



Die gesunde Schule

Entwicklung:

Schon vor 21 Jahren begann ich, Sigrid Troger, als Klassenlehrerin für meine Klasse den Verkauf der Gesunden Jause in der Pause zu organisieren. Dies weitete ich dann zuerst auf den Trakt mit 4 Klassen aus. Seit **20 Jahren** wird nun der Verkauf der **Gesunden Jause** und des **Täglichen Jausenbrot** in Zusammenarbeit mit den jeweiligen **Klasseneltern** in der gesamten Schule angeboten.

In diesem Artikel wird die derzeitige Organisation des Täglichen Jausenbrot, bzw. der wöchentlichen Gesunden Jause, noch näher erläutert. Im Rahmen meiner Schulleiterausbildung beschäftigte ich mich intensiv mit der Thematik „Die gesunde Schule“, die heute noch das Leitbild, die Vision, darstellt. Die Schwerpunkte an der VS Matrei i. O. sind bis heute Gesundheitserziehung, geistige Gesundheit, Kreativität, soziale Gesundheit, Gesundheit für die Seele, der gesunde Lehrer, Zusammenarbeit mit Nahtstellen und nicht zuletzt Evaluierungsmaßnahmen.

Die „**Gesunde Jause**“ wird einmal wöchentlich von Klasseneltern in der Schule zubereitet. Jede Klasse verkauft ca. 6 Wochen, dann folgt der Wechsel. Die Einnahmen kommen in die jeweilige Klassenkassa. Angeboten werden z.B. Aufstrichbrote, Gemüsesticks, Joghurts, Fruchtmilch oder Fruchtjoghurts, Obst, selbstgebackenes Brot mit Kräutern ...

Beim „**Täglichen Jausenbrot**“ werden verschiedene Brötchen wie Kornspitz, Sesamweckerl, „**Zunigspitz**“ und „**Tauernwindweckerl**“ (wurden vom Bäcker gemeinsam mit Kindern vor 2 Jahren kreiert und seither verkauft) sowie der tägliche Apfel angeboten und ebenfalls im 6 Wochenrhythmus von Klasseneltern verkauft.

Sinn der Aktion ist es, Schülern und Eltern zu zeigen, dass die Jause ein wertvoller Bestandteil der gesunden Ernährung sein kann und trotzdem schmeckt. Es werden keine Säfte angeboten, damit die Kinder in ihren eigenen Wasserflaschen Getränke von zu Hause mitnehmen. Im Sinne der Müllvermeidung werden Tetrapackungen nicht verwendet.

Die Gesunde Jause und das Tägliche Jausenbrot sind also bereits seit 20 Jahren ein fixer Bestandteil in unserer Schule und teilweise auch im Schulzentrum. Erfreulicherweise finden sich immer wieder Mütter, die bereit sind, zum Wohle der Kinder dies zu organisieren.

Immer wieder hört man am Ende einer Verkaufsperiode von den Müttern, dass es für sie eine schöne Zeit war, den Schulalltag miterleben zu können und sich untereinander austauschen zu können.



Ist-Stand an der VS Matrei in Osttirol:

Unterrichtsqualität:

- Strukturierung von ritualisierten Organisations- und Unterrichtsformen: Tägliche Bewegungseinheiten im Unterricht, tägliche bewegte Pause, bewegte Pause auch mal im Turnsaal oder statt der zehnmütigen Kurzpause von 11:20 bis 11:30 Uhr, tägliches gesundes Jausenbrot (von einer Bäckerei frisch zubereitet, von Eltern verkauft), einmal wöchentlich gesunde Jause (von Eltern zubereitet und verkauft)
- Synchronisierung des Unterrichts: Lern-, Bewegungs- und Erholungsphasen wechseln sich je nach Bedarf ab
- Individuelle Auszeiten → unterschiedliche Jausenzeiten der einzelnen Klassen
- Außerschulische Lernorte: intensive Zusammenarbeit mit Vereinen: Sportunion (Judo, Fußball, Tennis, Reiten, Ski alpin,...), Alpenverein (Klettern), Volksschule in Bewegung Osttirol (Wöchentliche zusätzliche Bewegungsstunde ausschließlich für Kinder, die bei keinem Sportverein gemeldet sind)
- Intensive Zusammenarbeit mit Eltern – Begleitpersonen bei allen schulischen Aktivitäten

Steuern/Organisieren:

- Schulprogramm: spezielle Zusammenarbeit mit der Schulärztin → Erstellung eigener Bewegungsprogramme; Pausenkisten
- Öffnung nach außen, viel Öffentlichkeitsarbeit → Organisation bzw. Durchführung bezirkswweiter LAGs durch die Direktorin, bzw. den Sportreferenten der VS Matrei
- Schulrituale: immer wieder Bewegungsfeste und Teilnahme an schulbezogenen Bewegungsveranstaltungen: Hopsi Hopper, Leichtathletik Grand Prix, Harmony run, Laufschiule, Österreichisches Leistungsturnabzeichen, Ski- bzw. Skisicherheitstage, Bewegungsinitiative Ugotchi, Raika- Juniorcup, Sporttage, Tiroler Schulbouldercup, Volksschul- Fußballcup,...
- Qualitätssicherung: Diskussionen und Vorschläge bei den schulinternen Konferenzen

Lern- und Lebensraum:

- Ergonomisches Schulmobiliar
- So weit möglich, bewegungsfreundliche Raumgestaltung (über 200 SchülerInnen). Bewegungsverführungen (schuleigene Kletterwand, Pausenboxen, drei gut bestückte Turnsäle) und Ruhezone (Couches, Lese- und Spielecken)
- Eigener Bewegungs- und Trommelraum
- Vorbildliches Lehrerzimmer, Arbeitsplatz für jede/n Lehrer/in, Computer für KlassenlehrerInnen



Volksschule Matrio i.O., Lienzer Straße 17, 9971 Matrio i.O.

Tel.: 04875/5133-425, SPZ.: 04875/5133-430, Fax: 04875/5133-426,

E-Mail: direktion@vs-matreio.tsn.at, homepage: www.vs-matreio.tsn.at

Unser Leitbild bleibt dasselbe: **„Wir wollen eine gesunde Schule sein, für Körper, Seele und Geist, für SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern.“**

Für den Inhalt: VDin OSR Sigrid Troger

Beilagen: Fotos