in der gesamten Schule entspricht den Vorgaben der ÖNORM B-8115 – 3 ab 250 Hz. Zusätzlich werden lärmindernde, organisatorische UND verhaltensorientierte Maßnahmen systematisch umgesetzt. 3 Punkte
---	--	---

Impulse für die Umsetzung

- Bei Schulneubau werden die Räume raumakustisch optimal geplant (und umgesetzt).

Maßnahmen zur Verbesserung der Akustik:

- Die Nachhallzeit wurde für jeden viel benutzten Raumtyp (Klasse, Turnsaal, Werkraum, Konferenzzimmer,...) ermittelt (wird am Weg zum Gütesiegel als Unterstützungsleistung angeboten).
- schallabsorbierende Gestaltung der Deckenflächen, gegebenenfalls Wände - Prüfung, ob auch als Innenwärmedämmung üblich
- Nutzung der Räume bei den Maßnahmen berücksichtigen (Klassenraum, Speisesaal, Turnsaal,...).
- Klassenräume vereinen verschiedene Nutzungsarten (direkte Instruktion und Gruppenarbeiten werden raumakustisch unterschiedlich bewertet. Bei ersterem gibt es einen optimalen Bereich der Nachhallzeit, bei zweiterem ist eine möglichst geringe Nachhallzeit anzustreben), das muss in der Planung auch berücksichtigt werden.

Lärmindernde Maßnahmen (diese können eine gute Raumakustik optimieren, aber nie ersetzen):

- Teppichböden, Vorhänge
- selbstklebende Filzteile für Sessel – und Tischbeine
- Bilder (Leinwände mit Keilrahmen) mit Schaumstoffrücken
- offene Buchregale in der Bibliothek

Organisatorische Maßnahmen:

- Rückzugsorte schaffen
- Bewegungspausen (Unruhe kann ein Zeichen von Ermüdung sein; besonders Gleichgewichtsübungen schärfen die Konzentration)
- Bewegung erfolgt überwiegend im Freien
- Lüften (Zusammenhang von Lärm und „schlechter Luft“ ist gut untersucht) - siehe dazu Merkmal 4 "Richtiges Lüften"
- Sitzordnung regelmäßig überprüfen (Kinder mit Hörschwierigkeiten nahe zur Lehrkraft)
- Kapselgehörschützer für Stillarbeitsphasen bzw. bei lauten Arbeitsprozessen (z.B. Hämmern im Werkunterricht)

Bewusstseinsbildende (verhaltensorientierte) Maßnahmen:

- bewusste Lüftpausen
- Thema Achtsamkeit auch in Bezug auf Geräuschpegel und Lärm (Achtsamkeitsschulung)
- Partizipative Erarbeitung von Schul- und Klassenregeln
- Stimmtrainings (Stimme ist wichtiges Werkzeug und braucht Pflege)
- Konfliktschulungen durchführen
- „Messwerterfassung“ – Analyse – Maßnahmenplanung und Umsetzung als Projekt im Physik- und Biologieunterricht

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Bericht Nachhallzeiten
- Dokumentation der umgesetzten Maßnahmen

4. Das Raumklima an unserer Schule ist den Jahreszeiten entsprechend angenehm und auf optimale Belüftung wird geachtet. ! H5

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Das Raumklima wird im Wesentlichen durch Raumtemperatur, Luftfeuchtigkeit und Luftqualität (CO₂-Werte) bestimmt. Ein gutes Raumklima fördert das Wohlbefinden, die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit und die Gesundheit des Menschen. Ein jahreszeitlich angepasstes Klima muss für alle Jahreszeiten, und nicht nur z.B. im Herbst angenehm sein. Die Belüftung begünstigt die Konzentration, die Luftfeuchte beugt Stimmprobleme der Lehrer:innen vor.

CO₂-Werte: Zahlreiche Untersuchungen bzw. Messungen an Schulen in Österreich, Deutschland und der Schweiz ohne Lüftungsanlagen zeigen, dass die Luftqualität meist schon nach rund 15 Minuten drastisch sinkt. Die CO₂-Werte in den Klassenzimmern zeigen die mangelnde Luftqualität auf. Sie liegen schon nach wenigen Minuten über 1.000 ppm. Spitzenwerte, die auch deutlich über die maximale Arbeitsplatzkonzentration von 5.000 ppm hinausgehen, sind keine Seltenheit.

Ergebnisse:

-	=	fast jede Stunde über 2400 ppm
o	=	nur selten über 2400 ppm, im Schnitt (3 von 5 Werten) unter 1800 ppm
+	=	nur selten über 1800 ppm, im Schnitt unter 1200 ppm
++	=	nur selten über 1400 ppm, im Schnitt unter 1000 ppm

Temperatur: Eine Temperatur zwischen 21 und 23 °C (Winter) bzw. zwischen 22 und 26 °C (Sommer) ist anzustreben.

Luftfeuchtigkeit: Optimal ist ein Wert zwischen 40 und 60 %, jedenfalls sollte die Luftfeuchtigkeit nie unter 30% sein (Stimmprobleme der Lehrpersonen)

Messung: Messung aller 3 Werte ist mit dem zur Verfügung gestellten Messgerät möglich. Das Messgerät sollte in jeder Klasse ca. 1 Woche lang (nicht neben dem Fenster) stehen und die Aufzeichnungen werden alle 10 Minuten beispielsweise durch eine Schülerin / einen Schüler durchgeführt (siehe Aufzeichnungsprotokoll).



Bewertung**JA****1 Punkt**

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen

**NEIN****0 Punkte****Impulse für die Umsetzung**

- Die empfohlenen Werte lassen sich nur durch ständig gekippte Fenster, Stoßlüftung alle 10 bis 15 Minuten oder durch eine mechanische Lüftungsanlage erreichen. Da ständig gekippte Fenster und eine Stoßlüftung alle 10 bis 15 Minuten im Winter einerseits unkomfortabel bzw. nicht praktikabel sind und zudem hohe Wärme- und Feuchtigkeitsverluste bedeuten, bleibt im Normalfall nur eine mechanische Lüftungsanlage als praktikable Lösung.
- Ermitteln optimaler Lüftungsstrategien (Luftqualität - CO₂-Belastung): CO₂-Ampeln (Messgeräte) installieren und Bedienungsanleitung beachten, Lüftungspausen einplanen und richtig lüften: Temperatur und Luftfeuchte ebenso beachten (Berücksichtigung von Jahreszeiten: Dauerlüften im Winter trocknet die Luft extrem aus)
- Installation eines außenliegenden Sonnenschutzes (Raumtemperatur im Sommer)
- Beschattung besonnener Glasflächen ab Besonnung, besser durch laubabwerfende Bäume
- Luftfeuchtigkeit: Luftbefeuchter (korrekte Anwendung vorausgesetzt, Gefahr: Bakterien, Schimmelpilze), Pflanzen (auch hier auf sachgerechte Pflege achten)
- Bei Schulhaussanierungen zumindest die Gänge belüften, dies ist bei zentralen Stiegenhäusern bereits mit nur einer Lüftungsanlage möglich, wobei unter Umständen die Verwendung der Brand- bzw. Entrauchungsanlage möglich ist (Anmerkung: optimale Lösung = je eine Belüftungsanlage pro Klasse); [Schullüftung](#) beachten
- regelmäßige Reinigung, um die Staubbelastung zu vermindern.
- Klassenzimmer sollten zwei- bis dreimal wöchentlich feucht gereinigt werden.
- Die Lüftungssysteme sind regelmäßig zu warten.
- Darauf achten, dass die Klasseneinrichtung keine Schadstoffe abgibt.
- Bei Schulplanung: Nachtlüftung (z.B. mittels Brandentrauchung), Klimatisierung inkl. Lüftung
- "Messwerterfassung" – Analyse – Maßnahmenplanung und Umsetzung als Projekt im Physik- und Biologieunterricht
- Für Oberstufen oder jedem ab 7. Schulstufe mit Datalogging in Unterricht einbringen (Physik, Bio,...)
- Frischluftbuddys
- Lüftungsregeln
- Weiterführende Informationen:
 - » [Komfortlüftung](#)
 - » [Meine Raumluf](#)
 - » [Stoßlüften statt Luftfiltergeräte](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der Messungen ([siehe Aufzeichnungsprotokoll](#))
- Dokumentation der Maßnahmen

5. Wir achten auf Ordnung und Sauberkeit im gesamten Schulareal.

! H2, H5

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Ordentliche und saubere Räume sorgen für eine angenehme Atmosphäre, die das Lernen positiv beeinflusst. Die Schule kann **ungeachtet des Alters** der Räume und der Ausstattung in einem **gepflegten Bild** erscheinen. Ordnung und Sauberkeit sind sichtbare Zeichen für eine hohe Identifikation mit der eigenen Klasse und Schule. Es geht um **Eigenverantwortung der Schüler:innen**, um ihre Haltung und einen achtsamen Umgang mit dem Lebensraum Schule. Mülltrennung und Müllvermeidung sind dabei ein wichtiger Bestandteil für Ordnung und Sauberkeit an der Schule.

Außerdem gibt es die Problemzone Sanitäranlagen an vielen Schulen. Viele Schüler:innen meiden es auf die Schultoilette zu gehen. Unterleibsschmerzen, Krämpfe und generelles Unbehagen sind die Folge. Auch verzichten Schüler:innen daher auf die nötige Flüssigkeitszufuhr. Schulgebäude und –gelände brauchen eine ständige Pflege – bis in das letzte Örtchen. Deshalb ist dort ein besonderer Wert auf Sauberkeit zu legen. Der Wohlfühlfaktor Schulgestaltung wird immer noch unterschätzt.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Sensibilisierung für den Umgang mit den eigenen Klassenräumen
- Förderung der Identifikation mit dem eigenen Klassenzimmer
- Verhaltensvereinbarungen
- Klassenordnerdienste
- Prämierung der saubersten Klasse
- Belohnung für die gesamte Schule, wenn das Ziel „saubere Schule“ erreicht ist
- Rituale einführen
- Mülltrennungskonzept für Schulen in Tirol: Beratung durch den Umweltverein Tirol (Kontakt: Martin Baumann, martin.baumann@umwelt-tirol.at, Tel. +43 664 169 5060)
- Umweltbildungsprogramm: eine Initiative vom Land Tirol mit dem [Umwelt Verein Tirol](#)
- Vorbildwirkung der Lehrerin/des Lehrers
- Übernahme von Verantwortung für Ordnung und Sauberkeit (nicht: die Reinigungskraft putzt dann nach)
- [Tipps, die helfen, Schultoiletten sauber zu halten](#) (Klo-Kummerkasten, Klochecks, Aufklärung und Regeln)
- [Unterrichtsmaterialien \(Hygiene, Toiletten\) für die Primarstufe](#)
- Verstärkte Kontrolle an problematischen Orten
- Müllbuddys

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der Maßnahmen (z.B. Fotodokumentation)
- Mülltrennungskonzept
- Verhaltensvereinbarungen



6. NUR TFBS: An unserer Schule ist die Förderung des Bewusstseins für Ergonomie am Arbeitsplatz verankert. ! H2, H5, H8

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Im alltäglichen Arbeitsablauf schleifen sich häufig ungünstige Bewegungs- und Verhaltensmuster ein. So werden vorhandene ergonomische Möglichkeiten oft gar nicht genutzt, z.B. werden Stühle im Büro nicht eingestellt oder in Werkstätten liegen die Tragehilfen in der Ecke. Berufsschüler:innen sollten bereits am Anfang ihrer beruflichen Laufbahn den richtigen Umgang mit körperlichen Anforderungen erlernen, um ihren Beruf lange und beschwerdefrei ausüben zu können.

Körperlich anstrengende Berufe haben den großen Vorteil, dass sie mit Bewegung verbunden sind. Das heißt bei einer guten Ausführung, angemessenen Pausen und entsprechenden Ausgleichsübungen können sie bis zu einem gewissen Grad sogar förderlich für die Gesundheit sein. Diese Chance zu erkennen und einen positiven Umgang mit den zweifellos vorhandenen Belastungen zu fördern, sollte Ziel eines Ergonomieprogramms sein. Dabei sollten die speziellen Anforderungen der jeweiligen Lehrberufe berücksichtigt und auch der Zusammenhang zwischen körperlichen Problemen und Stress verdeutlicht werden. Im Sinne der Verhältnisprävention soll besonderes in Werkstätten und sonstigen Räumen für den praktischen Unterricht auf Ergonomie geachtet werden.

Ziel, ist es die jungen Erwachsenen zu Experten im Hinblick auf ihre eigene Gesundheit zu machen!

Bewertung

✓

JA

1 Punkt

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen
- Ergonomisch gestaltete Arbeitsplätze

✗

NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Einladen von Ergonomieexpert:innen
- Besuch eines „Rückentrainers“ in den Klassen, der die Richtigkeit der Übungen kontrolliert und mit den Schüler:innen arbeitet
- Einheiten zu dem Thema „Einstellen eines Bürostuhls“ (Theorie, Praxis, Präsentation am Arbeitsplatz,...)
- Gesundheitsvorsorge durch Bewegung am Arbeitsplatz (z.B. Erstellen einer Bewegungsmappe mit Hilfe eines Rückentrainers, Übungen für bewegte Pausen, Bewegungspausen in der Schule einführen,...)
- Erlernen der ergonomisch richtigen Arbeitshaltung
- Ergonomisch gestaltete Arbeitsplätze (Werkstätten, sonstige Räume,...)
- [Ergonomie Checkliste für Büroarbeitsplätze](#)
- Folgende Merkblätter (kostenlos bestellbar oder als pdf downloaden) unterstützen zu diesem Thema:
 - » AUVA-Merkblatt: [Bildschirmarbeitsplätze, M 026](#)
 - » AUVA-Merkblatt: [Bewegungsübungen für den beruflichen Alltag, M 035](#)
 - » AUVA-Merkblatt: [Heben und Tragen, M 025](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Ergonomisch gestaltete Arbeitsplätze
- Dokumentation von Maßnahmen



Kriterium

Lernen und Lehren

Lernen und Lehren ist Kernaufgabe der Schule, wobei guter Unterricht leistungs- und gesundheitsrelevante Aspekte gleichermaßen integriert. Gesundheit lernen und lehren geht weit über die lehrplanmäßige Behandlung von Gesundheitsthemen hinaus und betrifft das Klassenklima, die Klassenführung und Unterrichtsmethoden ebenso wie den Kommunikationsstil in der Klasse.

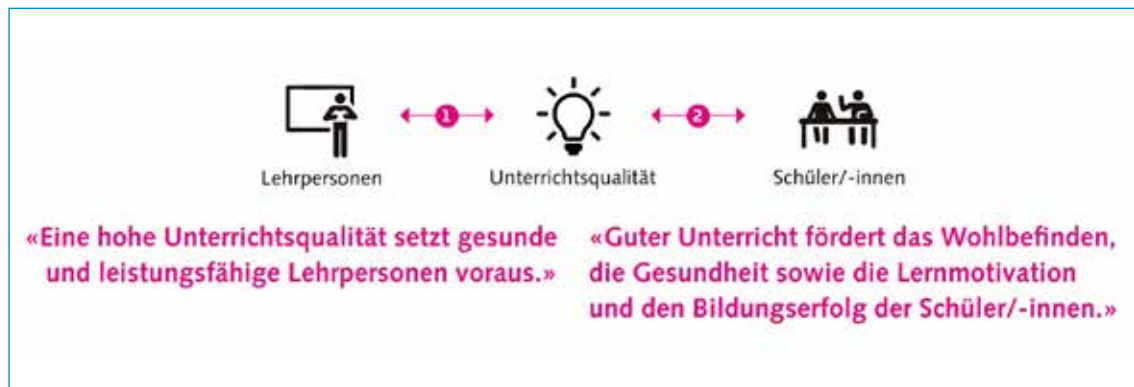


Abbildung: Gesundheit stärkt Bildung

Quelle: Radix.ch [Gesundheit stärkt Bildung \(2018\)](https://www.radix.ch/de/themen/gesundheitsbildung/gesundheitsbildung-2018)¹

Guter Unterricht geht also Hand in Hand mit gesundem Unterricht, **fördert das Wohlbefinden, die Gesundheit sowie die Lernmotivation und den Bildungserfolg der Schüler:innen**. Die Gesundheit und das Wohlbefinden von Lehrpersonen und Schulleitung sind dabei eine wesentliche Voraussetzung.



Die Schule als Resonanzraum ist eine Schule mit Anziehungskraft, in der eine wechselseitige Achtsamkeit und Aufmerksamkeit immer wieder neu entsteht, die das Interesse und eine Neugier an den Menschen, an den Lerngegenständen und am Lernen zu wecken versteht und in der Resonanz spürbar wird, weil es „im Unterricht knistert“ (Rosa). In einer guten und Gesunden Schule arbeiten resiliente Pädagog:innen, die die Schüler:innen aufrichten statt nur unterrichten.

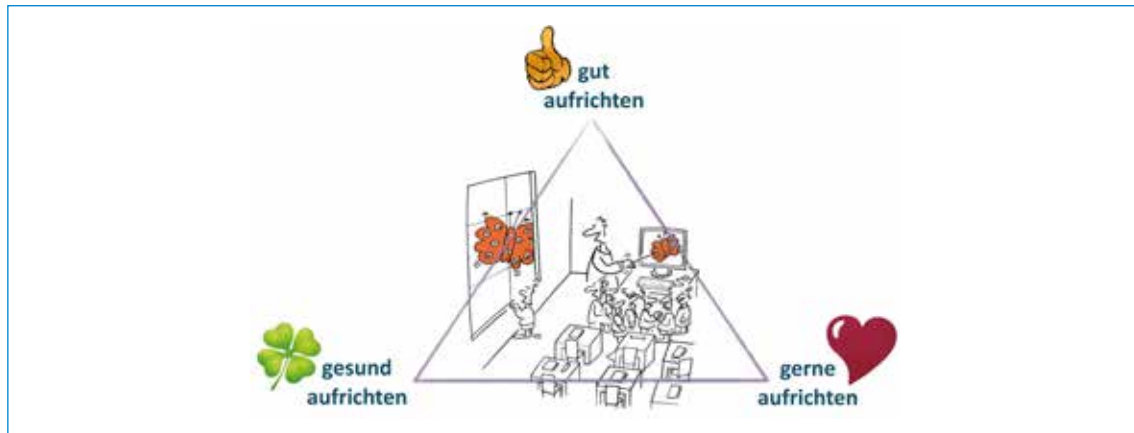


Abbildung: gut, gesund + gerne aufrichten

Quelle: Siegfried Seeger, 2020²



Fact Sheet HBSC Studie zu Gesundheitskompetenz

www.sozialministerium.at

Merkmale im Detail

1. Kreatives und innovatives Denken und Handeln, um eine zukunftsfähige Gesellschaft mitzugestalten, werden durch die Methodenwahl gefördert. ! [H2](#), [H4](#), [H6](#), [H7](#), [H8](#)

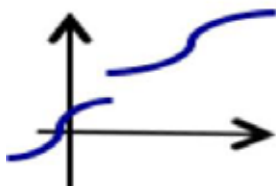
**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Es werden unterschiedliche Lehr- und Lernformen bereitgestellt, die die **Schüler:innen zum eigenständigen Denken und Handeln anregen, fordern und fördern**. Durch den Einsatz unterschiedlicher Methoden und Herangehensweisen an ein Thema sollen attraktive, variable und herausfordernde Angebote, die auf die altersspezifischen Interessen, Entwicklungs- und Lernbedürfnisse der Schüler:innen abgestimmt sind, zur Verfügung stehen. Partizipation und Empowerment der Schüler:innen sollten in jedem Fall im Vordergrund stehen, um eine zukunftsfähige Gesellschaft auszubilden.

Große Bedeutung bei der richtigen Methodenwahl kommt der Förderung und Motivierung von eigenverantwortlichem Lernen, der Förderung der Zukunftskompetenzen und der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) zu. Ein Maßstab für den Professionalisierungsgrad von Lehrpersonen ist u.a. ein umfassendes Methodenrepertoire, das differenziert und situationsangepasst eingesetzt wird.

Dabei sind an einer Gesunden Schule die Entwicklung und Förderung von Zukunftskompetenzen von besonderer Bedeutung. Hierzu zählen personale und emotionale, soziale und kommunikative sowie kognitive und lernmethodische Kompetenzen (www.zukunftorientierte-paedagogik.de).



Das Konzept des transformativen Lernens ermöglicht vielschichtige Erfahrungen, die besonders dazu anregen, die Lücke zwischen Wissen und Handeln zu schließen. Lernanlässe dienen dem Kompetenzaufbau und sollen methodisch-didaktisch in Unterrichtsmomenten gestaltet werden, die Lernen an realweltlichen Problemsituationen und Herausforderungen ermöglichen. Als Grundlage für die Konzipierung von Unterricht und Lehre dienen die [Qualitätskriterien für Bildungsangebote](#) im Sinne einer Bildung für nachhaltige Entwicklung www.netzwerkbinetirol.tsn.at.

Studien belegen, dass das Begreifen mit der Hand mehr Hirnareale aktiviert und so das Verstehen und Anwenden von Zusammenhängen fördert ([siehe Video: Schule der Zukunft - Lernen aus dem Lockdown](#)). Daher ist es notwendig, sich der Stärken des digitalen Mediums bewusst zu werden und diese im Sinne einer Gesunden Schule bewusst einzusetzen und zu nutzen.



Bewertung**Impulse für die Umsetzung**

- Gestaltung der Schule: Methodenvielfalt durch Ausstattung ermöglichen (Lerninseln, Rückzugsorte, Internetzugang, Stifte, Plakate,...)
- [OeAD-GmbH](#) - Agentur für Bildung und Internationalisierung
- [Lernen verstehen – Unterricht gestalten](#)
- [Broschüre Schule im Aufbruch](#)
- **Zukunftskompetenzen fördern**
 - » Konzept des eigenverantwortlichen Lernens (EVA) bzw. des kooperativen und offenen Lernens (COOL) implementieren
 - » Orientierung an den [Qualitätskriterien](#) für den Unterricht des Netzwerks BINE Tirol
 - » Nutzung des [Methodenpools](#): Konstruktive und systemische Unterrichtsmethoden
 - » [Lernkompass OECD](#)
 - » [ONLINE-Bildungsmaterialien](#) zu den Themen Städte, Ernährung, Energie, Arbeit und Gesundheit
 - » Fortbildungsangebote nutzen z.B. [PHT](#)
- **Medienkompetenz als Basiskompetenz fördern**
 - » digitale Medien werden zur Vermittlung von Lerninhalten an der Schule eingesetzt
 - » Nutzung digitaler Kommunikationskanäle und virtueller Räume, wie z.B. E-Mail, SchoolFox, Microsoft Teams, Zoom, Google Classroom, Padlet, etc.
 - » Informationen zu alternativen Tools kennen und anwenden (zu den großen globalen Playern, wie z.B. Facebook, Google, Microsoft, etc.)
 - » digitale Diversität: Vielfalt an digitalen Medien verwenden und diese selbstbestimmt von den Lehrpersonen und Schüler:innen einsetzen
 - » Medienprodukte werden von Schüler:innen geplant, gestaltet und (öffentlich) sichtbar präsentiert (z.B. Videos, Podcasts, Radiosendung, Zeitungsartikel, Website, etc.)
 - » Wechsel zwischen digitalen und analogen (kreativ, bewegt, begreifbar) Lernanlässen ermöglichen (Siehe Kriterium Räume Gestalten, Merkmal 3 I [Seite 89](#))
 - » Digitale Tools zum Ausleihen an der PH Tirol
 - » Es wird auf bewusste digitale Entstressung geachtet (Entspannungsübungen, Zeitpläne für Erreichbarkeiten für unterschiedlichste Kommunikationskanäle wie Telefon, E-Mail, SMS, WhatsApp, Signal, SchoolFox, etc.)
 - » Im Sinne der Informationskompetenz werden alte und neue Medien auf ihre Möglichkeiten und Gefahren hin analysiert
 - » Exkursionen zu Medienmachern organisieren und durchführen, wie z.B. ORF, TT, Örtliche Mediengestalter, etc.
 - » Absolvierung des ECDL's an der Schule wird angeboten
 - » intergenerative Zusammenkünfte zwischen Schüler:innen und Senior:innen geplant und umgesetzt (z.B. Computera, etc.), in welchen ein intergenerativer Wissensaustausch hinsichtlich digitaler Kompetenzen ermöglicht wird

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Reflexion der Direktion
- Multiplikator:in im Schulteam (Lerndesigner)
- Dokumentation vom Einsatz kreativer und innovativer Methoden (Welche Methoden werden angewandt? Was ist das Ziel der Methode?)
- Gibt es ein (schulweites) schriftliches Konzept?

2. Es werden Lernanlässe gestaltet, welche die Entwicklung von Gesundheitskompetenz fördern. ! H4, H8

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Bildung und Gesundheit müssen Hand in Hand gehen – Gesundheit soll Ergebnis eines aktiven Bildungsprozesses sein und ist daher als Querschnittsthema in allen pädagogischen Prozessen und Strukturen der Bildung, Erziehung und Betreuung zu integrieren (siehe auch „Erlass Gesundheitserziehung“). Impulse für Gesundheitsthemen in allen Fächern finden Sie im [Themenfeldkatalog](#), einem Leitfaden der ÖGK für Lehrer:innen und in den [Materialien aus dem Projekt GET](#) der ÖGK.

Gesundheitsbildung bezeichnet die Vermittlung und Förderung von gesundheitsbezogenem Wissen, Können und Verhalten. Die durch Gesundheitsbildung entwickelte Gesundheitskompetenz wird von der Österreichischen Plattform für Gesundheitskompetenz (ÖPGK) so definiert: „Die Gesundheitskompetenz leitet sich vom englischen „Health Literacy“ ab und ist verknüpft mit allgemeiner Bildung. Sie umfasst das Wissen, die Motivation und die Fähigkeiten von Menschen, relevante Gesundheitsinformationen zu finden, zu verstehen, zu beurteilen und anzuwenden, um im Alltag in den Bereichen Gesundheitsförderung, Prävention und Krankenversorgung Entscheidungen treffen zu können, die zur Erhaltung oder Verbesserung der Lebensqualität und Gesundheit während des gesamten Lebensverlaufs beitragen (ÖPGK, 2017).¹

Die Schule spielt für den Erwerb von Gesundheitskompetenz und Gesundheitswissen bei Kindern und Jugendlichen eine wichtige Rolle, denn grundlegende Lese-, Schreib- und Rechenfertigkeiten sind die Basis von Gesundheitskompetenz. Darauf aufbauend beinhaltet Gesundheitskompetenz außerdem kommunikative Fähigkeiten und kritisch-analytische Kompetenzen. Die Vermittlung aller dieser Fertigkeiten gehört zum Bildungsauftrag von Schule. Ebenso wie für Erwachsene sind auch für Kinder und Jugendliche die Grundfertigkeiten der Informationsbeschaffung und die Fähigkeit, Informationen zu verstehen, zu bewerten und anzuwenden, zentrale Elemente der **Gesundheitskompetenz**. Diese Kompetenzen **überschneiden sich signifikant mit den Grundkompetenzen**, die in der Schule vermittelt werden.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen



NEIN

0 Punkte



Impulse für die Umsetzung

- Jahresplanungen (Berücksichtigung/expliciter Ausweis von Gesundheitsthemen in den einzelnen Unterrichtsfächern)
- Erhebung im Rahmen einer Konferenz, in welchen Fächern welche Gesundheitsthemen (siehe Themenfeldkatalog) vorkommen
- fächer- und jahrgangsübergreifende Projekte
- Bildungsnetzwerk FGÖ
- Diskussion in Fachgruppen/im Kollegium: An welcher Stelle im Lehrplan können wir Gesundheit - quasi „nebenbei“ - noch mehr in den Fokus nehmen?
- Klasse!Forschung - [Youhealth Gesundheitsförderungsprojekt](#)
- Angebote von externen Partner:innen
- [Gesundheitskompetenz und Schule](#)
- [GET – Gesunde Entscheidungen treffen](#)
- [Gesund ein Mann werden](#): Prävention für Burschen; Broschüre
- Sensibilisierung für chronische Krankheiten wie Diabetes, Hämophilie oder Hauterkrankungen wie Akne, Neurodermitis, etc., z.B. [Website „Schüler:innen für Schüler:innen“](#), auf der in kurzen Videos junge Menschen über ihre Erkrankung berichten und diese von Ärzten erklärt wird.

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Stundenplanungen/-vorbereitungen/-bild
- Dokumentation: Jahresplan/Lehrstoffverteilung
- Dokumentation von fächer-/jahresübergreifenden Projekten
- Transfer des Kompetenzmodells

3. An unserer Schule achten wir bewusst auf die zeitliche Gestaltung der Unterrichtsstunden. Der Wechsel von Aktivität und Ruhepausen auf körperlicher und geistiger Ebene zur Förderung der Konzentration sind Teil des Unterrichtsangebots. ! [H2](#), [H4](#), [H8](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Kinder und Jugendliche sollten nicht länger als maximal 60 Minuten am Stück mit sitzenden Tätigkeiten verbringen (österr. Bewegungsempfehlungen). Auch die Aufmerksamkeitsspannen von Heranwachsenden verlangen nach regelmäßigen Unterbrechungen und Wechsel der Lernform: Grundschulkinder können ca. 15-20 Minuten konzentriert arbeiten, Schüler:innen der Mittelstufe bis zu 30 Minuten. Kurze Bewegungspausen bieten sich an, um Unterrichtsabschnitte zu strukturieren und die Konzentrationsfähigkeit wieder aufzubauen. Oft reicht es aus, sich ausgiebig zu strecken und zu gähnen.

Ein bewegungsfreundlicher Unterricht ermöglicht es Schüler:innen, soweit es die räumlichen Bedingungen zulassen, ihren Lernplatz und ihre Lernhaltung selbst zu wählen, d.h. alternative Sitzformen, dynamisches Sitzen, aber auch stehend oder liegend zu lernen sind erlaubt. Es ist den Lernenden möglich, sich frei im Klassenzimmer zu bewegen, vielleicht auch für einzelne Aufgaben andere Orte aufzusuchen (z.B. Flure, Lernräume, etc.).

Bewegte Lernformen verknüpfen das Lernen mit Bewegungsimpulsen. Sie lockern den Unterricht auf und ergänzen herkömmliche Unterrichtsformen. Moderate Bewegung beim Lernen kann das Behalten von Lerninhalten verbessern, Lernstoff ist dadurch schneller und sicherer aus dem Gedächtnis abrufbar. Im Unterricht können Bewegungsspiele das Einprägen von Lerninhalten unterstützen oder zur Veranschaulichung von Lernstoff dienen.

Im Unterricht werden Entspannungs-, Konzentrations- und Bewegungspausen bewusst zwischen den Lernphasen eingebaut. Um Anspannung und Aktivierung wieder abzubauen ist Entspannung im Unterricht sehr wichtig. Durch gezieltes Achtsamkeitstraining können Schüler:innen ihren Kopf wieder frei bekommen und Energie aufladen.

Um die Anforderungen des Alltags gut bewältigen zu können, braucht es genügend Ressourcen und Kraftquellen, die in den Schulalltag und den Unterricht integriert werden. Insbesondere Schüler:innen brauchen Erfahrungsräume und Phasen der Achtsamkeit, um sich selbst erfahren zu können, sowie Selbstwirksamkeit und Selbstbeeinflussung erlernen zu können.

Bewertung

★ Freiwillige Integration von Bewegungs- UND Entspannungsphasen in den Regelunterricht. 1 Punkt	★★ Bewegungs- UND Ent- spannungsphasen wer- den in der Mehrheit der Klassen regelmäßig durchgeführt – durch Lehrpersonen oder durch Peers. 2 Punkte	★★★ Bewegungs- UND Entspannungsphasen werden in der gesamten Schule regelmäßig durchgeführt - durch Lehrpersonen ODER durch Peers. Unterricht in Bewegung wird in der Mehrheit der Klassen systematisch umge- setzt. 3 Punkte
--	--	---

Impulse für die Umsetzung

- eine tägliche Ankommensphase von 30 Minuten ist eine mögliche Maßnahme für die Rhythmisierung des Unterrichts, die den Lehrpersonen Freiraum verschafft, da die Aufsicht aufgeteilt werden kann.
- Bewegungs- und Entspannungsphasen im Unterricht: Erstellung eines gemeinsamen Plans (z.B. Entspannung vor Überprüfungen, das „Teeritual“, ...), weitere Informationen und Ideen in der Broschüre „Entspannung, Achtsamkeit und Auflockerungsübungen“ des österreichischen Netzwerks Service Stelle Gesunde Schule (erhältlich bei der ÖGK)
- entsprechende Fortbildung der Lehrpersonen
- Rhythmisierung innerhalb des Unterrichts (z.B. Einstieg in die Unterrichtsstunde, Wechsel zwischen Aktivität und Entspannung,...)
- Offene Lernformen wie Tages- und Wochenplan, Freie Arbeit, Werkstattunterricht, Stationenlernen, Projektarbeit, Gruppen- und Partnerarbeit u.a. kommen zur Anwendung
- Lernphasen und Bewegungspausen abwechseln
- Bewegungsaufträge in der Planarbeit zulassen
- Entspannungsübungen einbauen
- Ausbildung von Bewegungscoaches/ Bewegungsbuddys im Sinne des Peer Learnings z.B. aus dem Programm Vital4Brain
- bewegtes und bewegendes sowie selbsttätiges Lernen mit Methodenvielfalt
- Freiarbeit, Wochenplanarbeit und Projektlernen
- bewegungsfördernde Lern- und Arbeitstechniken
- Wechsel der Unterrichtsorte
- sinnesaktives Lernen
- Sitzordnungen flexibel gestalten und häufiger wechseln



- Sitzhaltungen verändern bzw. bewegliche Sitzgeräte – Bewegte Schule
- Reflexion von Umgang mit Zeit als Beitrag zu einer Bildung für nachhaltigen Entwicklung im Sinne des One Health Approach „Preventing the next pandemic“
 - » [Unterrichtsskizzen](#) und Hintergründe
 - » [Umfangreiche Materialiensammlung](#) zum Thema Zeit
- Integration im Unterricht von ganzheitlichen Übungen zur Förderung der Achtsamkeit, Ruhe und Selbstwahrnehmung (siehe Kriterium Beziehungen gestalten, Merkmal 4 | [Seite 106](#))

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der Umsetzung von Maßnahmen
- Bilddokumentation
- Wie achten Sie auf die zeitliche Gestaltung?
- Welche Maßnahmen für einen Wechsel setzen Sie um?
- Gibt es Maßnahmen zur Stressreduktion?

4. Die Leistungsbeurteilung ist nachvollziehbar und transparent. Leistungsstand, individuelle Entwicklung und mögliche Lernunterstützung werden den Schüler:innen bzw. Eltern in regelmäßigen Abständen mitgeteilt. ! [H1](#), [H8](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Guter Unterricht ist unter anderem durch eine hohe **Transparenz** der Kriterien zur **Bewertung** sowie einer **konstruktiven Feedbackkultur** geprägt. Transparent bedeutet, dass ich mich informieren kann, wenn es mich interessiert – leicht zugänglich, verstehbar und nachvollziehbar. Konstruktive Rückmeldung bedeutet Einhaltung von Feedbackregeln („Sandwichregel“), Aufzeigen von Verbesserungspotential, etc.

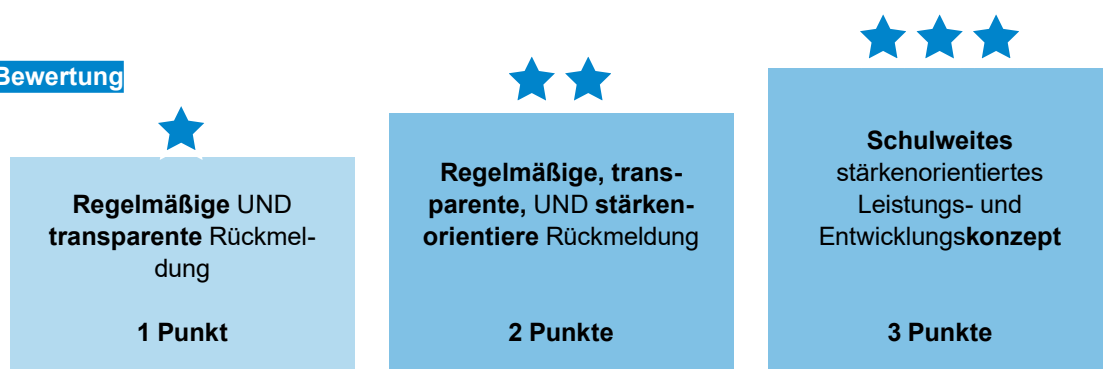
Lernentwicklungsgespräche sind eine gute Möglichkeit, sich mit Schüler:innen und/oder Eltern/Erziehungsberechtigten über die Entwicklung und den individuellen Leistungsstand auszutauschen. Das Gespräch ist auf Augenhöhe zu führen und die aus schulischer Sicht wichtigen Themen sollen angesprochen werden. Kern des Gesprächs ist es, klare und überprüfbare Ziele für die weitere Arbeit zu vereinbaren und der Schülerin/dem Schüler (Mit-)Verantwortung für den eigenen Lernprozess zu übertragen.

Diese Gespräche sollten je nach Schultyp in

- » regelmäßigen Abständen: Sprechstunde, Elternsprechtag, KEL-Gespräche
- » auf Nachfrage: seitens der Eltern/Erziehungsberechtigten, Schüler oder Ausbildungsbetrieb (TFBS) oder
- » bei Bedarf: seitens der Lehrperson, der Eltern/Erziehungsberechtigten, Schüler oder Ausbildungsbetrieb (TFBS) geführt werden.
- » persönlich oder schriftlich erfolgen.

TFBS + Sek 2: Die Schüler:innen dürfen ohne Eltern zu den Sprechstunden kommen.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Lerncafés
- Information über Beurteilungskriterien zu Beginn des Schuljahres
- regelmäßige Information über Leistungsstand
- Schüler:innen dokumentieren die Leistungen
- einen Leitfaden für „Konstruktives Feedback geben“ erstellen
- Entwicklung und Verwendung eines Gesprächsleitfadens (Bestandsaufnahme, Zielvereinbarung,...)
- Erstellung und Einhaltung eines Plans (Regelmäßigkeit und Spezialfälle)
- alternative Leistungsbeurteilung (mit Gesprächen)
- Gesprächsleitfaden zum Frühwarnsystem und Frühinformationssystem
- Klassenkonferenzen, in denen die Potenziale einzelner Schüler:innen betrachtet und Maßnahmen zur Förderung abgeleitet werden
- Kenntnis relevanter Ansprechpartner:innen und Hilfsangebote für Kinder und Eltern
- Individualisierung - Das Geheimnis guter Schule: Medienportal LeOn
- Nutzen von Fortbildungsangeboten

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Konzept für Beurteilung – Welche Kompetenzen werden wie beurteilt?
- Vorlage des Leitfadens für Feedback
- SWOT-Bogen für jedes Fach und jede/n Schüler:in
- Stärkenmappen in der MS
- Vorlage unterschiedlicher Gesprächsleitfäden
- Elternsprechtag
- Sprechstunden
- individuelle Entwicklungsgespräche | KEL Gespräche
- Konzept für Beurteilung – Welche Kompetenzen werden wie beurteilt?
- Dokumentation der Leistungsbewertung und des Feedbacks
- Reflexion der Direktion: "Was bedeutet transparente Leistungsbeurteilung an unserer Schule mindestens?", "Wie viel Prozent des Kollegiums setzen transparente Leistungsbeurteilung um?"

5. Wir fördern an unserer Schule einen schonenden Umgang mit natürlichen Ressourcen. ! H5, H7

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Natürliche Ressourcen bilden die Grundlage für den Wohlstand einer Gesellschaft. Mit ihrer Hilfe werden zahlreiche Produkte hergestellt. Allerdings wächst die Gefahr, natürliche Ressourcen in einem Umfang zu nutzen, dass diese in naher Zukunft nicht mehr ausreichend vorhanden sind. Wir leben so, dass die natürlichen Ressourcen nicht ausreichen.

Nachhaltige Entwicklung wird nicht nur im Unterricht behandelt, sondern auch im schulischen Alltag praktisch umgesetzt. Nachhaltigkeit sollte nicht nur im Unterricht theoretisch behandelt, sondern auch im schulischen Alltag mitgestaltet werden. Je selbstverständlicher der schonende Umgang mit Ressourcen in der Schule praktiziert wird, desto eher werden diese von Schüler:innen angenommen. Ganz nach dem Motto „Mit gutem Beispiel vorangehen.“



"Unter Nachhaltigkeit versteht man eine Form des ökologischen und ökonomischen Handelns, die gegenwärtigen und zukünftigen Generationen vergleichbare oder bessere Lebensbedingungen sichern soll, indem mit (sozialen, wirtschaftlichen, oder Umwelt-) Ressourcen sorgsam umgegangen wird."

Die Entwicklung von Kompetenzen für einen schonenden und achtsamen Umgang mit Ressourcen wird im Unterricht und in den Betreuungsangeboten ermöglicht.

Bewertung



JA 1 Punkt

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen



NEIN 0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- themenbezogene Gelegenheiten zur fächer- und klassenübergreifenden Zusammenarbeit (z.B. Projekttag/-woche zu Energie, Klimaschutz, Geschlechtergerechtigkeit, Biodiversität etc.).
- handlungsorientiertes Lernen in realen Situationen (z.B. Austausch mit Fachleuten, Besuch von Anlagen zur Energiegewinnung, Mithilfe beim Bau einer Solaranlage, Energie-Check für das Schulhaus)
- Der Wissenstransfer ist über das ganze Schulteam hinweg gewährleistet (Siehe Kriterium Professionalisierung, Merkmal 1 und 2 | [Seite 80](#), [Seite 82](#))
- Wissenschaftlich und praxisgeprüfte, anwenderfreundliche [Angebote vom Netzwerk Bine Tirol](#)
- [Nachhaltigkeit und Ressourcenverbrauch](#)
- [Diese 7 Denkweisen sollten die Wirtschaft im 21. Jahrhundert bestimmen](#)
- klimaneutrale Schule: Ausbildung von Peers (Schüler:innen und Lehrer:innen), Umsetzung (z.B. Projekt von der Uni - makingAchange)
- Müllvermeidung (zero waste)
- plastikfreie Schule
- Energiesparen
- Einsatz digitaler Tools (Tüftelakademie hat dazu einiges - Schüler:innen messen und entwickeln Ideen... Siehe Kriterium Lernen und Lehren, Merkmal 1 | [Seite 129](#))
- food waste,...
- nachhaltige Nutzung des Schulgartens
- Ressourceneinsparungen
- Re- und Upcycling

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der Maßnahmen
- Woran erkennen wir, dass unsere Schule aktiv und achtsam im Umgang mit Ressourcen ist?



Kriterium

Digitale Resilienz

Die Digitalisierung und die damit einhergehenden Transformationsprozesse bringen für Schulen zahlreiche neue Veränderungen und Herausforderungen mit sich, welche auch auf allen Ebenen des Schulalltags sichtbar werden.



Digitale Resilienz bedeutet Wandlungs- und Widerstandsfähigkeit in digitalen Zusammenhängen und ist ein wesentlicher Faktor für eine Gesunde Schule, um in modernen Zeiten auch digital bestehen zu können. Es geht darum, an der Schule für die digitalen Herausforderungen gewappnet zu sein. Dazu gilt es neue Kompetenzen und Kapazitäten zu entwickeln. Das Konzept der digitalen Resilienz geht damit über den Begriff des individuellen, nutzerzentrierten Ansatzes hinaus und nimmt eine normative Perspektive auf gesellschaftliche Strukturen und soziale Verantwortung ein. Der Einsatz digitaler Medien soll dabei die Zukunftskompetenzen fördern: Lernende dazu befähigen, an der sie umgebenden, sich rasant verändernden Welt aktiv zu partizipieren und die Zukunft gestalten zu können. Sollen Schüler:innen nicht in einer Parallelwelt leben, müssen Bildungsprozesse die digitale Transformation vollziehen. Des Weiteren ist eine **Medienkompetenz eine Basiskompetenz** um gute gesundheitsrelevante Entscheidungen treffen zu können und ist somit ein wichtiger Baustein von Gesundheitskompetenz. Die Digitalisierung hat uns ebenso in der Pandemiebewältigung ihr Potential vor Augen geführt (Stichwort Homeoffice und Homeschooling).

Insgesamt sind drei Bereiche für die Arbeitszufriedenheit, die Lernmotivation und das Wohlbefinden von wesentlicher Bedeutung:

- » Digitales Equipment & Konnektivität (barrierefreie Ausstattung)
- » Digitale Medien (gesunder Umgang und Verwendung)
- » Professionalisierung und Schulentwicklung (IT - Fort- und Weiterbildung/Schulungen) - dieses Gelingenskriterium ist im Bereich Organisation verankert | [Seite 43](#)



Fact Sheet HBSC Studie zu Medienkonsum

www.sozialministerium.at



Merkmale im Detail

1. Wir fördern an unserer Schule den gesunden Umgang mit digitalen Medien und haben das im Digitalisierungskonzept verankert.

! H4, H5

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Gegenüber Chancen, wie der Entstehung neuer Partizipationschancen und Inklusionsdynamiken oder kollektive Innovations- und Produktionsformen, stehen Risiken der Digitalisierung, wie verstärkte Abhängigkeiten von Informations- und Kommunikationstechnologien, die Gefahr der sozialen Vereinsamung oder die Fragmentierung bzw. Radikalisierung der Gesellschaft durch die Isolierung und Abschottung öffentlicher Diskurse (z.B. über Effekte von Filterblasen oder Echokammern) sowie ungleich verteilte Teilhabemöglichkeiten und digitale Kompetenzen, die durch Dynamiken des "Digital Divide" weitreichende Wirkungen entfalten.¹

Dazu kommen gesundheitliche Risiken: es gibt Evidenz für eine Zunahme von Augenschmerzen, Kurzsichtigkeit, Haltungsschäden, muskuloskelettalen Beschwerden, Bewegungsmangel und Schlafschwierigkeiten. Um dem entgegenzuwirken gilt es die **Mediennutzung hinsichtlich der Dauer bewusst zu gestalten**. Eine Einführung von, der Mediennutzung entsprechend, genügend Pausen und Entspannungsübungen in den Unterricht unterstützt die Erholung und beugt den gesundheitlichen Risiken vor. Im Bereich der Schulorganisation geht es darum die Erreichbarkeiten zu regeln, z.B. mit Zeitplänen für Erreichbarkeiten für unterschiedlichste Kommunikationskanäle wie Telefon, E-Mail, SMS, WhatsApp, Signal, SchoolFox, etc.

Laut der EU Kids Online-Befragung in Deutschland 2019 verbringen die 9- bis 17-Jährigen im Durchschnitt täglich 2,4 Stunden online. Dabei hat das Smartphone als mobiles Endgerät die höchste alltagspraktische Relevanz. Die Coronapandemie und einhergehendes Homeschooling haben die Nutzungszeiten zum Teil drastisch erhöht. Für die Mediennutzungsdauer gibt es entsprechend dem Alter von Kindern folgende Regeln, die als Orientierung dienen (Quelle: BzGA und Saferinternet.at):

- » Kinder im Alter von 0 bis 3 Jahren: keine Bildschirmmedien nutzen
- » Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren: höchstens 30 Minuten täglich
- » Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren: höchstens 45 bis 60 Minuten täglich
- » für ältere Kinder eignen sich gemeinsam vereinbarte Regeln viel eher als ein starres zeitliches Limit. Vereinbaren Sie auch medienfreie Zeiten, z. B. beim Essen!

Kinder werden immer jünger, wenn sie beginnen, sich eigenständig im Internet zu bewegen. Die Erfahrung zeigt: Dazu werden nicht nur Computer oder Smartphone der Eltern verwendet, am Ende der Volksschule besitzt weit mehr als die Hälfte der Kinder eigene Geräte. Viele Kinder lernen ganz selbstverständlich, Medien zu bedienen und zu nutzen. Doch Medienkompetenz bedeutet mehr als zu wissen, welche Knöpfe man drücken muss. Um **Medienkompetenz zu fördern** ist eine systematische Einbindung dieser Inhalte in den Lehrplan, projektorientiertes Lernen sowie Zusammenarbeit von schulischen und außerschulischen Institutionen (z.B. Jugendeinrichtungen) relevant. Themen mit Gesundheitsbezug im Umgang mit digitalen Medien sind: (1) Soziale Medien, Influencer:innen und Werbung, (2) Internet, Privatsphäre und Datenschutz, (3) Sexting und (4) Cybermobbing.

Die Digitalisierung in der Schule ist zu begrüßen, aber es ist wichtig die gesundheitsrelevanten Aspekte zu beachten; die Förderung von **Lebenskompetenzen** ist ein bereits bestehender Ansatz (siehe Kriterium Ganzheitliche psychosoziale Gesundheit I [Seite 159](#)), der diesbezüglich ebenfalls wichtig erscheint. **Analoge, smartphone-freie Bereiche/Zonen/Zeiträume** einzurichten ist ein wichtiger Baustein für den gesunden Umgang mit digitalen Medien. Hier gilt es entsprechende alternative Angebote für Pausengestaltungen z.B. Bewegungsangebote, Spieleangebote, etc. zu schaffen (siehe Kriterium Bewegung I [Seite 175](#)).

Ein hohes Maß an **Selbstbestimmtheit** der Pädagog:innen im Zusammenhang mit verwendeten digitalen Medien ist aus gesundheitsförderlicher Sicht zu begrüßen, aber befindet sich im Spannungsfeld mit der **Handhabbarkeit** der digitalen Diversität für Schüler:innen. Hier gilt es immer wieder bewusst zu reflektieren und gut hinzuschauen, wo Diversität förderlich und wo sie hinderlich ist. Daher sollte man sich schulintern laut Erlass vom BMBWF auf eine Plattform pro Funktion einigen, d.h. für Kommunikationsprozess intern/extern, Unterrichtsprozess etc. (Zum Einsatz von digitalen Medien im Unterricht - siehe auch Kriterium Lernen und Lehren, Merkmal 1 I [Seite 129](#)).

Wird die gemeinsame Vorstellung zur Digitalisierung in einem Konzept festgehalten, entweder im Rahmen der Digitalisierungsoffensive, des 8-Punkte Plans oder SQA, dann werden dort die o.g. gesundheitsrelevanten Aspekte berücksichtigt und in der Schule verankert.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Falls Digitalisierungskonzept vorhanden: gesunder Umgang mit Medien ist im Digitalisierungskonzept verankert
- Umsetzung von individuellen Maßnahmen



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- [Onlineführung OUT OF CONTROL](#) – "Was das Netz über dich weiß!" vom Audioversum Tirol
- das Internet sicher nutzen: www.saferinternet.at; [FAQs für Lehrende](#)
- [Internet und Handyverhalten](#) von Safer Internet
- kostenloser Workshop „[Online mit Köpfchen](#)“: So seid ihr sicher im Internet unterwegs! AK Tirol (Schulklassen ab der 6. Schulstufe)
- Projekt GET der Service Stelle Gesunde Schule (ÖGK): Gesunde Entscheidungen Treffen u.a. im Themenbereich Medien; [Materialien zum Download](#)
- [Medienkompetenz für Jugendliche](#)
- Das InfoEck bietet außerdem Tipps für den richtigen [Umgang mit Fake News](#), sowie einen dazugehörigen Faktencheck. Für Fragen ist das InfoEck-Team unter 0800 800 508 und per E-Mail unter info@infoeck.at erreichbar – gerne kann auch ein Termin für ein online Infogespräch vereinbart werden
- [Website für Jugendliche](#), um eine ausgewogenen Mediennutzung unterstützen und Denkanstöße zum Thema digitale Medien und Medienabhängigkeit zu geben
- einerseits digitale Diversität fördern (es gibt eine Vielfalt an verwendeten digitalen Medien und diese können selbstbestimmt von den Lehrpersonen vorgeschlagen und eingesetzt werden) und gleichzeitig in Bezug auf Handhabbarkeit für die Schüler:innen abwägen (Übersichtlichkeit, sich auf bestimmte Plattformen einigen)
- An der Schule werden smartphonefreie Bereiche, Handyhotels und entsprechende alternative Angebote für Pausengestaltungen z.B. Bewegungsangebote, Spieleangebote, etc. entwickelt



- [Gewaltpräventionsprogramm „Click & Check“](#): Förderung eines verantwortungsvollen Umganges mit digitalen Medien (Bundeskriminalamt)
- [Infoblatt zu Bildschirmspausen bei Homeschooling](#) der AUVA
- [AUVA-Poster Augentraining leicht gemacht](#)
- [SAR Wert](#) (Strahlenwert) aller Handys
- Informationsbroschüre für Pädagog:innen: [Kinderaugen & Lernen: Besser sehen – besser lernen](#)
- Informationen der GIVE Servicestelle: [Gesundes Sehen beim Lernen](#)
- [Bild zu Augenübungen](#), weitere [Infos](#) zu Augenübungen
- [Übungen für den Bewegungsapparat](#) bei Bildschirmspausen
- Fortbildungsangebot nutzen z.B. [PHT](#)
- Workshops und Angebote von [#humanity](#) in Anspruch nehmen
- Workshops und Angebote von [saferinternet](#) in Anspruch nehmen
- [Internet-ABC](#)
 - » Lernmodule
 - » Surfschein
 - » Computer-ABC
 - » etc.

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Konzept zum gesunden Umgang mit Medien
- Dokumentation von Maßnahmen

2. Unsere Schule ist ausreichend mit barrierefreiem digitalem Equipment ausgestattet, die Konnektivität und Nutzung des Equipments ist für Schüler:innen, Lehrer:innen und Leitungspersonen an adäquaten ergonomisch gestalteten Arbeitsplätzen gewährleistet.

! [H4](#), [H5](#), [H8](#)

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Die Planung einer Bildungseinrichtung im 21. Jahrhundert führt an der Frage nach technischer Ausstattung nicht (mehr) vorbei: Stromanschlüsse, kabelloses Internet im Innen- und Außenbereich, Notfallknöpfe, elektronische Informationsbildschirme an den Wänden, etc. Eine genaue Planung der „Hardware“ ist dann möglich, wenn ein pädagogisches Konzept zur Medienerziehung vorliegt und die späteren Nutzer:innen der Bildungseinrichtung eine gemeinsame Vorstellung davon haben, welche Technik in welchen Räumen wie eingesetzt werden soll. Eine ausreichende Ausstattung mit digitalem Equipment ist auch Voraussetzung um an mittlerweile vielen Prozessen partizipieren zu können z.B. an Fortbildungen teilnehmen, Unterrichtsmaterialien nutzen, Kommunikation mit Schüler:innen, Eltern und Kolleg:innen. Darüber hinaus eröffnen sich dadurch neue und kreative Gestaltungsmöglichkeiten sowie Kooperation und gemeinsames Arbeiten unabhängig von Ort und Zeit. In einer Gesunden Schule wird Wert auf eine ergonomische Nutzung der digitalen Geräte gelegt.

Barrierefrei im Zusammenhang mit digitalem Equipment bedeutet Nutzbarkeit (zugänglich für alle Lehrpersonen und Schüler:innen), Funktionalität (z.B. Konnektivität hinsichtlich Internet und weiterem Equipment) und Anwendbarkeit (Wissen, wie man das Equipment verwendet).

Im Rahmen der Geräteinitiative „Digitales Lernen“ werden die Schüler:innen der 5. Schulstufe, sowie Lehrpersonen mit einem digitalen Endgerät ausgestattet.

Wir empfehlen vor dem Kauf von Geräten für z.B. Kompatibilität, Hardware, Softwareabstimmung sich mit den IT-zuständigen Expert:innen von Schule oder Bildungsdirektion abzustimmen. Das [Team von TiBS Technik](#) liefert Beratung, Installationshilfe, Support, Workshops und Fortbildungen.

Checkliste (mind. 7 von 10):

1.	Digitales Equipment (= Hardwareausstattung): Die Schule ist ausreichend mit digitalem Equipment ausgestattet - für Lehrpersonen, Schüler:innen, in der Direktion und in weiteren Räumen. » Siehe IT-Ausstattungsempfehlungen für Pflichtschulen (VS, MS, PTS) am Kustodenportal.tibs.at unter IT Standards » Für Bundesschulen: BMBWF-Leitfaden : Empfehlungen zur Nutzung digitaler Technologie an Schulstandorten	
2.	Helpdesk/Soforthilfe/e-buddies : Es gibt bei digitalen Problemen eine Möglichkeit der Soforthilfe – vor Ort an der Schule, per Telefon o.ä.	
3.	Internetzugang : Das Internet ist für Lehrpersonen und Schüler:innen nutzbar, die Schule ist mit WLAN ausgestattet	
4.	Kommunikationstool : Ein Kommunikationstool zur Zusammenarbeit zwischen Lehrpersonen, Schüler:innen und Eltern ist durch die effektive Nutzung digitaler Tools an der Schule eingerichtet.	
5.	Internetgeschwindigkeit : Die Internetgeschwindigkeit beträgt je digital genutztem Raum mind. 16 MBit/s	
6.	Netzwerk- und Datensicherheit : Die Netzwerke und Daten sind vor Fremdzugriffen mittels Passwörter, Firewall und Antivirensoftware geschützt	
7.	Datenschutz : Die Lehrpersonen und Schüler:innen sind betreffend Datenschutz ausreichend informiert/geschult; es wird darauf geachtet diesen einzuhalten (z.B. was ist im Hintergrund bei einer Videokonferenz sichtbar?)	
8.	Hardware-Update : Die Hardware ist "up to date", d.h. die Hardware wird regelmäßig erneuert und auf den "neuesten" Stand gebracht, dazu gibt es ein Infrastrukturkonzept und/oder einen Tauschzyklus	
9.	Software-Updates : Veralterte Software wird erneuert und auf den "neuesten" Stand gebracht	
10.	Ergonomische Arbeitsplätze : Grundvoraussetzungen (Stühle, Tische, Beleuchtung, etc.) für eine ergonomische und schonende Mediennutzung gegeben	

Bewertung


JA

1 Punkt

- Checkliste: Umsetzung von individuellen Maßnahmen in mind. 7 von 10 Bereichen


NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Konzept für eine digitale Schule erstellen und beim [8-Punkte-Plan](#) einreichen
- Bedeutungsvoller Einsatz digitaler Medien ist Thema in der Schulentwicklung: es gibt ein formuliertes Entwicklungsziel, das die Schule anstrebt
- die Schule (Lehrpersonen, Schüler:innen, Direktion, weitere Räume) wird ausreichend mit digitalem Equipment bestückt
- der **Internetzugang** wird für Lehrpersonen und Schüler:innen gewährleistet
- die **Internetgeschwindigkeit** wird so verbessert, dass je digital genutztem Raum mind. 16 MBit/s erzielt werden



- Die **Netzwerk- und Datensicherheit** wird mittels Passwörter, Firewall und Antivirensoftware vor Fremdzugriffen besser geschützt.
- Die Lehrpersonen und Schüler:innen werden betreffend Datenschutz ausreichend informiert/geschult. Es wird darauf geachtet diesen einzuhalten (z.B. was ist im Hintergrund bei einer Videokonferenz sichtbar?)
- Die veraltete **Hardware** wird erneuert und auf den "neuesten" Stand gebracht. Dazu gibt es ein
- Infrastrukturkonzept und/oder Tauschzyklus, im Sinne der Nachhaltigkeit auch eine refresh-Strategie (neuaufgesetzte Geräte aus EDV-Räumen zu frei zugänglichen Arbeitsinseln im Schulhaus für Schüler:innen "upcyclen")
- Für die digitalen Probleme wird eine Möglichkeit der Soforthilfe (Helpdesk) vor Ort an der Schule, per Telefon, etc. geschaffen; unkomplizierte Unterstützung durch e-buddies am Schulstandort
- Die veraltete **Software** wird erneuert und auf den "neuesten" Stand gebracht.
- [Initiative Digitales Lernen](#)
- Für die Arbeit an Bildschirmen werden adäquate Grundvoraussetzungen und Änderungen (Stühle, Tische, Beleuchtung, etc.) für eine **ergonomische und schonende Mediennutzung** - entlastend für Augen, Nacken, Schultern und Rücken, etc. - geschaffen.
 - » dabei spielt die Beleuchtung der Screens eine Rolle: Laptops und Tablets sollten nie mit „glare“ gekauft werden, sonst hat man alleine wegen der Spiegelungen Fehlhaltungen der Köpfe
 - » Reflexionen am Bildschirm werden durch die richtige Aufstellung im Raum verhindert. Idealerweise wird das bereits in der Planungsphase von Unterrichtsräumen berücksichtigt. Dies wird erreicht, indem die Blickrichtung parallel zu hellen Fensterflächen verläuft.
 - » bei Laptops und Tablets: Laptophalterungen oder Monitore anschaffen sowie Tastatur und Mäuse
 - » ausreichend große Schriftgrößen der Zeichendarstellung verhindern eine Überanstrengung der Sehleistung des Auges. Nähere Informationen sind im [Merkblatt M026](#) der AUVA zu finden
 - » [Informationen des Gesundheitsministeriums zu WLAN](#)
 - » [Informationen zu "Ergonomie von Schulmöbeln und EDV-Räumen"](#) von Dr. Heinz Fuchsig
 - » [Leitfaden zur Gestaltung von Bildschirm- und Büroarbeitsplätzen](#) der DGUV und ["Praktische Tipps" zur Einrichtung des Büroarbeitsplatzes](#) aus der Schweiz Broschüren zur Einrichtung von Bildschirmarbeitsplätzen

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Abfrage Kustoden / Datenerhebung
- Fotodokumentation der Arbeitsplätze
- [Checkliste](#)

3. Unsere Schule setzt KI-basierte Tools und Technologien sinnvoll und verantwortungsbewusst ein, um den Lernerfolg und die digitale Kompetenz der Schüler:innen zu steigern. ! H4, H8

**SOLL
MERKMAL**

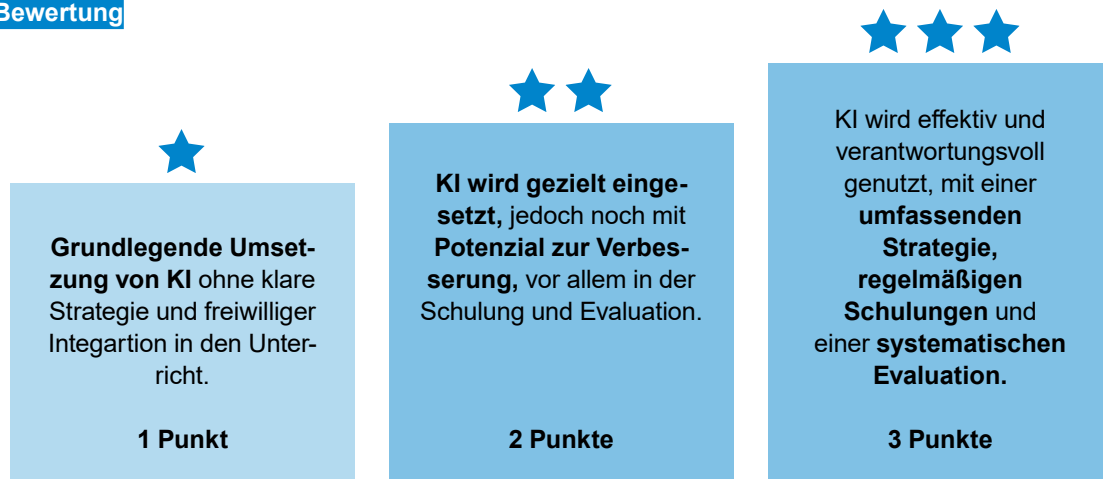
Erläuterung

Der verantwortungsvolle Umgang mit KI-Technologien ist ein zentraler Bestandteil der digitalen Bildung. Die Schüler:innen werden nicht nur im Umgang mit modernen Tools geschult, sondern auch in den ethischen und sicherheitsrelevanten Aspekten des digitalen Zeitalters. Ziel ist es, sie zu kritischen, kompetenten und reflektierten Nutzern der digitalen Welt zu machen.

Durch den Einsatz von KI können personalisierte Lernpfade erstellt werden, die sich an den Stärken und Schwächen der Schüler:innen orientieren. KI-gestützte Lernplattformen bieten sofortiges Feedback und fördern die Selbstständigkeit der Lernenden. Zudem wird durch den verantwortungsbewussten Umgang mit Daten und dem gezielten Einsatz von Algorithmen sichergestellt, dass der Datenschutz und ethische Richtlinien beachtet werden.

Künstliche Intelligenz (KI) wird als unterstützendes Werkzeug, zu traditionellen Lernmethoden eingesetzt, das individuelle Lernbedürfnisse berücksichtigt und gezielt Lernprozesse ermöglicht, um die Schüler:innen auf die Anforderungen der digitalen Zukunft vorzubereiten.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Workshops und Fortbildungen bieten den Lehrkräften nicht nur technisches Wissen, sondern auch ein Verständnis dafür, die KI als unterstützendes Lernwerkzeug im Unterricht eingesetzt werden kann.
- KI-Tools ermöglichen es, den Unterricht auf die individuellen Bedürfnisse der Schüler:innen anzupassen.
- Die Auseinandersetzung mit den ethischen Fragen der KI-Nutzung.
- Kooperation mit externen Partnern (Unternehmen, Universitäten oder anderen Bildungseinrichtungen) kann den Austausch von Wissen und Best Practice Beispielen fördern. Externe Partner können Schulen mit Expertenwissen unterstützen und Möglichkeiten für praktische Anwendungen von KI bieten.
- Der Einsatz von KI erfordert eine langfristige Investition in technische Infrastruktur, wie leistungsstarke Computer und schnelles Internet. Schulen sollten daher eine nachhaltige Strategie entwickeln, um die notwendige technische Ausstattung kontinuierlich zu verbessern.

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Feedback
- Stundenplanungen
- Learning Analytics
- Best Practice Modelle





Kriterium Ganzheitliche psycho- soziale Gesundheit

Psychosexuelle Gesundheit | Gewalt- und Suchtprävention

Psychosoziale und (psycho)sexuelle Gesundheit orientieren sich an der Gesundheitsdefinition der Weltgesundheitsorganisation (WHO), Gewalt- und Suchtprävention sind Teil der psychosozialen Gesundheitsförderung.



Psychosoziale Gesundheit bedeutet, sich wohlfühlen, seine eigenen Fähigkeiten entfalten zu können, mit einem normalen Maß an Belastungen im Leben zurechtzukommen, produktiv zu sein und einen Beitrag für die Gesellschaft leisten zu können. Erlebter sozialer Druck, Leistungsdruck, das eigene Leistungsniveau und die Zufriedenheit damit wirken auf die psychosoziale Gesundheit von Schüler:innen und Lehrer:innen. Weitere Einflussfaktoren sind das Klassen- bzw. das Schulklima sowie die Beziehungen zu den Mitschüler:innen und Kolleg:innen. **Lernen gelingt am besten, wenn wir**

uns wohl fühlen. Die psychosoziale Gesundheit wird vom ganzen schulischen Umfeld beeinflusst. In diesem Zusammenhang kommt auch der Schulkultur aufgrund des großen Einflusses auf die Gesundheit eine wichtige Bedeutung zu. Laut HBSC-Studie (Health Behaviour in School-aged Children) bestehen starke Zusammenhänge zwischen der Wahrnehmung der Schulkultur und der psychischen Gesundheit, die wiederum im Zusammenhang mit einer hohen selbsteingeschätzten schulischen Kompetenz und Schulfreude steht. Treten trotz aller Bemühungen einmal Schwierigkeiten auf, tragen ein offener wertschätzender Umgang und ernst gemeinte Hilfestellungen zu einer positiver Schulkultur bei. Falls Schwierigkeiten jeglicher Art auftreten ist es hilfreich, wenn Unterstützungs- und Beratungsangebote bekannt sind. Insbesondere für potentiell auftretende Krisen ist es wichtig, dass man vorbereitet ist. Eine umfassende psychosoziale Gesundheitsförderung in all ihren Ausprägungen betrifft nicht nur das Individuum, sondern auch das System Schule.

BMBWF Psychosoziale Beratung an und für Schulen www.schulpsychologie.at



HBSC Studien
www.sozialministerium.at

Fact Sheet HBSC Studie zur psychischen Gesundheit
www.sozialministerium.at



Psychosexuelle Gesundheit ist laut WHO untrennbar mit Gesundheit insgesamt, Wohlbefinden und Lebensqualität verbunden. Sie bedeutet nicht nur die Abwesenheit von sexuellen Krankheiten, Funktionsstörungen oder Gebrechen, sondern erfordert sowohl eine positive, respektvolle Herangehensweise an Sexualität und sexuelle Beziehungen als auch die Möglichkeit angenehme und sichere Erfahrungen frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt zu machen. Damit sexuelle Gesundheit erreicht werden kann, müssen die sexuellen Rechte aller Menschen anerkannt, geschützt und eingehalten werden. Neben dem Elternhaus ist die Schule eine der wichtigsten Lebenswelten, um alle Kinder und Jugendlichen in ihrer gesunden körperlichen und sexuellen Entwicklung zu unterstützen. **Eine positive, ganzheitlich orientierte und entwicklungsadäquate sexuelle Bildung von Schüler:innen aller Altersstufen wirkt sich positiv auf die Persönlichkeitsentwicklung aus.** Sie fördert sexuelle Selbstbestimmung, beugt negativen Erfahrungen wie ungewollter Schwangerschaft, sexualisierter Gewalt und sexuellen Krankheiten vor und trägt zum allgemeinen Wohlbefinden und zur Gesundheit bei.

Die psychosoziale und psychosexuelle Gesundheitsförderung in all ihren Ausprägungen betrifft nicht nur das Individuum, sondern auch das System Schule.

Aggressionen, Gewalt und Mobbing sind leider Teil unseres Alltags. Egal in welcher Rolle wesentlich ist, dass alle Beteiligten (Schüler:innen, Lehrer:innen, Erziehungsberechtigte) Unterstützung bei der Bewältigung der Probleme erhalten. Gewalt tritt in verschiedenen Formen (z.B. physische, psychische, sexualisierte Gewalt, rassistische Übergriffe) auf und kann unterschiedliche, teils massive Folgen für die Betroffenen haben. Vor allem **die Schule ist ein Ort, an dem Gewalt** – in welcher Ausprägung auch immer – **keinen Platz haben darf**. Damit die Schule ein Ort sein, an dem sich Kinder und Jugendliche gut entwickeln und geschützt aufwachsen können, muss seit dem SJ 2024/25 jede Schule verpflichtend ein Gewaltschutzkonzept erarbeiten.

Weiterführende Informationen:

- BMBWF - [Gemeinsam gegen Gewalt](#)
- Schulpsychologie - [Definition von Gewalt](#)
- [Mobbingprävention im Lebensraum Schule](#)
- BMBWF - [Gewaltprävention](#) und [Gewaltprävention an Schulen](#)

Gewaltprävention soll der Entstehung von Gewalt vorbeugen bzw. diese reduzieren. Eltern bzw. Erziehungsberechtigte, Schüler:innen und Schule sind gefordert, ihren Beitrag dazu zu leisten. Voraussetzung für eine funktionierende Präventionsarbeit ist eine gute Kommunikationsbasis und - wie auch in anderen Bereichen der schulischen Gesundheitsförderung - die Unterstützung der Schulleitung. Neben der Prävention nehmen Intervention und Nachbearbeitung (die bereits wieder präventiv wirkt bzw. wirken kann) eine zentrale Rolle ein.

Weiterführende Informationen:

- [Gewaltschutzkonzept erarbeiten](#)
- Achtsame Schule - [Leitfaden zur strukturellen Prävention von sexueller Gewalt](#)
- [Plattform Schutzkonzepte](#)



Fact Sheet HBSC Studie zu Gewalt
www.sozialministerium.at

Fact Sheet HBSC Studie zu Mobbing
www.sozialministerium.at

Schulische Suchtprävention will Risikofaktoren vermindern und Schutzfaktoren stärken, einerseits im Sinne der Verhaltensprävention, andererseits aber auch durch strukturelle Maßnahmen (Verhältnisprävention). Als suchtpreventive Schutzfaktoren gelten u.a. Beziehungs- und Konfliktfähigkeit, die Fähigkeit, Emotionen wahrzunehmen und zu regulieren, ein positives Selbstwertgefühl, ein aktiver Problembewältigungsstil, Selbstbehauptung und Standfestigkeit, eine hohe Selbstwirksamkeit, Genuss- und Erlebnissfähigkeit und Wissen über mögliche Risiken. Diese Schutzfaktoren können zum einen durch Schaffung eines guten sozialen Klimas und guter Arbeitsbedingungen, zum anderen durch die gezielte Persönlichkeitsentwicklung der Schüler:innen gefördert werden.

Eine langfristige, kontinuierliche und nachhaltige Suchtprävention innerhalb der Schule kann deshalb nur über die Lehrkräfte erfolgen. Sie sind es, die täglich mit den Schüler:innen in Kontakt treten. Neben den Erziehungsberechtigten sind sie am besten in der Lage, Schutzfaktoren zu fördern und für Risikofaktoren sensibel zu sein. Externe Expert:innen können schulische Prävention sinnvoll unterstützen. Als effizienter Weg, Kinder und Jugendliche in ihrer Entwicklung zu unterstützen und ihnen zu helfen, Schutzfaktoren aufzubauen, gilt, die gezielte Durchführung von Lebenskompetenzprogrammen, die geschulte Lehrkräfte kontinuierlich in den Schulalltag einzubauen.

Suchtprävention in pädagogischen Handlungsfeldern bedeutet auch, sensibel für etwaige problematische Entwicklungen zu sein und frühzeitig gegenzusteuern. Klare Regeln zum Substanzkonsum, in der Hausordnung verankert und von allen mitgetragen, sind ein weiteres wichtiges Element schulischer Suchtprävention. Ein weiterer wesentlicher Beitrag ist es, Eltern in präventive Projekte mit einzubinden. Dadurch erhalten sie einerseits relevantes Erziehungswissen, zum anderen werden die schulischen Aktivitäten mitgetragen und in ihrer Wirkung verstärkt.

Weiterführende Informationen:

- [Jugendportal](#)
- [Sozialministerium](#)
- [Jugendliche und Suchterkrankungen](#)



Fact Sheet HBSC Studie zu Gesundheitliches Risikoverhalten
www.sozialministerium.at



Merkmale im Detail

1. Unsere Schule ist für den Krisenfall vorbereitet. ! H5

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Ein wesentliches Merkmal von Krisensituationen ist ihr seltenes, aber plötzliches und manchmal unvorhersehbares Auftreten. Kompetentes Handeln setzt deshalb zuerst einmal ein „vorbereitet sein“ voraus. Um in Krisensituationen handlungsfähig zu sein und nicht im unorganisierten Chaos zu ersticken, sind **klare Verantwortungs- und Meldestrukturen** an der eigenen Schule, wie beispielsweise durch die Schaffung eines innerschulischen Krisenteams, sehr wichtig. Über schulrechtliche Bestimmungen, den Umgang mit den Medien und der Dokumentation im Notfall muss bereits im Vorfeld für jede Schule Klarheit bestehen. Dies sind die grundlegendsten Vorbereitungen, die jede Schule treffen sollte, um auf Krisen vorbereitet zu sein. Gibt es diese „vorbereiteten“ Strukturen, kann im Krisenfall der Schülerin/dem Schüler oder auch der Lehrerin/dem Lehrer gezielt geholfen werden. Darüber hinaus profitiert auch die Klasse und der Klassenvorstand – denn im Krisenfall können sich alle auf das Kriseninterventionsteam verlassen.

Um in Krisensituationen kompetent handeln zu können, bedarf es einer guten Vorbereitung. Auf der Homepage www.krisenintervention.tsn.at wird umfangreiches Material zur Verfügung gestellt. Die Durchsicht und Erarbeitung dieser Unterlagen ermöglichen ein „vorbereitet sein“. Im Krisenfall ist es hilfreich als Team zu agieren und gewisse Aufgaben zu besprechen und zu teilen. Ein weiterer zentraler Aspekt dabei ist es, schnell alle relevanten Personen, die informiert werden müssen, und diejenigen, die Unterstützung im Krisenfall anbieten, zu kontaktieren. Die Professionalisierung zu „Krisenteams an Schulen“ ist eine hilfreiche Vorbereitung für den Krisenfall.

Falls eine Krisensituation aufgetreten ist, ist eine Kontaktaufnahme mit der Krisenpsychologie über die Krisennummer 0676/885089260 (Brigitte Thöny) und/oder über die Schulpsycholog:innen im Bezirk möglich. So können ein telefonisches Coaching, oder weitere Schritte nach Bedarf z.B. eine Beratung in Präsenz mit der Lehrperson oder mit Schüler:innen, in Anspruch genommen werden.

Bewertung



Die **wichtigsten Kontakte** sind übersichtlich in einer Krisen-Kontaktliste dargestellt. Ebenso sind diese schnell zu finden, sodass im Krisenfall jede Person die zu informierende Personen kontaktieren kann.

1 Punkt



Eine **Krisenkontaktliste** wurde erarbeitet. Zusätzlich erfolgte eine **Auseinandersetzung mit Krisen** UND die Inhalte der [Homepage](http://www.krisenintervention.tsn.at) wurden gesichtet sowie die Bereitschaft zur Mitarbeit im Kollegium abgeklärt.

2 Punkte



Eine **Krisenkontaktliste** wurde erarbeitet. Zusätzlich gibt es am Schulstandort ein **ausgebildetes Krisenteam** (Ausbildung an der PHT durch die Schulpsychologie-Bildungsberatung).

3 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Kontaktliste erstellen
- Auseinandersetzung mit Inhalten auf der [Homepage](#)
- Diskussion im Kollegium und Bereitschaft zur Mitarbeit abklären
- Fortbildung für schulinterne Krisenteams (PH Tirol)
- [Psychische Erste Hilfe](#) (Jugendrotkreuz)
- [Erste Hilfe für die Seele](#)
- [Erste Hilfe leisten bei psychosozialen Krisen](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Kontaktliste (vorhanden)
- Thema an pädagogischen Konferenzen
- Krisenteam

2. An unserer Schule sind Unterstützungs- und Beratungsangebote allen Lehrer:innen, Schüler:innen und Eltern bekannt und im Schulgebäude öffentlich sichtbar. ! H5, H8

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

An wen wende ich mich? Diese Frage stellt man sich nicht nur als Schulleitung oder als Lehrperson, sondern auch als Schüler:in, deren Eltern und deren Bezugspersonen. Der niederschwellige Zugang (soll offen und frei zugänglich) zu diesen Informationen ermöglicht es Schüler:innen und deren Bezugspersonen sich eigenverantwortlich Unterstützung und Hilfe zu suchen und trägt durch diese Eigenermächtigung zu einer ganzheitlichen Gesundheit des Systems Schule bei. Dies kann zum Beispiel durch ein Plakat der Unterstützungsteams erfolgen. [Hier finden](#) Sie eine Vorlage der Bildungsdirektion Abteilung Schulpsychologie. Neben den Kontaktdaten werden auf dem Plakat auch [Kurzbeschreibungen der Unterstützungsleistung der einzelnen Institutionen](#) angegeben, damit auch klar ist, wer für was zuständig ist.

Darüber hinaus kann man sich vielfältig mit den Unterstützungs- und Beratungsangeboten auseinandersetzen:



Ein Beispiel zum Sichtbarmachen von Unterstützungs- und Beratungsangeboten
(umgesetzt von der Praxismittelschule der KPH-Edith Stein)



Bewertung**JA****1 Punkt**

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen zum Sichtbarmachen der Angebote

**NEIN****0 Punkte****Impulse für die Umsetzung**

- Unterstützungs- und Beratungsangebote sichtbar machen
- Plakat der Unterstützungsleistungen bearbeiten und aufhängen: [Plakat-Vorlage zum Befüllen](#), [Plakat Kurzbeschreibung der Unterstützungsleistungen](#) und [Anleitung](#) von der Bildungsdirektion Abteilung Schulpsychologie
- [Sammlung Unterstützungsangebote](#) zum Thema „Digitale Resilienz und Psychosoziale Gesundheit“ (erstellt mit Tiroler Expert:innen)
- Informationen zu Unterstützungs- und Beratungsangebote sammeln z.B. einen Gesunde Schule Infopoint schaffen
- [Broschüre Unterstützungssysteme inner- & außerhalb des Schulsystems](#) (SV, Styria Vitalis)
- [Sexualberatung und -therapie zu Themen der sexuellen Gesundheit](#) (sexuelle Identitäten und Orientierungen, sexualisierte Gewalt, sexuelle Gesundheit von Frauen*, etc.)
- [Psychische Erste Hilfe](#) (Jugendrotkreuz)
- [Time4friends](#)
- Übersicht bei Suchtmittelvorfällen an Schulen inkl. Kontakte: www.13er.info
- Übersicht mit Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten aushängen:
 - » [Kija Tirol](#)
 - » [Mädchenberatung](#)
 - » [Courage-Beratung](#)
 - » [Safe Places Tirol](#)
 - » [Turntable Kufstein](#)
 - » [Psychosozialer Krisendienst Tirol](#)
 - » [Zentrum Sexuelle Gesundheit Tirol](#)
 - » feel-ok.at
 - » [Jugendcoaching Tirol](#)
 - » [Hepi](#)
 - » [Familienberatung](#)
 - » [Rat auf Draht](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Aushang der Informationen
- Dokumentation weiterer Maßnahmen

3. Wir fördern an unserer Schule die Entwicklung von sozialen und interkulturellen Kompetenzen. ! [H2](#), [H3](#), [H7](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

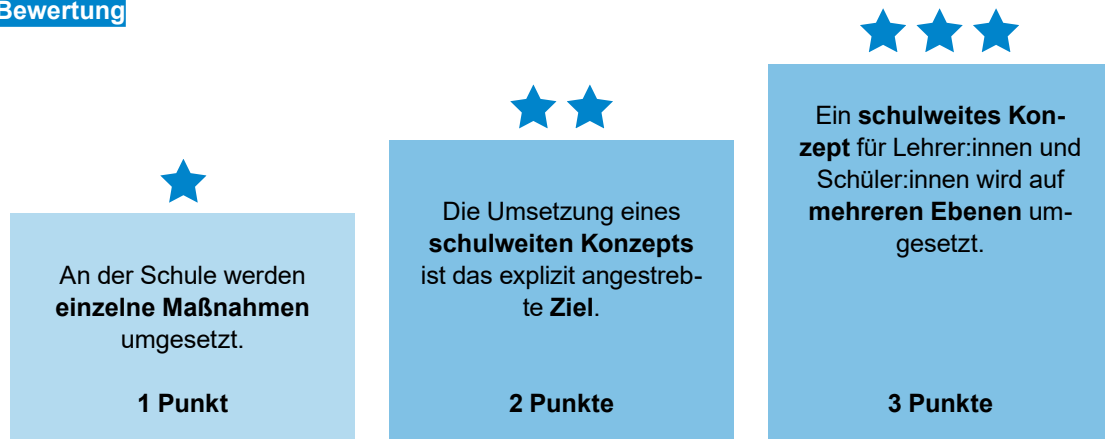
Die Förderung und Entwicklung von sozialen und interkulturellen Kompetenzen können helfen Gewalt vorzubeugen. Die Schule ist hierfür ein wichtiges Lernfeld, weshalb es wichtig ist, dass diese Inhalte im Stundenplan berücksichtigt werden, beispielsweise durch das Fach "Soziales Lernen", und dabei auch wirklich umgesetzt werden. Lehrpersonen und alle anderen in der Schule tätigen Personen haben den Kindern und Jugendlichen gegenüber eine bedeutende Vorbildwirkung, derer sie sich bewusst sein müssen. Beziehungsarbeit und das Prinzip der Gleichwürdigkeit spielen dabei eine wichtige Rolle (Siehe Gelingenskriterium Schulklima I [Seite 83](#)).

Soziale Kompetenz bezeichnet den Komplex all der persönlichen Fähigkeiten und Einstellungen, die dazu beitragen, das eigene Verhalten von einer individuellen auf eine gemeinschaftliche Handlungsorientierung hin auszurichten. Soziale Kompetenz umfasst Kenntnisse und Fähigkeiten im Umgang mit sich selbst (z.B. Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen, Wertschätzung, Selbstwirksamkeit, Eigenverantwortung) und im Umgang mit Anderen (z.B. Empathie, Achtung, Anerkennung, Kommunikations- und Kritikfähigkeit, Toleranz, Selbstdisziplin, Respekt, Sprachkompetenz, Perspektivenübernahme, Abbau von Vorurteilen Anderen gegenüber ...). Interkulturelle Kompetenz ist die Fähigkeit, mit Individuen und Gruppen anderer Kulturen effektiv und angemessen zu interagieren. Das interkulturelle Lernen ist damit in seiner Vielschichtigkeit und Komplexität ein lebenslanger Lernprozess, der nie abgeschlossen ist.

Fest an der Schule verankert bedeutet, dass nicht einzelne Aktivitäten oder Projekte umgesetzt werden, sondern dass an der Schule systematisch an das Thema herangegangen wird (PDCA-Kreis, siehe Kriterium Projektmanagement I [Seite 57](#)). Zentral dabei sind eine organisatorische Einbettung in das Schuljahr und in die Jahrgangsstufen sowie eine fächer- und klassenübergreifende Zusammenarbeit. Ein Konzept kann beispielsweise folgendermaßen aufgebaut sein:

	Lehrer:innen	Schüler:innen 1. Klasse	Schüler:innen 2. Klasse	Schüler:innen 3. Klasse	Schüler:innen 4. Klasse	...
Unterricht						
Workshops						
Projekte						
Schule						
....						



Bewertung**Impulse für die Umsetzung**

- Kommunikationstrainings
- Gestaltung der Schuleingangsphase
- gemeinsame Aktivitäten
- Selbstbehauptungs-/verteidigungskurse
- Einbindung von Theaterpädagog:innen oder anderen Expert:innen
- Etablierung eines Buddy-/Mentoring-/Coachingsystems
- einschlägige Workshops und Projekte
- Unterrichtsgestaltung – z.B. Üben der Feedbackregeln, Teamarbeit (wechselnde Zusammensetzungen), Übernahme von verschiedenen Rollen in Teams
- Verhaltenstraining
- Soziale Kompetenzen in der Klasse erwerben
- interkulturellen Dialog fördern, [Informationen dazu](#)
- Partnerschaften mit Schulen im In- und Ausland
- Exkursionen
- Sensibilisierung und Übungen im Sportunterricht (Übungen nicht gegeneinander sondern miteinander)
- Mini-Bücher „Ich mag mich“, „Wir halten zusammen“, „Eine echt gute Idee“ und „Beste Freunde“ (für VS, erhältlich bei der ÖGK)
- [Fairness & Fun ASVÖ Tirol](#)
- Anregungen für Lehrer:innen zur Persönlichkeitsstärkung und soziales Lernen im Unterricht, herausgegeben vom ÖZEPS
- Stärkenmappen mit Schüler:innen führen
- Initiative Stark fürs Leben: Fortbildung und Umsetzung, siehe www.gesundeschule.tsn.at
- Fortbildungsangebote nutzen z.B. [PHT](#)
- Fortbildungen für Lehrpersonen, Direktor:innen
- Persönlichkeitsentwicklung, Förderung persönlicher Ressourcen und Soziales Lernen z.B. mit dem kostenlosen Projekt [PERMA.teach](#).
- Umsetzung von Maßnahmen zu Zivilcourage und Werte von [#humanity](#)
- Programm der ÖGK zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit in der Volksschule "[Mit Menti und Supermenti auf Reisen](#)". Das Handbuch „Unsere Emotionen“ liefert Lehrkräften Anregungen, das Thema „Emotionen“ in den Schulalltag einzubauen. Zum Programm gehört auch ein Arbeitsbuch für Kinder sowie ein Handbuch für Eltern.
- Die „[Toolbox Psychische Gesundheit](#)“ verbindet niederschwelliges Theorie-, Handlungs- und Methodenwissen und soll bei der Bewusstseinsbildung, Entstigmatisierung, Krisenhilfe und Vernetzung für Interventionen rund um psychische Gesundheit, Krisen und psychische Erkrankungen bei jungen Menschen unterstützen. Sie kann kostenfrei bestellt oder heruntergeladen werden. Hier gibt es mehr Informationen.
- [Fibel zur Förderung der psychosozialen Gesundheit von jungen Menschen](#): evidenzbasierte Informationen und qualitätsgesicherte Tools zur Förderung des Wohlbefindens und der psychosozialen Gesundheit
- [Unterrichtsmaterialien "Stärken stärken" 7.-9. Schulstufe](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Gibt es ein (schulweites) schriftliches Konzept?
- Ist es an der Schule eindeutig geregelt, wann welche Maßnahmen/Unterrichtsinhalte/Aktionen zur Förderung interkultureller und sozialer Kompetenzen stattfinden?
- In welche Bereiche fällt die Förderung sozialer Kompetenzen – außer in den Gegenstand Soziales Lernen - eigentlich noch (beispielsweise B/S-Unterricht, Religion, Pausenregeln, etc.) und ist dort soziales und interkulturelles Lernen verankert?
- Haben wir jährlich wiederkehrende Veranstaltungen zum Thema interkulturelle/soziale Kompetenzen?
- Interviews mit Buddys
- Gibt es einen Plan (Zielpyramide)?

4. Eine lebensweltorientierte und ganzheitliche sexuelle Bildung, die sich am [Grundsatzterlass Sexualpädagogik](#) orientiert, wird in unserer Schule im Unterricht umgesetzt. ! [H1](#), [H8](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Der [Grundsatzterlass Sexualpädagogik](#) ist ein Bildungsauftrag, die sexuelle Entwicklung als Teil der ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung zu fördern. Er basiert auf den „Standards für Sexuaufklärung in Europa“ und den Menschenrechten. Zeitgemäße Sexualpädagogik versteht sich heute als eine Form der schulischen Bildung, die alters entsprechend in der frühen Kindheit beginnt und sich bis ins Erwachsenenalter fortsetzt. Sie soll einen positiven Zugang zur menschlichen Sexualität darstellen und eine positive Grundhaltung sich selbst gegenüber sowie das eigene Wohlbefinden fördern. Sexualität wird dabei als ganzheitliches, in die körperliche, emotionale und soziale Entwicklung eingebettetes Phänomen verstanden. Im Rahmen einer umfassenden Sexualpädagogik sollen Kindern und Jugendlichen wissenschaftlich gestützte und nicht verurteilende Informationen sowie Kompetenzen vermittelt werden, um verantwortungsvoll mit sich und anderen umzugehen. Sexuelle Bildung in der Schule leistet einen wichtigen Beitrag zur Befähigung von Kindern und Jugendlichen, um selbstbestimmte, fundierte Entscheidungen zu treffen, sowie einen eigenen Standpunkt und eine eigene Haltung zur Sexualität zu entwickeln.

Im Sinne der ganzheitlichen sexuellen Bildung sollen die Schüler:innen ein Bewusstsein für (psycho-) sexuelle Gesundheit und Rechte sowie eine akzeptierende Haltung bezüglich der unterschiedlichen Weisen des Lebens und Liebens als gelebte Realität in einer pluralistischen Gesellschaft entwickeln. Die Auseinandersetzung mit sexueller Gesundheit, sexuellen Identitäten, verschiedenen Liebes- und Lebensmodellen oder anderen spezifischen persönlichkeitsbildenden Merkmalen ist zwar kaum in den Ausbildungscurricula von Lehrer:innen vorgesehen, wird aber per Bildungsauftrag verlangt und stellt auch eine Realität in den Klassenzimmern dar. Verständlicherweise kann dies zu Überforderung führen und die ohnehin knappen zeitlichen Ressourcen zusätzlich vereinnahmen. Weiterbildungen oder die kompetente Zusammenarbeit mit geeigneten Stellen können Abhilfe schaffen.

Um die (psycho-)sexuelle Gesundheit und Entwicklung einzelner Individuen zu stärken und in der Folge in einer starken, gesunden und diskriminierungsfreien Gesellschaft leben zu können, ist es unabdingbar, sich bewusst im Rahmen unterschiedlicher Fächer auch mit sexualpädagogischen Inhalten zu beschäftigen. Schüler:innen soll bewusstwerden, welche gesellschaftliche Relevanz eine akzeptierende, offene und wertfreie Auseinandersetzung mit Sexualität hat. Sexuelle Rechte sind Menschenrechte und beinhalten das Recht eines jeden Menschen, Sexualität frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt leben zu können.

Die praktische Umsetzung sexualpädagogischer Maßnahmen soll sich am [Grundsatzterlass Sexualpädagogik](#) von 2015, an den [WHO-Standards](#) zur Sexuaufklärung in Europa und den [sexuellen und reproduktiven Menschenrechten](#) orientieren.

[Leitfaden zur Erstellung eines sexualpädagogischen Konzeptes \(BMBWF\)](#)



Bewertung**Impulse für die Umsetzung**

- Einbeziehung von externen Expert:innen in den sexualpädagogischen Unterricht
- [Einbeziehung außerschulischer Partner](#). Im Zweifel wird empfohlen, sich über die Seriosität und Qualität der außerschulischen Person beziehungsweise Organisation bei der jeweiligen [Clearingstelle](#) im Bereich der Sexualpädagogik, die in den Bildungsdirektionen eingerichtet ist, zu informieren.
- Inanspruchnahme von (wiederkehrenden) Präventionsveranstaltungen bzw. Workshops zum Thema sexuelle Gesundheit (z.B. „[Sexuelle Gesundheit, Liebe und Beziehung](#)“, etc.)
- Inanspruchnahme von Workshops oder Durchführung von fächerübergreifenden Schulprojekten zur Förderung der (psycho-)sexuellen Persönlichkeitsentwicklung
- Inanspruchnahme von Beratungsangeboten (z.B. [Zentrum Sexuelle Gesundheit Tirol](#)) und Infomaterial (z.B. Broschüre des InfoEcks Tirol „[Erster Sex und große Liebe](#)“, Broschüre der Kinder- und Jugendanwaltschaft Tirol „[Liebe und Sexualität](#)“, Broschüre des Zentrum Sexuelle Gesundheit Tirol „[Trans*Personen und sexuelle Gesundheit](#)“, etc.)
- Zusammenarbeit mit Eltern/Erziehungsberechtigten (SGA, Elternabende)
- Maßnahmen zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung (emotionale Intelligenz, gewaltfreie Kommunikation, soziales Miteinander, Toleranz, Offenheit und Respekt gegenüber Sexualität und unterschiedlichen Lebensstilen, etc.)
- Maßnahmen Förderung der Ausdrucksfähigkeit, um über sensible und schambesetzte Themen sprechen zu können (z.B. bei unangenehmen Berührungen Nein zu sagen)
- Maßnahmen einer pädagogischen Haltung der Lehrpersonen, die einen positiven Bezug zur sexuellen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen spürbar macht (respektvolle und gewaltfreie Kommunikation, Respekt vor der Individualität sexueller Entwicklung, etc.)
- Maßnahmen zur Förderung der Akzeptanz des eigenen Körpers
- Maßnahmen zur Erweiterung des Wissens und der Körperkompetenz unter Verwendung geeigneter und altersadäquater Unterrichtsmittel
- Kritische Reflexion über die Darstellung von Sexualität in den verschiedensten Medien sowie die Vermittlung eines kompetenten Medienumgangs in Bezug auf Beziehung und Sexualität (Online-Dating, Safer Internet, Pornografie, etc.)
- Maßnahmen Förderung der Akzeptanz unterschiedlicher Lebens- und Liebesformen in einer diversen Gesellschaft und in kulturell durchmischten Schulklassen
- Organisation sexualpädagogischer Angebote in leichter Sprache für Schüler:innen mit einer kognitiven Beeinträchtigung oder Lernschwäche
- Verwendung geeigneter sexualpädagogischer Methoden und Unterrichtsmaterialien (z.B. [Medienservice BMBWF](#), [GIVE Servicestelle für Gesundheitsförderung an Österreichs Schulen](#)) und Empfehlung seriöser Internetportale (z.B. [feel-ok.at](#))
- Verwendung geeigneter Videomaterialien (z.B. Erste Mal, Lebens- und Liebesformen, Beziehung, HIV/Aids, sexuelle Aufklärung, etc.) vom Medienportal LeOn
- Kenntnis der regionalen Beratungseinrichtungen (z.B. [Zentrum Sexuelle Gesundheit Tirol](#), [Aranea](#), [Courage Beratung](#), [First-Love-Ambulanz](#), [Mannsbilder](#), etc.) und bei Bedarf Weitervermittlung

- [themenspezifische Lehrer:innenfortbildung \(PHT\)](#)
- Wanderausstellungen am Schulstandort



Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Schulweites schriftliches Konzept, wie der Grundsatzterlass Sexualpädagogik in der Schule umgesetzt wird
- Dokumentation der umgesetzten Maßnahmen
- Wiederkehrende sexualpädagogische Präventionsveranstaltungen oder Projekte (z.B. Einbinden von Expert:innen, Buchung von Workshops zur sexuellen Gesundheit)
- Themenspezifische Lehrer:innenfortbildungen



5. Der Grundsatzterlass "[Reflexive Geschlechterpädagogik und Gleichstellung](#)" wird an unserer Schule umgesetzt. ! [H1](#), [H8](#)

**SOLL
MERKMAL**



Erläuterung

Der neue Grundsatzterlass "[Reflexive Geschlechterpädagogik und Gleichstellung](#)" (Grundsatzterlass Nr. 21/2018) ersetzt den Erlass aus 1995 (Erziehung zur Gleichstellung von Frauen und Männern). Er formuliert Anregungen wie Fragen der Gleichstellung in der Schule vor dem Hintergrund einer pluralistischen, von religiöser, kultureller und sozialer Vielfalt geprägten Gesellschaft, die auf allen Handlungsebenen berücksichtigt werden können (Fach- und Unterrichtsebene, Schulmanagement, Schulkultur).



Es werden fachübergreifende Bezüge zu folgenden Themen hergestellt: Weitergabe von Geschlechterstereotypen, Menschenrechte, Frauenbewegung, politische Bildung, Berufsorientierung, religiöse und kulturelle Vielfalt, Gewaltprävention, Sexismus, Trans- und Homophobie, Gesundheitserziehung und Sexualpädagogik hergestellt.



Gerade in der Schule, in der Sprache das wichtigste Instrument der Wissensvermittlung ist, ist die sprachliche Gleichbehandlung der Geschlechter für eine erfolgreiche Gleichstellung von unerlässlicher Bedeutung. Es ist allgemein bekannt, dass wir Sprache nicht nur hören oder sehen, sondern dass unser Gehirn die wahrgenommene Vermittlung über Sprache in Bilder, Szenen und Gefühle übersetzt. Sie kann inspirieren und neue Ideenräume schaffen aber auch ausgrenzen und diskriminieren. Gendersensible Sprache soll im Unterricht altersentsprechend behandelt werden. Ziel ist es, auf Grundlage des verfassungsmäßig verankerten Gleichstellungs- und Antidiskriminierungsauftrags die Gleichstellung der Geschlechter zu fördern und durch gemeinsam geschaffene Erfahrungsräume Ausgrenzungs- und Abgrenzungsmechanismen entgegenzuwirken.



Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Leitfragen zur Erstellung eines Konzepts:
 - » Wo gibt es bereits Anknüpfungspunkte zur Umsetzung des Grundsaterlasses?
 - » Was wird in den Jahrgangstufen wie angeboten?
 - » Mit welchem Erfolg?
 - » systematische Berücksichtigung des Grundsaterlasses in der Jahresplanung der unterschiedlichen Gegenstände sowie fächerübergreifend
- entsprechende Umsetzung im Unterricht, Verwendung entsprechender Unterlagen z.B. [Lehr- und Lernmappe für Theorie und Praxis zum Thema Gender & Schule \(für Schüler:innen ab 12 Jahren\)](#); [Unterrichtsbeispiele zur Sensibilisierung für Geschlechtergerechtigkeitsthemen \(Geschlechterrollenklischees, Mädchenarbeit, Bubenarbeit, geteilter Arbeitsmarkt, Frauenwahlrecht, Transgender und anderes\)](#)
- Teilnahme an Veranstaltungen/Projekten (z.B. Girl's Day, Boy's Day)
- Sichtbarmachen: Frauen und Mädchen sollen sprachlich sichtbar gemacht werden. Weibliche Personen sollen nicht in einer männlichen Form mitgemeint werden. [Leitfaden Geschlechtergerechte Sprache](#); Symmetrie: Mädchen und Jungen werden gleichwertig und symmetrisch benannt, angemessene Darstellung bzw. Beschreibung von Frauen und Männern, Mädchen und Jungen, sowie transidenten und intersexuellen Personen.
- [Gender Kompetenz und Gender Mainstreaming Kriterienkatalog für Schulen](#)
- Einbindung von Expert:innen; Lehrer:innenfortbildungen (Liste unterstützender Institutionen laut Bildungsdirektion)
- Veranstaltung fächerübergreifender Workshops zu einschlägigen Themen (z.B. gendersensible Sprache, Geschlechtsidentitäten, interkulturelle Kompetenzen, etc.)
- [Link zu allen Informationen des BMBWF](#)
- [Praxismaterialien für Fortbildung und Unterricht](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Beispielhafte Texte aus vielfältigen schulischen Bereichen
- Beispiele für Behandlung des Themas im Unterricht
- Dokumentation der Maßnahmen
- Wiederkehrende Veranstaltungen, Projekte (Einbinden von Expert:innen, Buchung von Workshops)
- Schulweites Konzept
- Themenspezifische Lehrer:innenfortbildungen

6. Wir arbeiten an der Schule mit einem umfassenden Konzept zur Gewaltprävention und zum Umgang mit Konflikten und Gewalt.

! [H5](#), [H7](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Gewaltprävention muss, damit sie wirksam ist, sehr breit und mit System angegangen und umgesetzt werden. Damit eine solche Umsetzung koordiniert ablaufen kann, braucht es gut durchdachte und in ein Konzept eingearbeitete Maßnahmen. Maßnahmen der Gewaltprävention werden unter Beteiligung der Schüler:innen bzw. Eltern/Erziehungsberechtigten nach einem erarbeiteten Konzept umgesetzt.

Durch Vermeidung von strukturellen Aggressions- und Gewaltpotenzialen wird Konflikten und Aggressionen vorgebeugt.

Zu einem umfassenden Konzept gehört es auch, möglichst frühzeitig Situationen mit Konfliktpotential wahrzunehmen und präventiv zu intervenieren (siehe Gelingenskriterium Schulklima I [Seite 83](#)). Darüber hinaus ist es wichtig Lehrer:innen, Schüler:innen und Eltern dafür zu sensibilisieren, [Grenzen zu erkennen und zu respektieren](#).

Umgang mit Konflikten/Gewalt: Gerade wenn es um Gewalt geht ist es absolut wichtig, dass sensibel, wohl überlegt und adäquat gehandelt wird, was wiederum das Wissen um die Dynamik von Gewalt voraussetzt. Ein Konzept, das die wichtigsten Informationen zum Thema sowie Handlungsleitfäden und Dokumentationshilfen enthält, kann in einem solchen Fall sehr hilfreich sein, um die Situation bestmöglich zu bewältigen. Ein solches Konzept enthält grundsätzliche Informationen zum Thema, Ansprechpersonen und Kontaktadressen, einen Hilfeplan nach dem im Bedarfsfall Schritt für Schritt vorgegangen werden kann, eine Checkliste wer zu informieren ist, rechtliche Aspekte Informationen zur Dokumentation oder Dokumentationsvorlagen.

Impulse und weitere Infos zur Erstellung eines Gewaltpräventionskonzepts haben wir [HIER](#) zusammengetragen.

	1.	2.	3.	4.	Schulweit
Primärpräventive Maßnahmen setzen vor dem Auftreten von Gewalt an und wenden sich an die Gesamtgruppe der Schüler:innen, um gewalttätige Einstellungen und Verhaltensweisen erst gar nicht entstehen zulassen. Für die Schule sind das Maßnahmen, die der Verbesserung der Unterrichtsqualität, des Klassen- und Schulklimas, der Sensibilisierung für ein wertschätzendes Miteinander, einer besseren Kooperation unter Lehrer:innen, und einer sozialverträglichen Kommunikation dienen (siehe Merkmal 1).					
Sekundärpräventive Maßnahmen richten sich an bereits identifizierte Risikogruppen, die gewaltbereites Verhalten zeigen. Die Maßnahmen werden sowohl aktuell als auch fortwährend bei Gewalttendenzen von Schüler:innen angewandt, um einem weiteren eskalierenden Verlauf entgegenzuwirken und weitere Risiken zu minimieren. Die Sekundärprävention in der Schule zielt auf Einstellungs- und Verhaltensänderungen auffälliger Schüler:innen ab. Sie soll mit allgemein-sozialen als auch personal-konkreten Maßnahmen das aggressive und gewaltbereite Verhalten vermindern und prosoziale Verhaltensweisen fördern.					
Tertiärpräventive Maßnahmen fokussieren darauf, bei deutlich aggressiven und gewaltbereiten Schüler:innen eine weitere Zunahme solcher Verhaltensweisen zu verhindern und deren negative Konsequenzen zu minimieren. Ausgehend von der Annahme, dass bei dieser Zielgruppe das gewalttätige Verhalten nicht mehr gänzlich abgebaut werden kann, wird zumindest eine Stabilisierung der Kinder und Jugendlichen angestrebt, um einer weiteren Verhärtung und Eskalation von Gewalt vorzubeugen. Ein Konzept, das die wichtigsten Informationen zum Thema sowie Handlungsleitfäden und Dokumentationshilfen enthält , ist hilfreich, um die Situation bestmöglich zu bewältigen.					

Abbildung: Vorlage Gewaltpräventionskonzept
Quelle: ÖZEPS (2009)¹

Bewertung



¹ ÖZEPS (2009), S. 45: www.oezeps.at

Impulse für die Umsetzung

- [Netzwerk Psychosoziale Gesundheit und Gewaltprävention TIROL](#)
- Vorschläge für Maßnahmen nach Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention: [ÖZEPS \(2009\)](#)
- [Informationen und Anregungen](#) für Pädagog:innen zum Thema Gewaltprävention und Mobbing der Kinder- und Jugendanwaltschaft Tirol (Kija Tirol)
- [Workshop](#) der Kija BotschafterInnen zum Thema Mobbing-Prävention, Kinderrechte Workshops
- Soziales Lernen und Persönlichkeitsbildung, z.B. mit [Stark fürs Leben](#)
- Verankerung von Soziales Lernen im Stundenplan
- Kontaktdaten von Beratungsstellen, Links in Klassenzimmern und Konferenzräumen aufhängen bzw. zur Verfügung stellen
- Qualifizierung von Lehrkräften (Diagnosekompetenz, Umgang mit eigener und fremder Aggression und Gewalt, konstruktiver Umgang mit Konflikten, Präventionsmaßnahmen, Krisenintervention)
- kooperative Schulordnung
- schuleigenes Konfliktmanagementsystem, z.B. Peer-Mediation/Schüler:innen-Streit-Schlichtung
- Regeln etablieren, Grenzen setzen, "Netiquette" erstellen (online Verhaltensregeln auf online-Lernplattformen): in einem partizipativen Prozess gemeinsam mit den Schüler:innen entwickeln
- Lernkultur entwickeln, gute Lernumwelt herstellen
- individualisierte und gute Lehrer:innen-Schüler:innen-Beziehungen
- genügend Bewegung
- wertschätzende Kommunikation
- Informationen der [Schulpsychologie](#) zu Gewaltprävention
- [Projekt Miteinander – Füreinander](#): Gewalt- und (Cyber-)mobbingprävention. Das Projekt unterstützt das Schulteam bei der Sensibilisierung für die Thematik Gewalt und Mobbing Erfahrungen in Kindergarten und Schule, sowie bei der Kompetenzerweiterung für die Prävention und im Krisenmanagement durch fachlich qualifizierte Expert:innen zu den Themen Gewalt und (Cyber-)Mobbing. Wir fördern zudem die Kooperation und Vernetzung mit Stützsystemen. Machen Sie mit und profitieren Sie von einer standortspezifischen Entwicklungsbegleitung. Kontakt: stopp.mobbing@ph-tirol.ac.at
- Medienportal LeOn: diverse Videos
- [Impuls zur Erstellung eines Konzeptes zur Gewaltprävention](#): Handlungsleitfaden, Stufenplan, Notfallplan; gemeinsam erarbeiten im Kollegium/Team; mit Schulpsychologie, SCHUSO-Schulsozialarbeit Tirol, Beratungslehrer:innen besprechen
- [Projekt Bärenstark](#) für VS
- Workshop für Lehrpersonen "[FaiRanggl](#)n - eine gewaltpräventive Methode in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen" (Buchungsanfragen an info@gewaltpraevention.tirol)
- Interventionsstrategien festlegen: bei Risiken und Gefahrensituationen einzuschreiten und Gewaltfördernde oder begünstigende Verhältnisse und Situationen möglichst zu stören oder zu unterbrechen. Gewalt wird nicht toleriert
- Gewaltpräventionsprogramm „Click & Check“: Förderung eines verantwortungsvollen Umganges mit digitalen Medien (Bundeskriminalamt)
- Workshops zum Gewaltprävention mit der Polizei (Horst Lehner, Mail: horst.lehner@polizei.gv.at)
- Aktionstage zur psychischen Gesundheit
- Vielfältige Informationen und Impulse für Jugendliche, Eltern, Lehrpersonen und Multiplikator:innen: www.feel-ok.at
- [Safe Places Tirol](#) - Schutzkonzept für Kinder und Jugendliche. Maßnahme zur Minimierung von Gewaltrisiken für Kinder und Jugendliche sowie Schutz für Lehrer:innen und Schule
- Fortbildungen, Workshops für Lehrer:innen, Schüler:innen, Eltern: www.saferinternet.at
- Fortbildungsangebote nutzen z.B. [PHT](#)
- Persönlichkeitsentwicklung, Förderung persönlicher Ressourcen und Soziales Lernen z.B. mit dem kostenlosen [Projekt PERMA.teach](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Gibt es ein schulweites schriftliches Konzept? Ist es dokumentiert?
- Ist das Konzept bekannt?
- Ist es an der Schule eindeutig geregelt, wann welche Maßnahmen/Unterrichtsinhalte/Aktionen zur Gewaltprävention stattfinden?
- Gibt es positive Beispiele für den Umgang mit Gewalt nach Handlungsleitfaden? Gab es auch andere Fälle? Warum?
- Dokumentation zum Umgang mit Konflikten und Gewalt
- Dokumentation der umgesetzten Maßnahmen zur Gewaltprävention
- Wie ist die Haltung des Lehrkörpers gegenüber Schüler:innen? Wie wichtig ist der Schule ein wertschätzender Umgang und Beziehungsaufbau?
- Haben wir einen ressourcenorientierten Blick auf die Schüler:innen?
- Gibt es klare Regeln in der Schule bzw. in der Klasse für den Umgang miteinander, sind diese allen bekannt und wird seitens der Lehrpersonen auf die Einhaltung geachtet?
- Gibt es im Lehrerkollegium eine Ansprechperson für das Thema Gewalt und ist diese im Kollegium bekannt?
- Fühlen sich alle Lehrer:innen als Teil des Teams und reagieren auf verbale und körperliche Gewaltvorfälle, die beobachtet werden? Wer muss informiert werden?
- Wie ist die soziale Kompetenz im Klassenverband?
- Gibt es „Rang- bzw. Positionskämpfe“ in der Klasse?
- Gibt es jemanden der/die sich für andere einsetzt?
- Gibt es eine Schülerin oder einen Schüler, die/der meistens oder immer alleine ist?
- Gibt es einen offenen Konflikt zwischen Schüler:innen?
- Gibt es einen Konflikt zwischen einer Schülerin/einem Schüler und einer Lehrperson?
- Wurde die Direktion informiert?
- Wurde die Schulsozialarbeit/Schulpsychologie informiert bzw. beigezogen?
- Wurden die Eltern informiert?
- Ist die Dokumentation der Beobachtungen, Gesprächsinhalte und gesetzten Schritte erfolgt?
- Wie ist das Vorgehen, wenn es zu psychischer, physischer oder sexueller Gewalt innerhalb der Schule kommt?
- Wer kann hier unterstützend zur Seite stehen?
- Welche Informationen müssen beim Thema Gewalt in welcher Form an Schüler:innen, Erziehungsberechtigte, etc. weitergegeben werden? (Stichwort Transparenz) Reflexion im Lehrkörper: Wie erfolgen Gruppeneinteilungen in Klassen? Wie erfolgen Teameinteilungen im Sport? Worauf wird dabei besonders geachtet? Wie ist unser Umgang bzw. unsere Sprache in der Klasse? Gibt es Schüler:innen, die in den Mittelpunkt gestellt werden, besonders gelobt werden, besonders oft zurechtgewiesen werden?

7. An unserer Schule gibt es eine oder mehrere Lehrpersonen, die mit ihren Klassen ein Lebenskompetenzprogramm zur Förderung der personalen und sozialen Kompetenzen umsetzen. ! H2, H8

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Im Grundsatzerlass zur Gesundheitsförderung ist die Suchtprävention als Förderung von psychischer und sozialer Gesundheit verankert. Zentral ist dabei die Förderung der Lebenskompetenzen wie beispielsweise Selbstwahrnehmung, Umgang mit Gefühlen, Kommunikation, Stressbewältigung, kritisches Denken u.v.m. Lebenskompetenzprogramme tragen zur Entwicklung von Schutzfaktoren bei, die das Risiko für Sucht sowie für Gewalt und psychische Störungen minimieren. Die kontinuierliche Durchführung der Programme stärkt nicht nur den Selbstwert und das Wohlbefinden der einzelnen Persönlichkeiten, sondern auch das gesamte Klassenklima.



Die Lebenskompetenzprogramme "Gemeinsam stark werden", "plus" und "Wetterfest" der österreichischen Suchtprävention werden in Tirol über das Fortbildungsprogramm der PHT angeboten. Die Lehrpersonen erhalten eine schulartenspezifische Schulung und ausgearbeitete Unterrichtsmaterialien (Übungen, Methoden und fertige Arbeitsblätter), die sie unmittelbar in ihrem Unterricht mit den Kindern und Jugendlichen umsetzen können. Ein speziell für Lehrlinge entwickeltes mediengestütztes Programm steht für Berufsschulen zur Verfügung.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Lebenskompetenzprogramm für die Primarstufe: ["Gemeinsam stark werden"](#)
- Modul: Gewaltprävention in der Volksschule
- Sekundarstufe I: ["plus" - Das österreichische Präventionsprogramm](#)
- Sekundarstufe II: "Wetterfest"
- Berufsschule: "Ready4life"
- Professionalisierung durch die Teilnahme an Fortbildungen
- Fortbildungsangebote nutzen z.B. [PHT](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Lehrstoffverteilung
- Teilnahmebestätigungen an Fortbildungen
- Artikel auf der Schulhomepage, im Jahresbericht
- Protokollauszug von Beschlüssen in der Schulpartnerschaft (Schulforum, SGA, usw.)

8. An unserer Schule gibt es eine klare Haltung in Hinblick auf den Umgang mit legalen stoffgebundenen und stoffungebundenen Suchtmitteln und das Kollegium nimmt seine Vorbildwirkung wahr.

! [H4](#), [H6](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Die präventive Haltung basiert auf "Hinschauen und Handeln", wertschätzender Kommunikation und positiven Beziehungen innerhalb des Kollegiums, zwischen Lehrpersonen und Schüler:innen und beinhaltet die Einbeziehung der Eltern/Erziehungsberechtigten. Dies wird in einer mündlichen oder schriftlichen Vereinbarung festgelegt. Der Umgang mit legalen Suchtmitteln (vom Handy und Internet bis zu derzeit legalen Nikotinprodukten) kann schriftlich in der Hausordnung verankert sein.

Gegen Regelverstöße bietet es sich an, ein Stufenmodell mit Sanktionen zu erarbeiten und schriftlich festzuhalten. Optionen für eine gesunde und "suchtfreie" Erholungs- und Freizeitgestaltung können beispielsweise gemeinsam mit den Schüler:innen erarbeitet und in den Pausen angeboten werden.

Im Handlungsleitfaden des BMBWF ist das Handlungsmodell abrufbar. Im Handlungsleitfaden des BMBWF ist der Ansatz "Hinschauen und Handeln" beschrieben.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- wertschätzende Beziehungs- und Gesprächskultur des Hinschauens im Schulalltag
- bewusste Vorbildfunktion der Lehrpersonen
- Erarbeitung der Haltung zum Umgang mit Suchtmitteln im Rahmen eines pädagogischen Tages
- Erarbeitung der Regeln und Konsequenzen durch Arbeitsgruppen
- Darstellung der Sanktionen anhand eines Stufenplans
- Präsentation des Stufenplans im Rahmen einer Konferenz
- Verankerung der Regeln zum Umgang mit legalen Suchtmitteln in der Hausordnung
- Einbeziehung der Eltern und Erziehungsberechtigten, z.B. im Rahmen von Elternabenden "Wir sind Eltern" - Kurzinfo zu den suchtspezifischen Themen Medien, Alkohol, Cannabis, etc.
- Organisation von Angeboten für Pausengestaltung
- Beteiligung an alljährlichen präventiven Aktionen
- für Lehrer:innen: [individuelle Beratung und Information zu Abhängigkeit und Sucht](#)
- für Schulleitungen: Nutzung des betrieblichen Coaching-Angebots von kontakt+co zum Umgang mit suchgefährdeten Mitarbeiter:innen

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der umgesetzten Maßnahmen
- mündliche oder schriftliche Vereinbarung zur Haltung
- Hausordnung
- Verhaltensregeln für die Schulgemeinschaft
- Bildliche Dokumentation
- Sind suchtpreventive Maßnahmen aufeinander abgestimmt und in verschiedenen Jahrgangsstufen verankert?



9. Die Schulleitung und unser Lehrkörper sind über die Möglichkeiten zur Früherkennung und den Umgang bei Vorfällen mit illegalen Suchtmitteln informiert und setzen das Handlungsmodell "Helfen statt Strafen" im Anlassfall konsequent um. ! H4, H7

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Der § 13 Abs. 1 des Suchtmittelgesetzes verpflichtet Schulen bei Vorfällen mit illegalen Suchtmitteln einzuschreiten. Es geht um ein Setzen klarer Grenzen und zugleich um frühzeitige Unterstützung unter dem Motto: „Helfen statt Strafen“. Die Umsetzung wird im Handlungsleitfaden des Bundesministeriums für Bildung, Wissenschaft und Forschung ausführlich erläutert.

Bei Bedarf bietet die Tiroler Suchtpräventionsstelle schulinterne Veranstaltungen bzw. Kurzvorträge im Rahmen von Konferenzen. Übersichtliche Aufbereitung der wichtigsten Informationen inkl. Kontaktmöglichkeiten sind hier zu finden: www.13er.info

Bewertung



JA

1 Punkt

- Umsetzung von individuellen Maßnahme



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Information im Rahmen einer Konferenz (bei Bedarf durch Expert:innen)
- Kurzfortbildung für das Lehrer:innenkollegium und/oder Input am Pädagogischen Tag
- Coaching im Anlassfall durch schulärztlichen Dienst, Schulpsychologie oder kontakt+co
- Handlungsmodell umsetzen
- Informationen bestellen: Merkblätter, Infocards und Flyer erhältlich bei kontakt+co Bestellung per Mail: office@kontaktco.at

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der Umsetzung von individuellen Maßnahmen
- Dokumentation über Erfolge der Maßnahmen (Erhebungen, Statistiken, etc.)
- Dokumentation des Handlungsmodells
- Dokumentation von Vorfällen und Konsequenzen (anonymisiert)
- Dokumentation der Maßnahmen zur Sensibilisierung für den Umgang mit illegalen Suchtmitteln



Kriterium Ernährung

Eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung ist ein wesentlicher Grundpfeiler für Gesundheit und Wohlbefinden und leistet einen wichtigen Beitrag zu einem gesunden Heranwachsen von Kindern und Jugendlichen. Deshalb kommt der Ess- und Ernährungsbildung eine besondere Bedeutung zu. Ziel ist es, formale und informelle Ernährungsbildung und das Verpflegungskonzept mit einer gemeinsamen pädagogischen Zielorientierung am Schulstandort aufeinander abzustimmen.

Die österreichische Ernährungspyramide ist die Grundlage für eine ernährungsphysiologisch ausgewogene Ernährung. Sie zeigt wie eine optimale Ernährung aussehen kann abwechslungsreich, vollwertig und bunt.

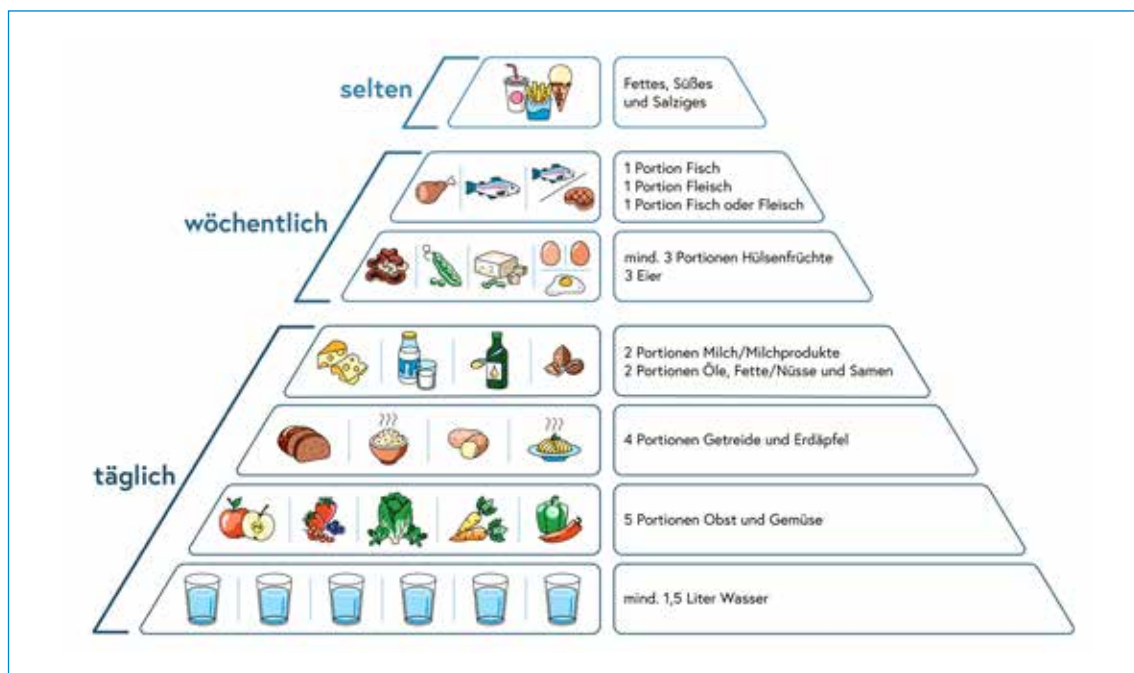


Abbildung: Österreichische Ernährungspyramide

Quelle: Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz¹



Fact Sheet HBSC Studie zu Ernährungsverhalten
www.sozialministerium.at

Merkmale im Detail

1. An unserer Schule wird eine optimale Ernährungsweise zur Stärkung der Ernährungskompetenz gefördert. ! [H1](#), [H5](#), [H8](#)

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Gesunde und nachhaltige Ernährung bekommt im Setting Schule einen wichtigen Stellenwert bei den Schüler:innen, denn in der Kindheit werden Ernährungsgewohnheiten geprägt, die später nur schwer zu ändern sind. Über die vielen Jahre der Schulzeit hinweg können Kinder und Jugendliche gesundheitsfördernde Verhaltensweisen erlernen, aber auch ungünstige Verhaltensmuster in eine günstige Richtung verändern, wenn eine optimale Ernährungsweise und die Entwicklung der Ernährungskompetenz als ganzheitlicher Ansatz in der Gesundheitsförderung betrachtet werden.

Im Setting Schule wird durch verhältnis- und verhaltensorientierte Maßnahmen eine optimale Ernährungsweise gefördert. Das Bekenntnis, eine gesundheitsförderliche Ernährungskultur zu fördern, ist im Schulprogramm UND/ODER in einem Ernährungskulturkonzept schriftlich verankert, sodass es für alle im Schulleben beteiligten Personen sichtbar und gelebt wird.

Bewertung



JA
1 Punkt

- Umsetzung von verhältnis- und verhaltensorientierten Maßnahmen zur Förderung einer gesunden Ernährungsweise



NEIN
0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- [weiterführende Informationen](#) zur schulinternen Qualitätsentwicklung
- Einbindung von Eltern, Schüler:innen und Lehrer:innen in der Planung und Umsetzung des Verpflegungskonzepts
- ein regelmäßiges Feedback zur Schulverpflegung in der Schulgemeinschaft einholen
- feste Essenszeiten in den Schulalltag, in den Unterrichtszeiten integrieren
- Lerngärten gestalten
- Ernährungskulturkonzept erstellen
- Lernanlässe für den Erwerb von Ernährungskompetenz gestalten

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- verhältnis- und verhaltensorientierte Maßnahmen werden umgesetzt
- Verankerung in der Qualitätsentwicklung
- Ergebnisse der Evaluation/Feedback
- Übersicht über die umgesetzten Maßnahmen
- Dokumentation und Sichtbarmachen/Visualisieren (z.B. Fotos vom Lerngarten, zubereitete Speisen)
- Lernszenarien dokumentieren
- verschriftlichtes Ernährungskulturkonzept

2. NUR Sekundarstufe 1 & 2: Die Angebote in den Automaten und am Schulbuffet an unserer Schule entsprechen den gültigen Qualitätsstandards. ! H5

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Die Schule ist, vor allem im Ganztagesbetrieb, nicht nur Lern-, sondern auch Lebensraum, an dem Theorie und Praxis erfolgreich verknüpft werden können. Ein attraktives und gesundheitsförderliches Verpflegungsangebot leistet für Schüler:innen als auch Lehrer:innen einen besonders wichtigen Beitrag zu einer gesunden Ernährung. Das Automaten- und Schulbuffetangebot im Rahmen der Schulverpflegung sind im Sinne der Verhältnisprävention von Bedeutung. Zu diesem Angebot gehören ein entsprechendes Trink- und Jausenangebot/Schulbuffet und die Bestückung der Getränke- und Snackautomaten. Denn nicht nur das Konsumverhalten bestimmt das Angebot, sondern auch umgekehrt das Angebot das Verhalten.

Die Schulverpflegung soll für Schüler:innen, aber auch Lehrer:innen ein attraktives Speisen- und Getränkeangebot darstellen, das sich an ernährungswissenschaftlichen Empfehlungen orientiert, die physiologischen Bedürfnisse deckt, sowie ein gesundheitsförderliches Ernährungsverhalten unterstützt. Ein bedarfsgerechtes Verpflegungsangebot nimmt neben ernährungsphysiologischen und lebensmittelsicherheitsrelevanten Kriterien auch auf Frische, Vielfalt und ökologische Aspekte (wie Saisonalität und Regionalität) Rücksicht.

QUALITÄTSGESICHERT im Sinne dieses Merkmals bedeutet, dass die Automaten und das Schulbuffet folgenden Leitlinien entsprechen:

- » [Checkliste für die Schulverpflegung](#)
- » Österreichische Empfehlung für das Mittagessen in der Schule - [Empfehlungen der NEK](#)
- » [Leitfaden kinder.kulinarik.weg.tirol](#)
- » [Wegweiser.Schulbuffet.tirol](#)
- » [Schulverpflegung](#) (AGES)/ [Richtlinien für Buffetbetriebe an Bundesschulen](#) (BMBWF)

Die Leitlinien/Checklisten beinhalten ernährungswissenschaftlich belegte und in der Praxis umsetzbare Mindeststandards und sollen als Basis für die Schulverpflegung herangezogen werden.

Um die Qualität von Schulbuffets langfristig zu sichern, muss jede Schule auf dem Weg zum Gütesiegel, die am Standort ein Schulbuffet hat, den "Wegweiser Schulbuffet" der Gesunden Schule Tirol/ des kinder.kulinarik.weg.tirol in Anspruch nehmen. Dabei bekommen die Schulbuffetbetreiber:innen praxisnahe Beratung, die sowohl die bestehenden Leitlinien als auch die individuelle Situation vor Ort berücksichtigt. Das Anliegen ist die Betreiber:innen zu motivieren und zu unterstützen auch die Pausenverpflegung als Beitrag zu einer gesunden nachhaltigen Ernährungskultur in der Schule zu gestalten.

Bewertung

✓

JA

1 Punkt

- Selbstbewertung mit Checkliste und/oder Beratung

✗

NEIN

0 Punkte



Impulse für die Umsetzung

- Ein gesundes Jausenangebot außerhalb des Schulbuffets (klassenweise organisiert, selbständig zubereitet, Einnahmen für Klassenkassa,...)
- Teilnahme am Wegweiser Schulbuffet
- Schulbuffet mit ernährungsphysiologisch hochwertigen Angeboten gemäß der [Leitlinie Schulbuffet](#)
- Check des Schulbuffets und Beratung am Standort (kinder.kulinarik.weg.tirol)
- Getränkeautomaten werden mit Getränkeangebot gemäß [SIPCAN-Getränkliste](#) ausgestattet
- Snackautomaten werden (mit Süßigkeiten) gemäß der [SIPCAN-Süßigkeitenliste](#) ausgestattet und anderen ernährungsphysiologisch hochwertigen Snacks
- Das Angebot im Rahmen des Schulmilch-Programms wird gemäß [SIPCAN-Milchliste](#) gestaltet
- Teilnahme am [europäischen Schulobstprogramm](#)
- Programm "[KinderKulinarikWeg](#)" - Entwicklungsbegleitung für eine nachhaltige Ernährungskultur in den Tiroler Bildungseinrichtungen
- Begleitinformationen zur [Umsetzung einer gesundheitsförderlichen Verpflegung in Schulen von REVAN](#)
- Schulautomaten entsprechen je nach Möglichkeit den Nachhaltigkeitskriterien z.B. Fairtrade-zertifizierung, regionale und saisonale Alternativen - [Ausführliche Informationen](#).

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Fotodokumentationen
- Fotodokumentationen des Schulbuffet-Angebots (zufällig 1x im Monat)
- Selbstbewertung durch Checkliste

3. Die gesamte Schulverpflegung (Schulfrühstück, gesunde Jause, Pausenverpflegung, Automaten, Mittagstisch) wird nach gemeinsam festgelegten Vereinbarungen gestaltet, die eine gesunde und nachhaltige Ess- und Tischkultur in unserer Schule fördert.

! [H2](#), [H5](#), [H7](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Damit Schüler:innen konzentriert lernen können und sich wohlfühlen, brauchen sie **ausreichende Pausen und ausgewogene Mahlzeiten**. Eine gute Essatmosphäre, die räumliche und zeitliche Aspekte sowie die Beziehung berücksichtigt, ist dabei relevant. Ein freundliches Ambiente, Raum für Gespräche und Genuss tragen dazu bei. Beim gemeinsamen Essen spielen die Essbegleiter:innen eine wichtige Rolle - sie fungieren als Vorbilder rund um die Ess- und Tischkultur und können Ernährungsinhalte aus dem Unterricht erlebbar machen. Die Schule, die Lern- und Lebensort ist, kann diesbezüglich in ihrer Organisation und Rhythmisierung entscheidende Akzente setzen:

- » gesundes Essen und Trinken mit Genuss fördern
- » Ernährungskompetenz stärken
- » Gemeinschaftsverpflegung verbessern
- » nachhaltige, regionale und saisonale Lebensmittel bevorzugen
- » eine nachhaltige Ernährungskultur etablieren

Bei der Gestaltung des schulischen Verpflegungsangebots sollen daher ökologische und soziale Gesichtspunkte in Hinblick auf die gesamte Wertschöpfungskette nach Möglichkeit berücksichtigt und dazu im Schulteam erarbeitet werden.

Von der Schulgemeinschaft verbindliche Regeln und Vorgangsweisen zu Mahlzeiten und Verpflegungsangeboten (z. B. mitgebrachte Jause und Getränke) werden festgeschrieben. Auch eine fächerübergreifende Ernährungs- und Verbraucherbildung sowie klassenübergreifende und projektzentrierte Arbeitsweisen können genutzt werden. Schulweite Aktivitäten, wie beispielsweise Aktionstage zu den Themen Gesundheit und Ernährung können organisiert und durchgeführt werden.

Diese geben den Schüler:innen noch mehr Gelegenheit, um von- und miteinander zu lernen. In jedem Fall ist es günstig, Schüler:innen ihrem Alter gemäß einzubeziehen und mitgestalten zu lassen. Bei Veranstaltungen der Schule, wie Konferenzen, Elternabenden, Schulfesten oder Tage der offenen Tür soll ein besonderes Augenmerk auf ein saisonales und regionales, sowie gesundheitsförderndes Speisen- und Getränkeangebot gelegt werden. Verhaltens- und Kommunikationsregeln in Bezug auf die Ess- und Trinkkultur am Schulstandort werden in gemeinsamen Besprechungen, wie zum Beispiel Lehrer:innenkonferenzen vereinbart und gemeinsam umgesetzt.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- "[KinderKulinarikWeg](#)" - Entwicklungsbegleitung mit dem Projekt [kinder.kulinarik.weg.tirol](#) g'sundheitsförderlich, g'schmackig & gemeinsam für eine nachhaltige Ernährungskultur in den Tiroler Bildungseinrichtungen
- Teilnahme am [EU-Schulprogramm für Milch, Obst und Gemüse](#)
- nachhaltige, regionale und saisonale Produkte, wenn möglich biologischer Herkunft und mit anerkannten Gütesiegeln, werden in der Gestaltung des Schulbuffets berücksichtigt
- Vereinbarungen zu Verhaltens- und Kommunikationsregeln bei gemeinsamen Mahlzeiten. Es werden gemeinsam Regeln erstellt, welche in der Schulgemeinschaft vermittelt und gelebt werden. Insbesondere Lehrer:innen und Betreuer:innen dienen als Vorbildfunktion und achten auf die Einhaltung dieser Vereinbarungen.
- der Speiseplan oder die Speisekarte wird altersgerecht, attraktiv, zielgruppenspezifisch und verständlich gestaltet
- Trennung der Ess- und Bewegungspausen
- Schüler:innen bestimmen die Wahl der Portionsgrößen beim Schulbuffet selber (z.B. offenes Buffet, geschultes Personal teilt Essen aus).
- Ess- und Trinkkultur am Mittagstisch
- weiterführende [Informationen zur Ess- und Tischkultur](#)
- Anwendung ressourcenschonender Praktiken bei Festen/Veranstaltungen durch Einhaltung von [Richtlinien des Green Events](#)
- Lehrer:innen nehmen an Fort- und Weiterbildungsangeboten teil
- [Unterrichtsmaterial Frühstücksfuchs](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- (Foto-)Dokumentation z.B. Schulbuffet zubereitete Speisen
- schriftliches Verpflegungskonzept
- Dokumentation/Sichtbarmachen der Verhaltens- und Kommunikationsregeln
- Dokumentation der gemeinsam erarbeiteten Vereinbarungen
- siehe Kriterium Partizipation I [Seite 73](#) und Kriterium Bewegung I [Seite 175](#)



4. An unserer Schule wird ein gesundes Trinkverhalten im Schulalltag gefördert. ! H2, H5

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Ein ausgeglichener Wasserhaushalt ist Voraussetzung für das Funktionieren des gesamten Organismus und insbesondere für die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit. Bei Wassermangel wird das Gehirn nicht mehr optimal mit Nährstoffen versorgt. Müdigkeit, verlängerte Reaktionszeiten und eine verminderte Konzentrationsfähigkeit sind die Folgen. Durst ist ein Warnsignal des Körpers, das ein akutes Flüssigkeitsdefizit anzeigt. Ausreichendes Trinken ist daher lebenswichtig.

Gesundes Trinkverhalten in der Schule gehört zu einer ausgewogenen Ernährung und bedeutet, dass das Trinken von Wasser, Mineralwasser oder ungesüßten Früchte- oder Kräutertees im Unterricht gefördert wird und fixer Bestandteil im Schulalltag ist.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Teilnahme am SIPCAN Programm „[Schlau Trinken](#)“: kostenlose Initiative für Schulen aller Schulstufen, interessierte Schulen werden bei der Verbesserung des Trinkverhaltens und Getränkeangebots unterstützt
- Einladung zum Wassertrinken – Krüge mit Wasser zur selbstständigen Entnahme stehen bereit
- „Wassertrinkecke“ in den Klassen einrichten
- Trinkbecher/Trinkflasche für alle Schüler:innen in der Klasse (ACHTUNG PLASTIK!! Sensibilisierung auf Müll)
- Trinkbrunnen in der Schule
- Projekte zur Sensibilisierung für den Wert des Wassers, z.B. Kreativwettbewerb oder Trinkpass
- Trinkpausen im Unterricht, v.a. in der Primarstufe
- gesundes Trinkverhalten wird immer wieder im Unterricht integriert
- Entnahmestellen für Trinkwasser, Trinkecke mit Wasserkrügen können im Unterricht verwendet werden, Trinkwasserbrunnen stehen zur Verfügung
- [Generation Blue Projekt](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der Maßnahmen zur Förderung des Trinkverhaltens
- Erhebung im Kollegium über Handhabung zum Trinken im Unterricht bzw. Trinkverhalten der Schüler:innen
- Ergebnisse von Klassenprojekten

5. An unserer Schule wird ein ganzheitliches Ernährungsbildungskonzept gemäß dem Europäischen Kerncurriculum erarbeitet und umgesetzt. ! H5

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Schulen als Bildungs- und Betreuungseinrichtungen sind Lern- und Lebenswelten, in denen das Lernen im pädagogischen Kontext verantwortlich gestaltet wird. Kinder und Jugendliche können wichtige Kompetenzen erwerben und bekommen wertvolle Impulse für ihr persönliches Ess- und Trinkverhalten. Im Rahmen der Qualitätsentwicklung am Schulstandort besteht die Chance, durch ein ganzheitliches Ernährungsbildungskonzept pädagogische Inhalte erfolgreich mit der Verpflegung zu verknüpfen.

Das [Europäische Kerncurriculum](#) zeigt Inhalte und Lernziele, die spiralförmig angelegt sind, fachbezogen und fächerübergreifend auf. Dies bedeutet, dass ausgehend von der Altersstufe der Vier- bis Sechsjährigen bis zum Ende der Sekundarstufe 2 eine kontinuierliche Erweiterung und Vertiefung stattfindet. Das Europäische Kerncurriculum stellt so ein Ernährungsbildungsprogramm für die gesamte Schulzeit dar und gibt einen vielschichtigen Überblick über mögliche bzw. wünschenswerte Inhalte und Themen zur Ernährungsbildung.

Jede Schülerin/jeder Schüler muss an einer Gesunden Schule im Zuge seiner/ihrer Schullaufbahn ganzheitliche Ernährungsbildung erfahren. Das heißt, dass alle sieben Themenfelder des Konzepts „Healthy Eating for young People in Europe“ (Basis für das [Europäische Kerncurriculum](#)) für alle Schüler:innen fix in der Schule integriert sein müssen. Zur Professionalisierung in den Themenfeldern werden die entsprechenden Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen dokumentiert.

Die Themenfelder sind:

- » Essen und emotionale Entwicklung (Körper, Identität, Selbstkonzept)
- » Essgewohnheiten, kulturelle und soziale Einflüsse (Ernährungsweisen, Ess- und Nahrungsstile, Essen in sozialer Gemeinschaft)
- » Ernährung und persönliche Gesundheit
- » Prozesse der Erzeugung, Verarbeitung und Verteilung der Nahrung (Lebensmittelqualität, globaler Handel)
- » Lebensmittel, Märkte, Verbraucher und Konsum
- » Konservierung und Lagerung, Hygiene
- » Kultur und Technik der Nahrungsmittelzubereitung

Dieser Ansatz ist Basis für das ganzheitliche Ernährungsbildungskonzept, das einer schriftlichen Ausarbeitung/Dokumentation bedarf am Schulstandort kommuniziert und getragen werden muss. Inhalte des Konzepts sind z.B.:

- » das gemeinsame Verständnis der Schulgemeinschaft zum Thema
- » die Beschreibung der Ziele (Kompetenzen, die erreicht werden sollen), die Lernszenarien und Vermittlungsmethoden

Bewertung



JA

1 Punkt

- Erstellung und Umsetzung eines Ernährungsbildungskonzepts



NEIN

0 Punkte



Impulse für die Umsetzung

- die Schulleitung initiiert, dass ein ganzheitliches Ernährungsbildungskonzept verankert wird und schafft entsprechende Rahmenbedingungen
- die Lernfelder des [Europäischen Kerncurriculums](#) werden in allen Fächern und fächerübergreifend in den Unterricht integriert
- Sicherstellung, dass Lernprozesse und -ergebnisse an den Kompetenzmodellen gemessen werden ([siehe Referenzrahmen Ernährungs- und Verbraucherbildung - Bildungsziele und Kompetenzen](#))
- Unterrichtsstunden, die explizit gesunder Ernährung gewidmet sind, mit Bezug auf die österreichische Ernährungspyramide
- themenbezogene Fächerkooperation
- themenbezogene Projekte, die klassen- bzw. fächerübergreifend stattfinden
- Bearbeitung der Themenfelder in Theorie- und/oder Praxis
- Sensibilisierung von Lehrer:innen für ihre Vorbildwirkung auf Schüler:innen in Bezug auf gesundes Ernährungsverhalten, bei Bedarf Lehrer:innenfortbildung, Einbindung von Expert:innen
- Verwendung der Schmatzi-Kiste (VS)
- Agrarpädagogische Schuleinsätze der [Seminarbäuer:innen Tirol](#) nutzen
- externe/regionale Partner einbinden (z.B. [Grünes Tirol](#), [Grüne Schule an der Uni Innsbruck](#),...)
- [Schule am Bauernhof](#) „Bewusstseinsbildung einmal anders: Woher kommen unsere Lebensmittel?“
- [Weltacker](#) (Feld:schafft)
- Installierung einer kindgerechten Schulküche/Lehrküche
- Elternbeschluss (einzelne Klassen) und Schulforumsbeschluss für eine „gesunde Jause von zu Hause“ [Broschüre](#) (erhältlich bei der ÖGK) und anschließende Elterninformation
- Esskultur in der Schulklasse/Gemeinschaft fördern
- Teilnahme am [avomed-Programm „Genussvoll Essen und Trinken“](#) – Unterrichtseinheiten mit einer Diätologin für alle Schultypen (avomed)
- weitere praxisnahe Ideensammlung zum Thema Ernährung im ÖGK-Ernährungsfächer [Broschüre](#) (erhältlich bei der ÖGK)
- give-Material (www.give.or.at) zum Thema Essen und Trinken in der Schule sowie Projekte und Aktivitäten aus AHS und BHS zum Bereich Ernährung
- Videomaterial zum Thema Ernährung (z. B. Bodycheck, vegane Ernährung, Ernährung und Körperbild usw.) finden Sie im Medienportal LeOn
- [Trink- und Jausenführerschein von SIPCAN](#)
- [Schulobstprogramm](#)
- [Frühstücksbroschüre „So geht Frühstück: Mit Power in den Tag“](#) (erhältlich bei der ÖGK)
- [Qualitätsmanagement Schule](#) – Prozessdimension Lehren und Lernen
- Fortbildungsangebote nutzen z.B. [PHT](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Schriftliches Konzept: Schulstufe - Themenfeld - Methode
- Ergebnisse von Projekten (Plakate, Speisen, etc.)
- Dokumentation und Sichtbarmachen der erworbenen Kompetenzen (Ergebnisse von Projekten, Plakate, Fotos, zubereitete Speisen, ...)

6. Nur Primarstufe und Sekundarstufe 1 & 2: An unserer Schule ist Ernährungsbildung im Unterricht verankert. ! H5

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Ernährungsbildung beinhaltet Grundwissen über Ernährung und Lebensmittel, damit Kinder und Jugendliche verstehen, welche Rolle eine bedarfsgerechte und nachhaltige Ernährung für ihre eigene Entwicklung und Leistungsfähigkeit spielt. Zudem unterstützt Ernährungsbildung in der Schule die Entwicklung von Ernährungskompetenzen bei Schüler:innen. Das Wissen um Lebensmittel und Ernährung, Denken in Kreisläufen, nachhaltiges Wirtschaften und die soziale Kompetenz im eigenen Wirkungsbereich befähigt und ermutigt die Schüler:innen, die eigenen Ernährungs- und Konsumententscheidungen politisch mündig und sozial verantwortlich zu gestalten und damit mündige Konsument:innen von morgen zu werden.

Eine gesunde und nachhaltige Ernährung ist die Voraussetzung für die optimale geistige und körperliche Entwicklung von Schüler:innen. Für die Schule heißt das, Situationen aufzugreifen, in denen Kinder und Jugendliche Kenntnisse über die Bedeutung von Essen und Trinken erwerben und dieses Wissen im schulischen Alltag aktiv umsetzen zu können.

Die Verankerung der Ernährungsbildung einer Gesunden Schule ist schulabhängig und erfolgt durch:

- » **Mittelschulen im Fachunterricht:** Der Kompetenzerwerb im Fachunterricht Ernährung und Haushalt wird mit mindestens 2 Wochenstunden über die gesamte Ausbildungsdauer an der Mittelschule verankert. Ernährung und Haushalt ist in der reflexiven Grundbildung 1 Stunde in der 2. Schulstufe verankert: www.paedagogikpaket.at
- » **Allgemeinbildende und berufsbildende höhere Schulen:** Aspekte gesunder Ernährung werden im Fachunterricht bzw. fächerübergreifend thematisiert – Projekttag bzw. Projektwoche!
- » **Volksschulen:** Um Ernährungsbildung an der Schule zu verankern und zu vermitteln, wird die Teilnahme von mindestens einer Lehrperson an der Seminarreihe "Ernährungskompetenz für VS- Lehrer:innen" im Sinne des Gütesiegels empfohlen. Das Bildungsprogramm versteht sich als Beitrag zu einer Ernährungskultur, die auf Nachhaltigkeit, individuelle Selbstbestimmung und Freude am Essen setzt.

Ziel ist es, dass Schüler:innen die Kompetenz erlangen, saisonale und regionale Lebensmittel sinnlich wahrzunehmen, zuzubereiten und zu genießen. Dabei soll theoretisches Wissen und praktisches Tun miteinander vereint werden, um langfristig einen gesunden Lebensstil zu fördern. Ernährungsbildung soll einen ganzheitlichen, praxisnahen, in den Alltag integrierbaren Ansatz verfolgen und langfristig an einer Gesunden Schule ausgelegt sein.



Bewertung

 Ernährungsbildung wird durch Projektwochen mind. 1 x pro Schuljahr an unserer Schule angeboten. 1 Punkt	 VS: Ernährungsbildung wird mit Unterrichtsstunden fest im Stundenplan an unserer Schule verankert. Sek I/Sek II: Ernährungsbildung wird als Wahlpflichtfach/-modul im Stundenplan an unserer Schule verankert. 2 Punkte	 VS: Unsere Schule hat an mind. einem Ernährungsbildungsprogramm teilgenommen. Die erworbenen Kompetenzen werden an unserer Schule umgesetzt. Sek I: Ernährungsbildung wird mit 2 Unterrichtsstunden im Stundenplan an unserer Schule verankert. Sek II: Ernährungsbildung wird mit jährlichen Ernährungsmodulen an unserer Schule angeboten z.B. unverbindliche Übungen. 3 Punkte
---	---	--

Impulse für die Umsetzung**Volksschule (VS):**

- Verwendung der Schmatzi-Kiste (VS)
- Ernährungsbildungsprogramm umsetzen
- z.B. unverbindliche Übung im Rahmen Interesse und Begabungsförderung „Gesunde Ernährung“, Kochwerkstatt anbieten
- [Schulobstprogramm](#)
- Teilnahme am avomed-Programm „[Genussvoll Essen und Trinken](#)“ – Unterrichtseinheiten mit einer Diätologin für alle Schultypen (avomed)
- weitere praxisnahe Ideensammlung zum Thema Ernährung im ÖGK-Ernährungsfächer [Broschüre](#) (erhältlich bei der ÖGK)
- Agrarpädagogische Schuleinsätze der [Seminarbäuer:innen Tirol](#) nutzen
- [Schule am Bauernhof](#): Lernen, erfahren und begreifen auf dafür eingerichteten und ausgebildeten landwirtschaftlichen Betrieben
- Ernährungsbildungsorientierte Projektwochen und -tage
- Begleitend zu Projekten Ziele der [Kinder Essen gesund Charta](#) erreichen (Initiative Fonds Gesundes Österreich)

Sekundarstufe 1:

- Teilnahme am Projekt „[Grüne Schule](#)“ und „[Grüne Schule Botanische Garten](#)“
- [Schulobstprogramm](#)
- Teilnahme am avomed-Programm „[Genussvoll Essen und Trinken](#)“ – Unterrichtseinheiten mit einer Diätologin für alle Schultypen (avomed)
- weitere praxisnahe Ideensammlung zum Thema Ernährung im ÖGK-Ernährungsfächer [Broschüre](#) (erhältlich bei der ÖGK)
- Agrarpädagogische Schuleinsätze der [Seminarbäuer:innen Tirol](#) nutzen
- [Schule am Bauernhof](#): Lernen, erfahren und begreifen auf dafür eingerichteten und ausgebildeten landwirtschaftlichen Betrieben
- Projektwochen und -tage
- begleitend zu Projekten Ziele der [Kinder Essen gesund Charta](#) erreichen (Initiative Fonds Gesundes Österreich)
- [Trink- und Jausenführerschein von SIPCAN](#)

Sekundarstufe 2:

- Teilnahme am Projekt „[Grüne Schule](#)“ und „[Grüne Schule Botanische Garten](#)“
- [Schule am Bauernhof](#): Lernen, erfahren und begreifen auf dafür eingerichteten und ausgebildeten landwirtschaftlichen Betrieben
- Ernährungsbildungsorientierte Projektwochen und -tage
- [Schulobstprogramm](#)
- Teilnahme am avomed-Programm „[Genussvoll Essen und Trinken](#)“ – Unterrichtseinheiten mit einer Diätologin für alle Schultypen (avomed)
- weitere praxisnahe Ideensammlung zum Thema Ernährung im ÖGK-Ernährungsfächer [Broschüre](#) (erhältlich bei der ÖGK)
- begleitend zu Projekten Ziele der [Kinder Essen gesund Charta](#) erreichen (Initiative Fonds Gesundes Österreich)
- [Workshops von klasselforschung](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Ergebnisse von Projekten (Plakate, Speisen, etc.)
- Dokumentation und Sichtbarmachen der erworbenen Kompetenzen (Ergebnisse von Projekten, Plakate, Fotos, zubereitete Speisen, ...)





Kriterium Bewegung

Regelmäßige Bewegung hält gesund und fit, wobei zu Bewegung jede Aktivität der Skelettmuskulatur zählt, die zu einem höheren Energieverbrauch als in Ruhe führt. Viele alltägliche Bewegungen zeichnen sich durch eine geringe körperliche Intensität aus. Von gesundheitsfördernden körperlichen Aktivitäten sprechen wir, wenn ein höherer Energieverbrauch erreicht wird, als dies mit den Basisaktivitäten der Fall ist, beispielsweise durch zügiges Gehen, Tanzen oder Herumtollen auf dem Spielplatz. Schließlich ist sportliches Training eine geplante, zielorientierte Bewegung, die speziell motorische Fähigkeiten wie Kraft, Ausdauer, Geschicklichkeit, Schnelligkeit und Beweglichkeit schult.

Die österreichischen Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung bei Kindern und Jugendlichen lauten:

- » jeden Tag insgesamt mindestens 60 Minuten mit zumindest mittlerer Intensität körperlich aktiv sein
- » an mindestens drei Tagen der Woche muskelkräftigende und knochenstärkende Bewegungsformen durchführen
- » zusätzlich Aktivitäten ausführen, die die Koordination verbessern und die Beweglichkeit erhalten
- » falls sitzende Tätigkeiten länger als 60 Minuten dauern, werden zwischendurch kurze Bewegungseinheiten empfohlen

Sich täglich ausreichend zu bewegen ist aufgrund der heutigen Lebensbedingungen eine Herausforderung für den Menschen. Umso wichtiger ist es, dass regelmäßige Bewegung und Sport, aber auch Entspannungsphasen in der Lebenswelt Schule integriert sind.

Die Sportverbände [ASKÖ](#), [ASVÖ](#) und [Sportunion](#) sowie [Avomed](#) (nur VS) unterstützen Schulen mit vielfältigen Angeboten.



Fact Sheet HBSC Studie zu Bewegung
www.sozialministerium.at



Merkmale im Detail

1. Vielfältige Bewegungsangebote werden täglich von unseren Schüler:innen während des Schultages und insbesondere in den Pausen genutzt. ! [H2](#), [H5](#), [H8](#)

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung



Die Integration von Bewegung in den Schulalltag leistet einen wesentlichen Beitrag zur Förderung der Gesundheit. Gerade die Pause soll für verschiedene Bewegungsimpulse genützt werden, um die Aktivierung der Gehirnareale anzuregen und das Lernen positiv beeinflussen. Dabei gilt es auch die Bedürfnisse von verschiedenen Altersgruppen und die unterschiedlichen Interessen von Burschen und Mädchen zu berücksichtigen. Damit Kinder und Jugendliche genug Zeit für Bewegung (und Jause) haben, ist eine **Verlängerung der Pausenzeit** sinnvoll. Wann immer möglich soll der Außenbereich genutzt werden und durch gemeinsam festgelegte Kriterien organisiert sein.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen zur Nutzung



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- frei zugängliche Sportgeräte (z.B. Tischtennistische, Balanciergeräte, etc.)
- Bewegungsboxen mit Geräten in den Pausen bereitstellen
- bewegungsförderndes Raumkonzept (z.B. Sporthalle, Gänge, Stiegenhäuser und „tote“ Räume für Bewegung zugänglich machen) – Unterstützung hierfür durch das Projekt [„Schule bewegt gestalten“](#) der Österreichische Gesundheitskasse für Primarstufen und Sekundarstufen
- Pausenaufsicht evtl. neu regeln
- Videomaterial zum Thema Bewegung (bewegte Pause, bewegtes Klassenzimmer, Bewegungsapparat, usw.) finden Sie im [Medienportal LeOn](#)
- eine große bewegte Pause (Dauer: 20 Minuten oder mehr)
- Bewegungsangebote vor Unterrichtsbeginn einbauen
- Kriterien für die Nutzung der Pause im Freien innerhalb des Teams festlegen

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Tägliche Nutzung der Bewegungsangebote beispielsweise mittels Strichlisten
- Fotodokumentation
- Schriftliches Konzept z.B. Dauer der Bewegungszeit

2. Das Minimum an Unterrichtsstunden in Bewegung und Sport ist an unserer Schule erfüllt. ! H5

MUSS MERKMAL

Erläuterung

Das Merkmal beschreibt das Minimum an Unterrichtsstunden in Bewegung und Sport, das es an der Gesunden Schule gibt. Das Minimum an Unterrichtsstunden beschreibt die Mindestanzahl von Schulstunden, die in den Bereichen Bewegung und Sport fest in der Stundentafel verankert und umgesetzt werden.

Das Minimum an Unterrichtsstunden in Bewegung und Sport ist schulabhängig und ist von einer Gesunden Schule umzusetzen:

- » **Primarstufe:** Mindestens drei Wochenstunden Bewegung und Sport in jeder Schulstufe
- » **Sekundarstufe I:** Mindestens 13 Stunden Bewegung und Sport im Laufe der 4 Schulstufen
- » **Sekundarstufe II:** Die Zahl der Unterrichtsstunden in Bewegung und Sport werden laut subsidiärer Stundentafel in allen Schulstufen angeboten

Sollte das Minimum nicht erreicht werden, gibt es die Möglichkeit eine Wochenstunde einer Schulstufe durch eine bewegungsorientierte Projektwoche/Projekttag (im Ausmaß von mind. fünf Tagen) zu ersetzen. Auch fixverankertes Kurzturnen bzw. integriertes Turnen kann eine Wochenstunde Bewegung und Sport ersetzen. Allerdings nur, wenn es flächendeckend von allen Lehrpersonen und in allen Schulstufen mindestens im Ausmaß von zehn Minuten täglich umgesetzt wird. Eine bewegte Pause ersetzt keine Wochenstunde.

Bewertung

✓

JA
1 Punkt

- Erfüllung der Mindeststunden

✗

NEIN
0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- schulautonome Anpassung der Stundentafel
- bewegungsorientierte Projektwochen und -tage
- Kurzturnen im Unterricht fix verankern
- TIPP: Turnsaaltemperatur bei max. 18 °C halten & Duschmöglichkeiten anbieten
- [Hopsi Hopper \(ASKÖ\)](#)
- [Fit & Fertig \(ASVÖ\)](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Nachweis Erfüllung der Mindeststunden in der Stundentafel
- (Foto-) Dokumentation von Projektwochen



3. Unsere Schüler:innen haben die Möglichkeit am Schwimmunterricht und/oder an Wintersportaktivitäten im Zuge des Regelunterrichts oder im Rahmen einer Schulveranstaltung teilzunehmen.

! H5, H8 (Für TFBS nicht relevant)

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Schwimmen

Ob als Freizeitvergnügen oder als Sport: Richtig betrieben ist Schwimmen eine der gesündesten Sportarten und kann bis ins hohe Alter ausgeübt werden. Schwimmen schont die Gelenke, weil das Wasser einen Teil des Körpergewichts trägt. Darüber hinaus ist die Fähigkeit Schwimmen zu können lebensrettend. Immer weniger Kinder lernen heutzutage schwimmen. Insgesamt geht man davon aus, dass heute 40 % aller Zehnjährigen nicht oder nur schlecht schwimmen können.

Wintersportaktivitäten

Wintersport und Tirol gehören einfach zusammen. Nicht umsonst ist unser Land mit seiner herrlichen Berglandschaft und bester Infrastruktur eine der Top-Wintersportdestinationen. Wichtig für die zukünftige Entwicklung des Wintertourismus ist aber auch eine entsprechende Authentizität: Der Schneesport muss in der einheimischen Bevölkerung verwurzelt sein und bleiben.

Der Wintersport hat auch einen pädagogischen Wert. Er ist ein Gemeinschafts- und Naturerlebnis, für viele Kinder und Jugendliche die einzige Möglichkeit, die grandiose Bergwelt Österreichs zu erfahren und eine gewisse Wertschätzung dafür zu entwickeln. Wintersportwochen bieten auch die Chance, den Schüler:innen Gefahren und Risiken unseres alpinen Umlandes bewusst zu machen.

Schwimmunterricht und die Ausübung von Wintersportaktivitäten bedeutet, dass die Schüler:innen die Möglichkeit bekommen, diverse Sportarten im Zuge des Regelunterrichts oder im Rahmen einer Schulveranstaltung zu erlernen. Fest verankert sind Aktivitäten an der Schule dann, wenn es ein fixes Konzept zur praktischen Umsetzung gibt, d.h. es muss festgelegt sein, welcher Jahrgang wann und in welchem Ausmaß in den Genuss von Schwimmen oder Wintersportaktivitäten kommt.

Die Umsetzung des Schwimmunterrichts und der Wintersportaktivitäten ist schulabhängig und von einer Gesunden Schule zu realisieren:

- » **Primarstufe/Sekundarstufe I:** Schüler:innen müssen zumindest einmal an der Schule die Möglichkeit haben, im Regelunterricht ODER im Rahmen einer Schulveranstaltung einen Schwimmunterricht zu besuchen UND/ODER an diversen Wintersportaktivitäten teilzunehmen.
- » **Sekundarstufe II/PTS:** Wintersportaktivitäten auszuüben UND/ODER (PTS) Schwimmen zu gehen, ist an der Schule fest verankert
- » **PTS:** Wintersportaktivitäten auszuüben ODER Schwimmen zu gehen, ist an der Schule fest verankert

Bewertung



JA

1 Punkt

- Ermöglichung der Teilnahme



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Schwimmkurs, Schwimmstage
- Skikurse, Skitage ([Tiroler Schulsport](#))
- Diverse Winteraktivitäten: Langlaufen, Eislaufen, Rodeln, usw.
- bewegungsorientierte Projektwochen, in deren Rahmen Schwimmunterricht oder Skiunterricht angeboten werden
- Freigegegenstand Schwimmen
- Fortbildungsangebote nutzen z.B. [PHT](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Information der Koordinator:innen an die Schüler:innen und Eltern
- Auszug aus dem Protokoll der Entscheidung im SGA
- Dokumentation der Schulveranstaltung
- Umsetzung des Konzepts prüfen z.B. welche Schüler:innen nehmen aus welchen Gründen - trotz durchgängigen Angebots, nicht am Schwimmen und an den Wintersportaktivitäten teil?
- Vorlegen eines fixen Konzepts

4. Unsere Schule trifft auf Basis einer Verhaltensanalyse Maßnahmen zur Förderung der Bewegung und Reduzierung des ökologischen Fußabdruckes der Schüler:innen und Lehrer:innen am täglichen Schulweg. ! [H4](#), [H7](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

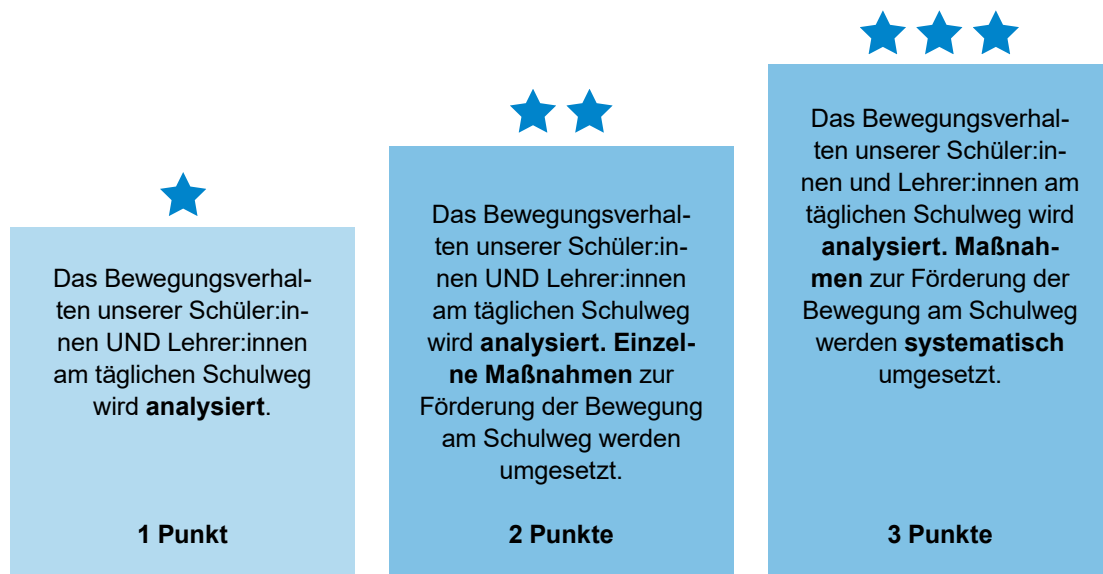
Der ökologische Fußabdruck ist ein Indikator für Nachhaltigkeit wie stark das Ökosystem (Wälder, Seen) und die Ressourcen (Rohstoffe, Energie, Co2-Emissionen) der Erde beansprucht werden. Zudem verdeutlicht er, dass die verfügbaren Ressourcen auf dem Planeten nicht unendlich vorhanden sind und vermittelt eine Art ökologische Grenze auf der Erde. Denn alle natürlichen Rohstoffe, die wir zum Essen, Wohnen, Reisen, etc. verbrauchen, benötigen wiederum Platz zum Nachwachsen. Gleichzeitig braucht die Natur Ressourcen um die entstehenden Abfälle der Menschen wieder abzubauen. Der ökologische Fußabdruck gibt die Möglichkeit den eigenen Lebensstil zu testen und so die eigene ökologische Nutzung zu verringern. Um die Größe des eigenen Fußabdrucks zu bestimmen, gibt es einen frei zugänglichen Rechner auf der Internetseite des Bundesministeriums für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität, Innovation und Technologie: [Footprint - Der ökologische Fußabdruck](#).

Ziel des Kriteriums ist es, dass die Schüler:innen den Schulweg selbstständig und sicher bewältigen können und somit auch mehr Bewegung in den Alltag integrieren. Lehrer:innen fungieren auch in diesem Bereich als Vorbilder und sollten daher, sofern es möglich ist, ebenfalls mit dem Rad oder zu Fuß in die Schule kommen. Mit einer Analyse des Bewegungsverhaltens und Setzen von gezielten Maßnahmen werden Schüler:innen und Lehrer:innen für eine klimafreundliche Mobilität sensibilisiert. Gleichzeitig kann jeder einen Beitrag zur Reduzierung des ökologischen Fußabdrucks leisten.

Hinweis: Grundlage für dieses Merkmal ist eine Erhebung darüber, wie viele Schüler:innen und Lehrer:innen die Möglichkeit haben zumindest einen Teil des Schulwegs mit dem Rad oder zu Fuß zurückzulegen.



Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Analyse:
 - » „Wie bewegen sich die Schüler:innen und Lehrer:innen am täglichen Schulweg fort?“
 - » „Wie viele Schüler:innen und Lehrer:innen können zu Fuß/mit dem Rad in die Schule kommen?“
- ein Schrittzähler-Projekt zur Motivation für mehr Alltagsbewegung
- Angebote von [Klimabündnis](#) Tirol für alle Schulstufen, z.B. der [Pedibus](#) (nur VS)
- Zusammenarbeit mit den Eltern
- Zusammenarbeit mit der Gemeinde (z.B. verkehrsberuhigte Zone vor der Schule einrichten)
- Sicherheit am Schulweg: [Schulwegpläne](#) für VS in Tirol durch Schulwegexpert:innen der AUVA
- Verhaltensvereinbarungen mit Schüler:innen über Bewegung am Schulweg
 - » z.B.: x- Mal pro Woche eine Bushaltestelle früher aussteigen und den restlichen Weg zu Fuß zurücklegen
- [klimaaktiv mobil](#) unterstützt umweltfreundliches und gesundheitsförderliches Mobilitätsmanagement
- Bevorzugung von Fahrrad- und Scooterabstellplätzen gegenüber Auto-/Rollerabstellplätzen an höheren Schulen
- Teilnahme am [Tiroler Fahrradwettbewerb](#)
- [Erlebnis Schulweg](#)
- Angebote in der VS, den Fahrradführerschein zu absolvieren
- Abstellplätze stehen zur Verfügung
- Anreiz zur Nutzung für das Kollegium
- Möglichkeiten für Lehrer:innen zum Umkleiden und Duschen
- Bevorzugung von Fahrradabstellplätzen (möglichst überdacht) im Vergleich zu Moped- und PKW-Abstellflächen
- Verkehrsverbund Tirol - [MOVE Workshop](#)
- Messung des ökologischen Fußabdrucks mit Hilfe eines Rechners ([Footprint - Der ökologische Fußabdruck](#))

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Erhebung der Ist-Situation (Vorher/Nachher)
- Dokumentation der getroffenen Maßnahmen



Kriterium

Allgemeine Prävention

Unter allgemeiner Prävention werden weitere wesentliche Bereiche (schulischer) Gesundheit subsumiert. Die Themen sind Hygiene, Impfung, Erste-Hilfe, Zahngesundheitsvorsorge, Arbeitssicherheit und Verkehrserziehung.



Merkmale im Detail

1. An unserer Schule werden allgemeine Hygienevorschriften eingehalten. ! [H4](#), [H5](#)

**MUSS
MERKMAL**

Erläuterung

Da Gemeinschaftseinrichtungen für Kinder durch das Zusammenleben und die Zusammenarbeit vieler Personen geprägt sind, rücken hygienisch-epidemiologische Themen in den Fokus der Aufmerksamkeit. Es geht an dieser Stelle einerseits um den Schutz der Personen, andererseits um die Erziehung zu hygienischem Verhalten. Neben der Berücksichtigung behördlicher Auflagen ist die Eigenverantwortung zu stärken. Den Hygieneplan für Schulen findet man hier: [Hygieneplan für Schulen](#). Darüber hinaus gibt es [Muster-Hygienepläne](#) z.B. für Turnsäle oder Schulküchen sowie Hygieneplakate.

Zu den allgemeinen Hygienevorschriften gehören unter anderem die Einhaltung der Mindestanforderungen in Sanitäranlagen (Flüssigseife, Einmalpapierhandtücher) sowie der Aushang von [Hygieneplänen](#) in exponierten Räumen wie Schulküchen, Schwimmbädern und Turnsälen, sowie der Aushang von [Hygieneplakaten](#).

Grundsätzlich ist auch immer ein gutes Miteinander mit den Reinigungskräften anzustreben. Nach Möglichkeit sollte man darauf achten bzw. anregen, dass beispielsweise die eingesetzten Reinigungsmittel ökologischen Kriterien entsprechen oder die Dosierung (Konzentrate) professionell erfolgt.

Bewertung



JA

1 Punkt

- Umsetzung von individuellen Maßnahmen



NEIN

0 Punkte

Impulse für die Umsetzung

- Information über Empfehlungen und Verordnungen
- Erstellung und Umsetzung individueller Hygienepläne (z.B. für Turnsaal, Schulküche,...)
- Verantwortungen festlegen
- Schulung der Lehrer:innen, Schüler:innen
- Aushang der [Hygieneplakate](#)
- Erstellung von Hygieneplakaten
- jährliche Schulbegehung/Hygienekontrolle mit der Schulärztin/dem Schularzt
- Einfordern eines Hygieneplans zur Reinigung des Schulgebäudes (ist von der beauftragten Firma zu erstellen)
- nach Möglichkeit Verwendung ökologisch Reinigungsmittel
- bewusstseinsbildende Maßnahmen (z.B. Lieder zum Händewaschen,...)
- [Musterhygieneplan](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Hygienepläne
- Aushang von Hygieneplakaten

2. An unserer Schule werden Erste-Hilfe-Kurse angeboten. ! H5

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Jeder Mensch kann einmal in die Situation kommen, Erste-Hilfe zu benötigen, und ist dann darauf angewiesen, dass ein/e Ersthelfer:in zur Stelle ist. Je mehr Menschen Erste-Hilfe leisten können, desto größer wird diese Chance.

Jede Lehrkraft, aber auch jede/r Schüler:in sollte eine Grundausbildung in Erster-Hilfe haben, um im Notfall qualifiziert Hilfe leisten zu können (für VS: Helfi-Programm). Dieses Grundwissen ist regelmäßig aufzufrischen.

Das Erste-Hilfe-Team (auch sog. „Help-Team“): Diese Gruppen stammen vom Österreichischen Jugendrotkreuz und bestehen aus fünf Schüler:innen je Gruppe. Sie treffen sich zu regelmäßigen Fortbildungen und können an der Schule Erste-Hilfe leisten. Jährlich findet eine Landesmeisterschaft in Erster-Hilfe statt. Hier können die verschiedenen Schulen Tirols am Leistungsbewerb teilnehmen. Die Schüler:innen können durch die Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Team wichtige Zusatzqualifikationen erwerben.

Lehrpersonen absolvieren im Rahmen ihrer Ausbildung eine Grundausbildung in Erster-Hilfe (mind. 16 Stunden). Es ist jedoch wichtig diese Kenntnisse regelmäßig aufzufrischen. Eine Auffrischung wird in folgenden Abständen und Ausmaß empfohlen:

- » Alle zwei Jahre im Ausmaß von vier Stunden
- » Alle vier Jahre im Ausmaß von acht Stunden

Bewertung



Es besteht für Schüler:innen die Möglichkeit, **einmal** in ihrer Schullaufbahn einen Erste-Hilfe-Kurs zu besuchen.

TFBS: Es besteht die Möglichkeit für Lehrpersonen **einen Auffrischkurs** in Erster Hilfe zu besuchen (Abstand und Ausmaß unregelmäßig).

1 Punkt



Es besteht für Schüler:innen die Möglichkeit, **einmal** in ihrer Schullaufbahn einen Erste-Hilfe-Kurs UND für Lehrpersonen **wiederkehrend einen Auffrischkurs** in Erster Hilfe zu besuchen.

TFBS: Lehrpersonen haben **wiederkehrend** die Möglichkeit einen **Auffrischkurs** in Erster Hilfe zu besuchen.

2 Punkte



Alle: Es besteht für Schüler:innen die Möglichkeit, **einmal** in ihrer Schullaufbahn einen Erste-Hilfe-Kurs UND für Lehrpersonen **wiederkehrend einen Auffrischkurs** in Erster Hilfe zu besuchen.

VS: Unsere Schule nimmt an der Aktion „**Help-Teams goes Volksschule**“ teil.

Sek. I: Des Weiteren gibt es ein E-H-Team in der Schule, das sich **regelmäßig fortbildet**.

3 Punkte



Impulse für die Umsetzung

- Teilnahme der Schüler:innen an einem Erste-Hilfe-Kurs im Rahmen der Schullaufbahn (einmal)
- Lehrpersonen: Ist-Stand-Analyse – bei Bedarf Nachschulung
- regelmäßige Übungen (Plan)
- Ausstattung der Schule (Erste-Hilfe-Raum, Erste-Hilfe-Material, ...)
- [Erst-Hilfe-Lehrscheinkurse](#) vom JRK Tirol
- mögliche Anbieter: JRK, Johanniter, Malteser, Lehrscheininhaber (Lehrpersonen und/oder Schulärztin/Schularzt)
- weiterführende Informationen: [Erste Hilfe an Schulen](#)
 - » [Erste Hilfe JRK](#)
 - » [JRK Tirol](#) Erste-Hilfe Teams (Help-Teams) des JRK
 - » [Erste Hilfe FIT](#) ein Programm für mehr Sicherheit in der Schule
 - » Ausstattung des [Erste Hilfe Koffers](#)
 - » [Notfallplan](#) allergischer Schock
 - » [Notfallplan](#) Asthma
 - » [Erste Hilfe BMBWF](#)
 - » Infoblatt zum richtigen Vorgehen bei [Zahnunfällen](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der Maßnahmen
- Wie viele Schüler:innen haben einen Erste-Hilfe-Kurs besucht?
- Wie viele Lehrer:innen haben einen Erste-Hilfe-Kurs besucht?
- Wird die Auffrischung im empfohlenen Abstand und Ausmaß angeboten?

3. Nur Primarstufe und Sekundarstufe 1: Die von den Sanitätsbehörden durchgeführten Impfaktionen werden an unserer Schule unterstützt. ! [H5](#), [H8](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Impfungen gehören zu den wichtigsten und wirksamsten präventiven Maßnahmen, die der Medizin zur Verfügung stehen. Das kostenlose Kinderimpfprogramm wurde vor mehr als 20 Jahren ins Leben gerufen, mit dem Ziel, allen in Österreich lebenden Kindern bis zum 15. Lebensjahr Zugang zu den für die öffentliche Gesundheit wichtigen Impfungen zu ermöglichen, ohne dass dafür den Erziehungsberechtigten Kosten entstehen. Nur so kann erreicht werden, dass die Impfbeteiligung in der Bevölkerung so hoch verbreitet ist, dass auch Personen, die aus bestimmten Gründen nicht geimpft werden können (z.B. Personen mit Immunsuppression), vor einer Ansteckung geschützt sind. Die Schulimpfungen stehen in Tirol allen Schüler:innen gratis zur Verfügung und werden von den Amtsärzt:innen der Gesundheitsbehörden an der Schule durchgeführt. Zusätzlich ist es wichtig Informationen zum Thema Impfen an die Schüler:innen weiterzugeben und dies in den Unterrichtsinhalten einzubauen.

Impfaktionen für das Schulpersonal können vom arbeitsmedizinischen Dienst organisiert werden.

Link zum [Impfplan für Österreich](#) (auch für Erwachsene).

Bewertung

★ Die Durchführung von Impfungen wird unterstützt. 1 Punkt	★★ Unterrichtsinhalte zum Thema Impfen werden umgesetzt UND Impfpläne für Schüler:innen eingehalten. 2 Punkte	★★★ Einhaltung der Impfpläne für Schüler:innen UND Information der Lehrer:innen bezüglich Impfungen für Erwachsene UND Unterrichtsinhalte zum Thema Impfen werden umgesetzt. 3 Punkte
---	--	---

**Impulse für die Umsetzung**

- Informationsweitergabe an die Eltern
- Einholung der Zustimmungserklärung
- Bereitstellung einer geeigneten Räumlichkeit
- Beaufsichtigung am Weg zur Impfung, ggf. während der Wartezeit und am Weg zurück (im Rahmen der Aufsichtspflicht innerhalb der Schule, das Begleiten zu Impfungen außerhalb der Schule z.B. an die BH ist nicht vorgesehen)
- ggf. Unterstützung behördlicher Impferhebungen
- Aushang der Impfpläne auch für die Lehrer:innen, ggf. Organisation von Impfungen für die Lehrer:innen
- Unterrichtsinhalte zum Thema Impfen umsetzen
- Medienportal LeOn:
 - » Impfen - Warum? Weshalb? Wogegen?
 - » Immunsystem 1 und 2
 - » Grundschule: Gesundheit (MasterTool)

**Mögliche Nachweise für die Evaluierung**

- Zahlen zur Impfbeteiligung
- Fotodokumentation
- Aushang vom Impfplan
- Jahresplanungen



4. Nur Primarstufe und Sekundarstufe 1: Maßnahmen zur Zahngesundheitsförderung werden an unserer Schule durchgeführt. ! H2, H5, H8

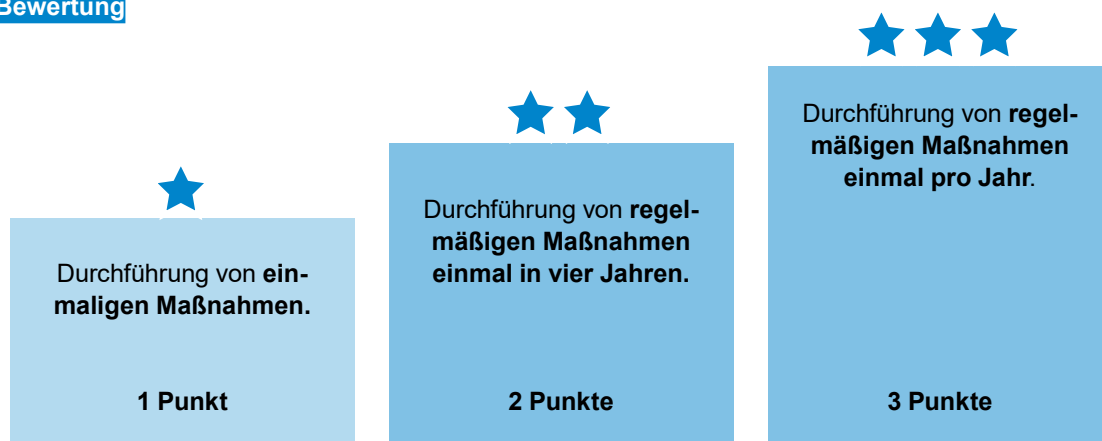
SOLL MERKMAL

**Erläuterung**

Der Grundstein für gesunde Zähne wird in der Kindheit gelegt. Umso wichtiger ist es, dass Kinder und Jugendliche über die vier wesentlichen Säulen der Zahngesundheit Bescheid wissen und entsprechend handeln:

- » regelmäßige und richtig durchgeführte Mundhygiene
- » ausgewogene, zahn
- » regelmäßiger Zahnarztbesuch (Angstabbau!)
- » physische und psychosoziale Wirkung der Zahngesundheit



Bewertung**Impulse für die Umsetzung**

- Teilnahme am [Avomed-Zahngesundheitsvorsorge](#) Programm (nur VS und SPZ)
- Einbindung lokaler Zahnärzte – zahnmedizinische Reihenuntersuchungen
- Besuch bei Zahnärzten
- Mitarbeit bei den regelmäßig durchgeführten Zahnstatuserhebungen
- Anschaffung von Zahnrettungsboxen (für Erste-Hilfe-Koffer)
- gemeinsames Zähneputzen an der Ganztagschule
- Schwerpunkte zur Zahngesundheit in den Unterrichtsstunden bzw. fächerübergreifende Projekte

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Fotodokumentation
- Dokumentation von umgesetzten Maßnahmen

5. Maßnahmen zur Unfallverhütung und Verkehrserziehung werden durchgeführt (Für TFBS nicht relevant). ! [H2](#), [H5](#), [H8](#)

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Unfallverhütung, Sicherheits- und Verkehrserziehung sind Teil des Unterrichts- und Erziehungsauftrages mit dem Ziel, die entsprechenden Kenntnisse zu vermitteln und erforderliche Fähigkeiten und Haltungen zu fördern. Dies beinhaltet neben dem Aspekt der Sicherheit auch Gesundheits- und Umweltthemen. Darüber hinaus gilt es die Schule und Umgebung auf Unfall- und Gefahrenquellen hin zu überprüfen und entsprechende Maßnahmen zur Erhöhung der Sicherheit umzusetzen.

Bewertung

★ Sporadische Maßnahmen zur Unfallverhütung UND zur Verkehrserziehung, sowie Erhebung des Status Quo werden durchgeführt. 1 Punkt	★★ Regelmäßig Maßnahmen zur Unfallverhütung UND Verkehrserziehung werden durchgeführt. Mängel laut Erhebung wurden beseitigt. Status Quo wird wiederkehrend erhoben. 2 Punkte	★★★ Regelmäßige Maßnahmen zur Unfallverhütung UND Verkehrserziehung werden durchgeführt. Mängel laut Erhebung wurden beseitigt. Status Quo wird wiederkehrend erhoben. Schulweganalyse wird durchgeführt UND Maßnahmen zur Erhöhung der Sicherheit am Schulweg werden gesetzt. 3 Punkte
---	--	---

Impulse für die Umsetzung**Informationen**

- Information über Vorschriften
- Schulungsplan
- Einbindung externer Expert:innen z.B. sicherheitstechnische Begehungen durch die AUVA

Unterweisungen

- Schüler:innen werden bei Verwendung von Arbeitsmitteln (z.B. Werkzeuge, Maschinen, ...) unterwiesen und es gibt standardisierte/systematische Aufzeichnungen darüber (z.B. Klassenbucheintragen)

Aktionen, Workshops und externe Angebote

- Sturz- und Falltrainings (AUVA)
- [Erstellen eines Schulwegplanes](#) (für VS)
- Schulweganalyse auf Gefahrenstellen (AUVA)
- [Mobile Jugendverkehrsschule](#)
- [Radfahrführerschein](#)
- [Kinderpolizei](#) (Kuratorium für Verkehrssicherheit) (nur VS)
- Überprüfung und Anwenden von Sicherheitsausrüstung (Fahrradhelm, Gelenksprotektoren, Skihelm, Rückenprotektoren ...)
- Verkehrserziehung: [Workshop für Eltern von VS-Kindern](#)
- [Medien zur Sicherheit](#) (AUVA)
- [Klimabündnis Österreich](#)

Medienportal LeOn

- freiwillige Radfahrprüfung
- Verkehrserziehung (MasterTool)
- Roller- und Fahrradtraining.... Schonraumübungen
- sicher im Straßenverkehr

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Fotodokumentation
- Dokumentation von umgesetzten Maßnahmen



6. **Nur TFBS:** Sicherheit am Arbeitsplatz wird berufsspezifisch an der Schule thematisiert und ist Teil der Lehrinhalte (Unfallverhütung, Schutz vor arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren,...). ! H2, H4, H5

**SOLL
MERKMAL**

Erläuterung

Arbeitssicherheit bezieht sich auf die Sicherheit und Gesundheit der Beschäftigten bei der Arbeit. Um dies soweit wie möglich zu gewährleisten gilt es eventuelle Gefahren zu ermitteln, zu beurteilen und Maßnahmen dagegen zu setzen.

Gerade in der Ausbildung junger Menschen wird dem Thema Arbeitssicherheit eine spezielle Bedeutung beigemessen. Der Arbeitgeber hat die Pflicht, Jugendliche besonders zu schützen, da diese aufgrund ihrer geringen Erfahrung, ihrer unvollständigen Reife und ihrer körperlichen Entwicklung (Konstitution, Körperkraft, Leistungsfähigkeit) ein höheres Gefährdungspotenzial aufweisen.

Im Hinblick auf die Sensibilisierung der Jugendlichen für das Thema Sicherheit am Arbeitsplatz ist es wichtig, bereits in der Berufsschule einen Grundstein dafür zu legen. Das Thema Arbeitssicherheit sollte daher ein fixer Bestandteil der Lehrinhalte sein.

Bewertung



Impulse für die Umsetzung

- Unterrichtsstunden zur Arbeitssicherheit werden gestaltet
- Einbindung externer Expert:innen (Arbeitsmediziner:innen, Sicherheitsfachkraft,...)
- Exkursionen in Betriebe, arbeitsmedizinische Zentren
- rechtlich verankert:
 - » im Kinder- und Jugendschutzgesetz (KJBG)
 - » im Jugendlichen-Beschäftigungsverbot/beschränkungen (KJBG-VO)
 - » ASchG
- [Richtlinie der AUVa zur Gefahrenunterweisung im Berufsschulunterricht](#)
- [Information über den ArbeitnehmerInnenschutz](#)
- [sichere Berufsschule](#)

Mögliche Nachweise für die Evaluierung

- Dokumentation der umgesetzten Maßnahmen

Entwicklung Gütesiegel

Das Gütesiegel wurde im Schuljahr 2014/15 entwickelt und im Schuljahr 2020/21 unter Beteiligung von folgenden Expert:innen überarbeitet und weiterentwickelt:

Projektteam 2020/21

Projektleitung

Gabriele Bogner-Steiner
Pädagogische Hochschule Tirol

Marina Riedl
Österreichische Gesundheitskasse

Steuerungsteam

Monika Kuprian
Pädagogische Hochschule Tirol

Claudia Mark
Bildungsdirektion für Tirol/Amt der Tiroler Landesregierung

Simone Mende
Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau

Miriam Müller
Österreichische Gesundheitskasse

Elisa Steiner
Österreichische Gesundheitskasse

Sarah Stockinger
Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau

Jennifer von Ohlen
Österreichische Gesundheitskasse

Ulrike Weyrer
Bildungsdirektion für Tirol

Expert:innenteam 2020/21

Expert:innen | Kooperationsteam

Theresa Auer
Kinder- und Jugendanwaltschaft Tirol

Gerald Beigl
Bildungsdirektion Tirol

Martin Bichler
Bildungsdirektion

Heinz Fuchsig
AUVA

Georg Gierzinger
Zentrum Sexuelle Gesundheit Tirol

Karoline Graswander-Hainz
Pädagogische Hochschule Tirol

Claudia Grißmann
Pädagogische Hochschule Tirol

Petra Innerkofler
Kinder- und Jugendanwaltschaft Tirol

Andreas Kecht
Pädagogische Hochschule

Nora Kropf
Zentrum Sexuelle Gesundheit Tirol

David Kitzbichler
Bildungsdirektion für Tirol

Andrea Ladstätter
Bildungsdirektion Tirol

Martina Mayr
kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz

Brigitte Thöny
Bildungsdirektion für Tirol

Christina Steixner-Buisson
Tiroler Kinder und Jugend Gmbh

Birgit Streit
Pädagogische Hochschule Tirol

Sabine Trentini-Geisler
Bildungsdirektion für Tirol

Birgit Wild
Pädagogische Hochschule Tirol, IGfB

Barbara Witzmann
AUVA

Expert:innen | Gütesiegelschulen

Caroline Abfalter
Praxis VS der PHT

Karin Fahrthofer
BHAK Innsbruck

Ursula Mayer
Praxis VS der PHT

Heidi Messner
MS Gries am Brenner

Margit Mühlmann
BORG Lienz

Michael Muigg-Spörr
MS Gries am Brenner

Christiane Schneider
BFW Wörgl

Das Gütesiegel wurde im Schuljahr 2024/25 vom Strategieteam Gesunde Schule Tirol überarbeitet und weiterentwickelt:

Projektteam 2024/25

Strategieteam

Gabriele Bogner Steiner
Pädagogische Hochschule Tirol

Monika Kuprian
Pädagogische Hochschule Tirol

Claudia Mark
Bildungsdirektion für Tirol/Amt der Tiroler Landesregierung

Simone Mende
Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau

Miriam Müller
Österreichische Gesundheitskasse

Valentina Plank
Österreichische Gesundheitskasse

Marina Riedl
Österreichische Gesundheitskasse

Victoria Scherl
Pädagogische Hochschule Tirol

Ulrike Weyrer
Bildungsdirektion für Tirol



Impressum

© 2021

Österreichische Gesundheitskasse
Pädagogische Hochschule Tirol
Land Tirol
Bildungsdirektion für Tirol
Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau

Fachredaktion und redaktionelle Gestaltung:

Gabriele Bogner-Steiner, Marina Riedl, Elisa Steiner, sowie Mitglieder des Strategieteams und Expert:innen aus Gütesiegelschulen und des Kooperationsteams Gesunde Schule Tirol

Grafische Konzeption: noahcommunications

Grafische Umsetzung: Miriam Müller

Bildnachweis: Österreichische Gesundheitskasse, Adobe Stock (falls nicht anderweitig gekennzeichnet)

Logo: HTL Bau und Design Innsbruck

Stand Mai 2025