

# Diplomarbeit

Titel der Diplomarbeit

„Gesundheitsförderung im Setting Schule – eine  
qualitative Betrachtung des Gesundheitsverständnisses  
an der VS Bad Sauerbrunn“

Verfasserin

Elisabeth Steindl, Bakk.rer.nat

angestrebter akademischer Grad

Magistra der Naturwissenschaft (Mag.rer.nat.)

Studienkennzahl:

A 190 482 344

Studienrichtung lt. Studienblatt:

Lehramtsstudium (Bewegung und Sport/ Englisch)

Betreuerin:

Ao. Univ.-Prof. MMag. Dr. Konrad Kleiner

Wien, im August 2011



# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	<b>5</b>
<b>Kurzzusammenfassung</b> .....	<b>7</b>
<b>Abstract</b> .....	<b>8</b>
<b>Abkürzungsverzeichnis</b> .....	<b>9</b>
<b>1 Einleitung</b> .....	<b>11</b>
1.1 Herleitung des Themas .....	11
1.2 Konkretisierung der wissenschaftlichen Fragstellung .....	12
1.3 Gliederung .....	14
<b>I THEORETISCHER TEIL</b> .....	<b>16</b>
<b>2 Der Begriff „Gesundheit“</b> .....	<b>16</b>
2.1 Die Entwicklung des Begriffes „Gesundheit“ .....	16
2.2 Die Determinanten der Gesundheit .....	19
<b>3 Der Begriff der Gesundheitsförderung</b> .....	<b>24</b>
3.1 Von der Prävention zur Gesundheitsförderung .....	24
3.1.1 Prävention .....	24
3.1.2 Gesundheitserziehung .....	25
3.1.3 Gesundheitsförderung .....	27
3.1.4 Vergleich von Prävention, Gesundheitserziehung und Gesundheitsförderung .....	29
3.2 Ansätze und Konzepte in der Gesundheitsförderung .....	30
3.2.1 Der Setting-Ansatz .....	31
3.2.2 Empowerment .....	32
3.2.3 Partizipation .....	33
<b>4 Gesundheitsförderung in der Schule</b> .....	<b>35</b>
4.1 Gesetzliche Grundlagen zur schulischen Gesundheitsförderung (WHO und BMUKK Österreich) .....	35
4.2 Dimensionen gesundheitsfördernder Schulen .....	36
<b>II EMPIRISCHER TEIL</b> .....	<b>42</b>
<b>5 Methodik</b> .....	<b>42</b>
5.1 Untersuchungsdesign .....	42
5.1.1 Problemzentriertes Interview .....	42
5.1.2 Dokumentenanalyse .....	43
5.2 Auswahl .....	43
5.3 Ablauf der Datenerhebung .....	44

5.4 Interviewleitfaden .....	45
5.4.1 LehrerInnenleitfaden .....	45
5.4.2 Elternleitfaden .....	47
<b>6 Auswertung.....</b>	<b>49</b>
6.1 Transkription .....	49
6.2 Qualitative Inhaltsanalyse .....	49
6.3 Bildanalyse .....	50
6.4 Darstellung der Ergebnisse .....	51
6.4.1 Interview 1 – ILA .....	52
6.4.2 Interview 2 – ILB .....	57
6.4.3 Interview 3 – ILC .....	61
6.4.4 Interview 4 – ILD .....	65
6.4.5 Interview 5 – ILE .....	70
6.4.6 Interview 6 – ILF .....	74
6.4.7 Interview 7 – ILG .....	78
6.4.8 Interview 8 – IEM .....	82
6.4.9 Interview 9 – IEN .....	85
6.4.10 Darstellung der Texte .....	88
<b>7 Interpretation der Ergebnisse .....</b>	<b>101</b>
7.1 Ausbildung .....	101
7.2 Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen.....	103
7.3 Soziales Umfeld .....	108
7.4 Lebens- und Arbeitsbedingungen.....	110
7.5 Umsetzung von Gesundheitsförderung .....	111
7.6 Das Gesundheitsverständnis an der VS Bad Sauerbrunn .....	116
<b>8 Conclusio .....</b>	<b>119</b>
8.1 Zusammenfassung.....	119
8.2 Ausblick .....	121
<b>9 Literaturverzeichnis .....</b>	<b>127</b>
<b>10 Abbildungs- und Tabellenverzeichnis .....</b>	<b>132</b>
<b>11 Anhang .....</b>	<b>133</b>
11.1 Transkription der Interviews .....	133
11.2 Texte und Zeichnungen der SchülerInnen.....	168

## Vorwort

Als Lehrerin im Unterrichtsfach „Bewegung und Sport“ an einer AHS in Wien wurde ich bereits oftmals mit dem Thema Gesundheitsförderung in meinem Unterricht konfrontiert. Einerseits ist das Prinzip der Gesundheitsförderung im Lehrplan des Faches Bewegung und Sport verankert und andererseits habe ich mich aus eigenem Interesse immer wieder mit dem Thema beschäftigt. Ich hatte mich somit für eine grundsätzliche Richtung dieser Diplomarbeit entschieden. Die Arbeit sollte sich mit der Gesundheitsförderung an österreichischen Schulen beschäftigen, jedoch erst im Gespräch mit Ao. Univ.-Prof. MMag. Dr. Konrad Kleiner konnte der schlussendliche Titel und Forschungsrahmen dieser Arbeit definiert werden.

Das FDZ (Fachdidaktikzentrum) „Bewegung und Sport“ der Universität Wien arbeitet seit Jahren mit der Volksschule Bad Sauerbrunn in einem gesundheitsfördernden Projekt zusammen, wodurch die qualitative Betrachtung dieses Projekts für das FDZ von Interesse ist, was sich mit meiner Vorstellung bezüglich des Themas meiner Diplomarbeit gut vereinbaren ließ.

Die Zusammenarbeit mit der Schule funktionierte einwandfrei und durch die engagierte und nette Art, die die Direktorin VSDir. Elfriede Gruber und die Lehrerinnen mir entgegen brachten, fühlte ich mich vor Ort immer wieder willkommen, was auch den Einblick in den Schulalltag enorm erleichterte.

In der Arbeit wurde versucht geschlechtsneutrale Formulierungen zu verwenden. War dies jedoch nicht möglich, wurden geschlechtsgerechte Varianten gewählt, die beide Geschlechter beinhalten. In Fällen, die nur weibliche Personen betreffen, wurde nur die weibliche Form gewählt, was bei männlichen Personen gleich gehandhabt wurde. Lediglich bei den Transkriptionen und Auswertungen der Interviews wurde die männliche Formulierung beibehalten, wenn diese von der interviewten Person verwendet wurde.

Bezüglich der Zitation lehnt sich diese Arbeit an die Vorgaben des ZSU (Zentrum für Sportwissenschaft und Universitätssport) an. Zu dem wäre zu sagen, dass in einigen Fällen von Sekundärzitationen die Seitenzahl der primären Quelle nicht angegeben werden können, da jene in den Sekundärquellen nicht aufscheinen. Weiters werden fehlende Seitenzahlen beispielsweise von Internetseiten durch alternative Angaben, wie die der Absätze oder der Kapitel ergänzt.

Abschließend wäre zu sagen, dass mir bei der Erstellung dieser Arbeit eine Vielzahl von Personen mit Rat und Tat zur Seite gestanden sind. Großer Dank gilt der Direktorin der VS Bad Sauerbrunn, die es mir ermöglichte, meine Untersuchung an der Schule

durchzuführen und mich jedes Mal sehr freundlich in der Schule aufnahm. Darüber hinaus muss ich mich auch bei den Lehrerinnen und Eltern bedanken, die ich befragen durfte und die mir bereitwillig auf alle meine Fragen Antworten gaben. Genauso bin ich für die Unterstützung von Ao. Univ.-Prof. MMag. Dr. Konrad Kleiner sehr dankbar, der mir immer mit guten Ratschlägen bei Problemen weiterhelfen konnte.

Meine gesamte Familie und viele Freunde haben mich in den vergangenen Jahren während meines Studiums in vielerlei Hinsicht unterstützt und immer wieder aufgebaut, wenn es von Nöten war, wofür ich sehr dankbar bin. Ich bin froh so viele, liebe Menschen um mich zu haben, die mir jederzeit beistehen. Zuletzt danke ich aber speziell meinem lieben Cousin Stefan, dessen ruhige Wohnung ich in seiner Abwesenheit als „Exil“ zum Verfassen dieser Arbeit nutzen durfte, wodurch ich die Ruhe finden konnte diese zu schreiben.

## Kurzzusammenfassung

Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit dem Thema „*Gesundheitsförderung im Setting Schule - eine qualitative Betrachtung des Gesundheitsverständnisses an der VS Bad Sauerbrunn*“. Den Kernbereich dieser Diplomarbeit bildet eine qualitativ empirische Studie, die an der Volksschule Bad Sauerbrunn durchgeführt wurde. Vorrangig wurde hinterfragt, welches Gesundheitsverständnis bei den Beteiligten der Schule besteht.

Gesundheit und Gesundheitsförderung werden heutzutage als multidimensionale Begriffe gesehen, die oftmals, je nach Fachgebiet, unterschiedlich definiert werden. Aus diesem Grund wird nur ein kurzer Einblick in die allgemeine Entwicklung der Termini gegeben. Weiters werden auch die Determinanten der Gesundheit, unterschiedliche Ansätze und Konzepte der Gesundheitsförderung und die Umsetzung der Gesundheitsförderung in der Schule behandelt.

Im empirischen Teil folgt die Untersuchung, welche anhand von neun Lehrerinnen- und Elterninterviews und 40 von den SchülerInnen verfassten Texten umgesetzt wurde. Die Kategorien der Befragung wurden deduktiv auf Grundlage der Determinanten der Gesundheit gebildet. Darüber hinaus wurde Mayrings (2002) qualitative Inhaltsanalyse angewendet um induktiv weitere Kategorien zu bestimmen.

Durch die Auswertung und Interpretation der Daten konnte erkannt werden, dass derzeit noch ein Laienbegriff der Gesundheit und dessen Förderung an der Schule vorherrscht. Nichtsdestotrotz wird bereits eine Vielzahl an Aktionen gesetzt, die dem Prinzip der gesundheitsfördernden Schule folgen. Diese inkludieren beispielsweise Fortbildungen der Lehrerinnen, Unterrichtseinheiten mit Bewegungs- und Ernährungsschwerpunkten, die Förderung eines positiven Schulklima und die Integration von ExpertInnen in den Schulalltag. Die detaillierten Ergebnisse der Studie können in den beiden letzten Kapiteln gefunden werden.

## Abstract

This paper deals with the topic „*Health promotion at schools. A qualitative analysis of the comprehension of health at the elementary school Bad Sauerbrunn*“. The core issue is a qualitative empirical study, which was conducted at the elementary school Bad Sauerbrunn, where it was enquired what kind of comprehension of health is apparent at the school.

Nowadays health and health promotion are recognized as multidimensional terms, which are differently defined according to the scientific field. Therefore, only a short overview of the general development of the terms shall be given. In addition, the determinants of health, various approaches and concepts of health promotion and the implementation of health promotion at school are outlined.

Within the empirical part, the survey is discussed, which was realized by analyzing nine interviews with teachers and parents and 40 texts, which were written by the pupils. Categories were created deductively with regard to the determinants of health. Furthermore, Mayring's (2002) qualitative content analysis was applied to determine inductively further categories.

By analyzing and interpreting the data, it was recognized that still an amateur comprehension of health and its promotion is apparent at the school. Nevertheless, a large number of activities were set, which follow the principles of a health promoting school. These include, for example, the further training of teachers, lesson with the focus on physical activity and healthy nutrition, the promotion of a positive school climate and the integration of experts into everyday school life. The detailed results of the study can be found in the last two chapters.

## Abkürzungsverzeichnis

Abb.	Abbildung
Abs.	Absatz
AHS	Allgemeinbildende höhere Schule
BMUKK	Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur
bzw.	beziehungsweise
d.h.	das heißt
et al.	et alii (und andere)
EU	Europäische Union
FDZ	Fachdidaktikzentrum
FGÖ	Fonds Gesundes Österreich
Hrsg.	HerausgeberIn
IEM-N	Interview Eltern M bis N
ILA-G	Interview Lehrerin A bis G
Kap.	Kapitel
Red.	RedakteurIn
S.	Seite
Tab.	Tabelle
T3A-W	Text 3.Klasse A bis W
T4A-N	Text 4.Klasse A bis N
usw.	und so weiter
uvm.	und vieles mehr
vgl.	vergleiche
VS	Volkschule
VSDir.	Volksschuldirektorin
WHO	World Health Organization
Z.	Zeile
zit.n.	zitiert nach
ZSU	Zentrum für Sportwissenschaft und Universitätssport



## 1 Einleitung

*In diesem Kapitel soll ein erster Einstieg in die Thematik dieser Diplomarbeit ermöglicht werden. Zudem wird das Thema „Gesundheitsförderung im Setting Schule“ hergeleitet, indem ausgewählte Facetten der Gesundheitsförderung kurz angesprochen werden. Danach wird die Fragestellung dieser Arbeit konkretisiert und vordergründige Aspekte in Kernfragen zusammengefasst. Abschließend gibt eine detaillierte Gliederung eine Übersicht über die Inhalte.*

### 1.1 Herleitung des Themas

„Die Schule ist das zentrale Feld für die Prävention und Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter.“ (Jerusalem et al., 2003; zit.n. Faltermaier, 2005, S. 322)

Der Begriff „Gesundheitsförderung“ gewann in den letzten Jahren immer mehr an Bedeutung. Einerseits boomt der Gesundheitssektor und die subjektive Gesundheit rückt vermehrt in eine zentrale Position und andererseits hat die Förderung der Gesundheit Einzug in eine Vielzahl an Institutionen gefunden. Die Begriffsbestimmung gestaltet sich aufgrund der vielschichtigen Auslegungen von Gesundheit und Gesundheitsförderung, die in unterschiedlichen Fachbereichen gebräuchlich ist, als schwierig. „Eine übergreifende, allgemein gültige Theorie der Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen gibt es [...] nicht, was angesichts der unterschiedlichen Bedingungskonstellationen der vielfältigen Gesundheitsgefährdungen auch nicht zu erwarten ist.“ (Jerusalem, 2006, S. 31). Aus diesem Grund werden die Termini Gesundheit, Krankheit, Gesundheitsförderung, Prävention, Gesundheitserziehung und Public Health besonders im umgangssprachlichen Bereich oftmals verwechselt oder inkorrekt verwendet, wobei auch öffentliche Institutionen wie das BMUKK noch immer den Begriff der Gesundheitserziehung verwenden, wenn Gesundheitsförderung angebracht wäre (BMUKK, 2008, S. 15, 73, 211).

Die Gesundheitserziehung hatte an den Schulen versagt (Paulus, 2007, S. 83), wodurch neue Ansätze initiiert werden mussten. Hurrelmann (2006, S. 204-205) fasst die Themenbereiche der Gesundheitserziehung wie folgt zusammen: Individualhygiene, Schutz gegen Infektionskrankheiten, Psychohygiene, Bewegungserziehung, Unfallverhütung, Ernährungserziehung, Drogenerziehung und Sexualerziehung. Da jedoch heutzutage Ansätze angewendet werden die ganzheitlich innerhalb eines bestimmten Systems wirken sollen, wird nicht nur personenorientiert sondern auch systemorientiert agiert. Bischof (1997, S. 32) meint, dass Gesundheitsförderung die

Bestrebungen darstellt den Gesundheitszustand aller Individuen einer Gesellschaft zu verbessern, in dem positives und offensives Handeln mit den angemessenen Rahmenbedingungen angewendet wird.

„1992 haben die WHO, der Europarat, und die EU das Gemeinschaftsprojekt ‚Europäisches Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen‘ lanciert. Auch Österreich hat an diesem Projekt erfolgreich bis 2006 teilgenommen. Das internationale Projekt unterstützt Aktivitäten und Entwicklungen auf nationaler Ebene, Schule als einen gesundheitsfördernden Arbeits-, und Lernort zu gestalten.“ (BMUKK, 2006, Abs. 2) Die „gesundheitsfördernden Schulen“ gingen über den traditionellen Gesundheitserziehungsbereich weit hinaus und erlaubten neue Perspektiven für alle Beteiligten im Schulalltag (Haller, 1996, S. 292). Im letzten Jahrzehnt wurde deshalb eine Vielzahl an Gesundheitsförderungsprojekten an unterschiedlichen Schulen durchgeführt, die Qualität dieser Projekte ist sehr unterschiedlich.

Seit Mai 2008 wird an der Volksschule Bad Sauerbrunn vom FDZ (Fachdidaktikzentrum) "Bewegung und Sport" des ZSU (Zentrum für Sportwissenschaft und Universitätssport) der Universität Wien ein solches gesundheitsförderndes Projekt umgesetzt. Dabei wurden bis zum jetzigen Zeitpunkt LehrerInnenfortbildungen, Elternbefragungen, Accelerometermessungen, der Deutsche Motorik-Test und Gesundheitstage durchgeführt. Darüber hinaus unterrichten Studierende des ZSU in Bewegungseinheiten, die schriftlich ausgearbeitet und an die Lehrerinnen<sup>1</sup> weitergegeben werden. In diesen Unterrichtsstunden wird versucht Themen zu behandeln, in denen Defizite der Kinder ersichtlich wurden und die die Kompetenzen der Lehrerinnen übersteigen, wie die Thematiken „Rückenschule“ oder „Fallprophylaxe“. Weiters wird in den dritten Klassen das Fach „gesunde Ernährung“ unterrichtet, das vierzehntägig für eine Doppelstunde abgehalten wird. Das Projekt wird durch die Gemeinde und Sponsoren finanziert und greift auf keine öffentlichen Töpfe zu.

### **1.2 Konkretisierung der wissenschaftlichen Fragstellung**

Diese Diplomarbeit beschäftigt sich mit dem gesundheitsfördernden Projekt an der VS Bad Sauerbrunn und soll die Basis für mögliche, weitere Schritte in dem Projekt darstellen. Dazu wurden vorab einige Thesen bezüglich des Gesundheitsverständnisses und der Auslegung von Gesundheit und deren Förderung erstellt.

---

<sup>1</sup> An der VS Bad Sauerbrunn unterrichten regulär nur Lehrerinnen mit der Ausnahme des Religionslehrers, der jedoch keinen Bezug zu dem Gesundheitsförderungsprojekt hat. Weiters wird in der folgenden Arbeit der Begriff Lehrerinnen auch für die Direktorin verwendet, sodass die Anonymität der Direktoren gewahrt bleibt.

Vor der Durchführung der Untersuchung wurde angenommen, dass die Volksschullehrerinnen keine bis kaum Ausbildungen auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung aufweisen können, wodurch das Gesundheitsverständnis sich an allgemeinen, medialen Meinungen orientiert. Als weitere These wurde erwartet, dass vor allem versucht wird Einfluss auf die persönlichen Verhaltens- und Lebensweisen der SchülerInnen zu nehmen, wodurch in Hinsicht auf Gesundheitsförderung personenorientiert gearbeitet wird. Darüber hinaus wird davon ausgegangen, dass die Gesundheit der Kinder im Vordergrund steht und weniger die Lehrerinnenposition bei den Fördermaßnahmen bedacht wird.

Da die subjektive Meinung der Lehrerinnen und Eltern gefragt ist, stellt ein qualitatives Interview, das offen geführt wird, eine gute Methode dar diese zu erfragen. Weiters wurde ein anderer Zugang zu den Kindern gewählt, da sich Interviews mit unbekanntem Erwachsenen für die Kinder oftmals als schwierig erwiesen. Die SchülerInnen sollten deshalb ohne Zeitdruck Texte zum Thema „Gesundheit“ verfassen, deren Gestaltung ihnen freigestellt war, um ein möglichst unverfälschtes Bild der Meinungen der Kinder zu erhalten. Die Analyse dieser Daten wurde anhand Mayrings (2000b) qualitativer Inhaltsanalyse vorgenommen, da bei Datenerhebungsverfahren damit analysiert werden können.

In den letzten drei Jahren wurde in Bad Sauerbrunn an der Volksschule eine Vielzahl an Aktionen bezüglich einer ganzheitlichen Gesundheitsförderung gesetzt, die bereits Erwähnung fanden. Nun soll das Gesundheitsverständnis an der Schule hinterfragt werden. Die zentrale Frage dieser Arbeit lautet folgendermaßen:

- Welches Verständnis von Gesundheit besteht an der VS Bad Sauerbrunn?

In weiterer Folge soll jedoch lösungsorientiert eine Auflistung möglicher Ansatzpunkte erstellt werden, wodurch noch einige weitere Forschungsfragen formuliert werden mussten:

- Was bedeutet Gesundheitsförderung in der Schule?
- Welche Konzepte und Methoden werden zur Gesundheitsförderung angewendet?
- Wie sieht die Umsetzung der Gesundheitsförderung bei den Kindern der VS Bad Sauerbrunn aus?
- Welche Schwerpunkte werden bei der Gesundheitsförderung in der VS Bad Sauerbrunn gesetzt?
- Welchen Stellenwert hat Gesundheitsförderung in der VS Bad Sauerbrunn (bei den Kindern, den Eltern und bei den LehrerInnen)?

Somit ist es das Ziel dieser Arbeit das Gesundheitsverständnis auf verschiedenen Ebenen (mit Hilfe von Interviews und Aufsätzen bei den Lehrerinnen, SchülerInnen und Eltern) zu erfragen um die Ergebnisse in weiterer Folge mit aktuellen theoretischen Forschungsständen abzugleichen. Aufgrund dessen werden im abschließenden Ausblick einige konkrete Ansatzpunkte in unterschiedlichen Bereichen definiert, die eine noch weitere Verbesserung der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn bewirken könnten.

### 1.3 Gliederung

Nach der Einleitung wird in *Kapitel zwei* (S. 16-23) der Begriff „Gesundheit“ genauer betrachtet. So wird einerseits die Entwicklung des Terminus beschrieben, wobei der Ausgangspunkt die 1946 verfasste Definition der WHO (World Health Organization) darstellt und gegenwärtige Definitionsversuche werden vorgestellt, da es keine allgemein gültige Definition des Begriffes bzw. des Konzepts „Gesundheit“ gibt. Andererseits werden die Determinanten der Gesundheit besprochen. Hierzu werden drei verschiedene Konzepte von Hurrelmann (1990), Aggelton & Homans, 1987; und Ewles & Simnett 1999; zit.n. Naidoo & Wills (2010) und schlussendlich von Whitehead & Dahlgren (1991), Darstellung. Fonds gesundes Österreich (2005a) präsentiert.

Im *dritten Kapitel* (S. 24-34) wird der Begriff der Gesundheitsförderung definiert, der vor allem durch die WHO eingeführt wurde. Da auch jener Begriff der Gesundheitsförderung eine Entwicklung vorzuweisen hat, werden verschiedene Termini behandelt, die Vorläufer für das heutige Konzept darstellen. Dabei wird eine Unterscheidung zwischen den etwas veralteten Begriffen der Prävention und der Gesundheitserziehung und dem aktuellen Begriff der Gesundheitsförderung tabellarisch nach Mitterbauer (2007) dargestellt. Als zweites Unterkapitel werden Ansätze bzw. Konzepte der Gesundheitsförderung kurz angesprochen. Es handelt sich hierbei um den Setting-Ansatz und die Prinzipien des Empowerments und der Partizipation.

Das *vierte und letzte theoretische Kapitel* (S. 35-41) beschäftigt sich mit der Gesundheitsförderung im Setting Schule. Da dies ebenfalls ein sehr weitläufiges Thema darstellt, wird nur die gesetzliche Lage in Österreich angeschnitten und die Empfehlungen der WHO in Bezug auf das Setting Schule werden aufgezeigt. Danach folgen die möglichen Dimensionen der Umsetzung von Gesundheitsförderung in den Schulen. Zwei Modelle nach Hurrelmann und Nordlohne (1993) nach Faltermaier (2005) und Paulus (2010) werden skizziert um mögliche Ansatzpunkte für die Umsetzung von Gesundheitsförderung in der Schule aufzuzeigen.

*Kapitel fünf* (S. 42-48) stellt den Beginn der Empirie dar. Dennoch werden an jener Stelle die theoretischen Grundlagen der Empirie erläutert. Aufgrund der Fragestellung wird zum einen das problemzentrierte Interview beschrieben und zum anderen die Dokumentenanalyse angesprochen, was gefolgt wird von der Auswahl der Stichprobe und dem Ablauf der Durchführung. Als letztes Unterkapitel kommt es zur Darstellung der Interviewleitfäden. Da zwei Gruppen, die der Eltern und der Lehrerinnen, befragt wurden, mussten auch zwei Leitfäden ausgearbeitet werden.

Im *sechsten Kapitel* (S. 49-100) werden die Methoden der Auswertung theoretisch behandelt. So werden die Wahl der Transkription, der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring und der Bildanalyse argumentiert. Die qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring hat sich sehr gut angeboten, da somit die Interviews der Lehrerinnen und der Eltern und die Texte und Zeichnungen der SchülerInnen ausgewertet werden konnten. Im vierten Unterkapitel werden eine Tabelle der Ebenenstruktur und die Ergebnisse dargestellt.

In *Kapitel sieben* (S. 101-118) werden die fünf Makroebenen individuell behandelt. Hierzu werden die zuvor präsentierten Protokollsätze zu den jeweiligen Themenbereichen gruppiert und die verschiedenen Texte und Interviews werden nach Gemeinsamkeiten und Unterschiede kritisch untersucht und in einer Interpretation aufgezeigt.

Abschließend wird ein Rückblick über die gewonnenen Ergebnisse im *achten Kapitel* (S. 119-126) gegeben und es wird versucht lösungsorientiert mögliche Ansatzpunkte für weiteres gesundheitsförderndes Verhalten darzulegen. Diese werden auf mehreren Ebenen angeboten, die bereits im theoretischen Teil vorgestellt wurden.

Es folgen die Verzeichnisse (Literatur, Abbildungen, Tabellen), die Transkriptionen der Interviews und der SchülerInnentexte, die eingescannten Texte der Kinder, die eidesstattliche Erklärung und der Lebenslauf.

## **I THEORETISCHER TEIL**

*Der Bereich des Gesundheitsverständnisses und der Gesundheitsförderung kann aus einer Vielzahl von wissenschaftlichen und subjektiven Perspektiven betrachtet werden, die sich von einander grundlegend unterscheiden. Dieser theoretische Teil soll deshalb einen kurzen Überblick über die Thematik ermöglichen. Die nachfolgenden Kapitel bieten jedoch nur die Grundlagen und Hingründe des Themas „Gesundheitsförderung“, die für die durchgeführte Studie relevant erscheinen oder in Verbindungen mit Lösungsansätzen gebracht werden können.*

### **2 Der Begriff „Gesundheit“**

*In diesem Kapitel wird kurz der Frage nachgegangen, wie der Begriff Gesundheit definiert wird und welche geschichtliche Entwicklung bis heute vor sich gegangen ist. Darüber hinaus werden beispielsweise die Determinanten der Gesundheit als eine Möglichkeit der Definition erläutert.*

#### **2.1 Die Entwicklung des Begriffes „Gesundheit“**

„Gesundheit ist zu einem Grundwert und einem Leitbegriff in unserer entwickelten Industriegesellschaft geworden.“ (Schwartz, 1998, S. 9)

Die Definition des Begriffes „Gesundheit“ gestaltet sich schwierig, da es einerseits keine allgemein akzeptierte Definition gibt und andererseits einem ständigen Wandel unterliegt. Es ist essentiell, dass verstanden wird, dass das Verständnis von Gesundheit auf gesellschaftlichen Wertvorstellungen beruht und sich somit in Abhängigkeit von der gesellschaftlichen Situation verhält, woraus sich zum einen verschiedene Forderungen an das Thema Gesundheit und zum anderen unterschiedliche Auffassungen ergeben (Baumgarten & Joensson, 2005, S. 12)

Lange Zeit wurde Gesundheit vor allem durch die Abwesenheit von Krankheit definiert. (Barkholz, Israel, Paulus & Posse, 1997, Abs. 2; Nowak, 2011, S. 23) Im Jahr 1946 konnte jedoch eine entscheidende Trendwende erkannt werden, als die WHO (World Health Organization) folgendes Statement veröffentlichte: „Health is a state of complete physical, mental, and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.“ (WHO, 1946, S. 2) Diese Definition war einer der ersten Schritte, die Gesundheit als ganzheitliches System betrachtete.

Die Erweiterung dieser Definition wurde 1986 in der Ottawa-Charta der WHO vorgenommen, die besagt:

To reach a state of complete physical, mental and social well-being, an individual or group must be able to identify and to realize aspirations, to satisfy needs, and to change or cope with the environment. Health is, therefore, seen as a resource for everyday life, not the objective of living. Health is a positive concept emphasizing social and personal resources, as well as physical capacities. (WHO, 1986, S.1)

Dieses Statement ergänzte die ursprüngliche Definition um einige entscheidende Faktoren. Einerseits wurde die individuelle Beeinflussbarkeit von Wohlbefinden und Gesundheit hinzugefügt. D.h.: Jedes Individuum hat die Möglichkeit selbst positiv auf seine Gesundheit zu wirken. Andererseits wurden jedoch auch gesellschaftliche und soziale Aspekte wie die Umwelt einer Person, die entscheidend auf die Gesundheit einer Person wirken können, in die Definition integriert.

Während Laien<sup>2</sup> vorrangig zwei Vorstellungen von Gesundheit vertreten, nämlich Gesundheit als Abwesenheit von Krankheit und Gesundheit als funktionelle Kompetenz (Steinbach, 2007, S. 29), gibt es im Bereich der ExpertInnenansichten eine Vielzahl an unterschiedlichen Definitionen je nach Fachgebiet. Dür (2011, S. 15-17) meint dazu, dass sich viele wissenschaftlichen Modelle (das biomedizinische Modell, das salutogenetische Modell, das systemische bzw. systemtheoretische Modell und das Risikofaktorenmodell) sinnvoll ergänzen, obwohl sie dennoch kein vollständiges Bild ergeben. Steinbachers (2007, S. 28) Illustration ist zu entnehmen wie die Zusammenführung von Laiendefinitionen und ExpertInnendefinitionen einen gemeinsamen Konsens in der Definition der WHO findet.

---

<sup>2</sup> Laien werden von Faltermaier (2005, S. 30f; zit in Steinbacher, 2007, S. 28) folgendermaßen definiert: „Wir sprechen von Laienbegriff von Gesundheit, weil er von medizinisch nicht ausgebildeten Menschen vertreten wird; dieser ist zu unterscheiden vom Expertenbegriff, den Wissenschaftler oder Fachleute aus der Medizin oder anderen Gesundheitsberufen verwenden.“



Abb. 1: Der Einfluss von Experten- und Laiendefinitionen auf die Definition von Gesundheit der WHO (Steinbach, 2007, S. 28)

Die WHO wählte somit einen Mittelweg zwischen der Ansicht von ExpertInnen und den allgemeinen Sichtweisen der Bevölkerung. Es könnte interpretiert werden, dass aufgrund des Zieles, das besagt ‚Gesundheit für alle‘, alle Meinungen integriert werden sollten.

Obwohl die Definition der WHO oftmals harscher Kritik ausgesetzt war, da „ihr ein utopisch-dogmatischer Charakter unterstellt worden“ war (Franzkowiak et al., 2006; zit.n. Fäh, 2009, S. 17; Dür, 2011, S. 13; Nowak, 2011, S. 23), wurde sie als Grundlage vieler ExpertInnen verwendet. Ein Beispiel dafür ist Hurrelmann, Klocke, Melzer & Ravens-Sieberer (2003, S. 94):

Gesundheit hat das Stadium des Gleichgewichts von Risikofaktoren und Schutzfaktoren, welches existiert, wenn einem Menschen eine Bewältigung sowohl der inneren (körperlichen und psychischen) als auch äusseren [sic] (sozialen und materiellen Anforderungen) gelingt. Gesundheit ist ein Stadium, das einem Menschen Wohlbefinden und Lebensfreude vermittelt.

Ein weiterer zeitgemäßer Ansatz wurde von Israel (2005, S. 2; zit.n. Mitterbauer, 2007, S. 37) formuliert: „Substrat des Gesundseins ist nicht mehr der lebendige Organismus sondern die erlebende Person. Unter einer Person wird ein zur bewussten Selbstreflexion, zur Planung und zielgerichteten Steuerung und Bewertung des eigenen Verhaltens fähiges Wesen verstanden.“

Barkholz et al. (1997, Abs. 1-8) fassen die Entwicklung des medizinischen Gesundheitsverständnisses zum sozialwissenschaftlichen wie folgt in den nachfolgenden Punkten zusammen:

- Von der Abwesenheit von Krankheit zur positiven Bestimmung von Gesundheit
- Von der objektiven Bestimmung der Abwesenheit von Krankheit zu einer subjektiven Bestimmung von Gesundheit
- Von einer organismischen zu einer personalen Bestimmung von Gesundheit
- Von einem selbstbezogenen zu einem situationsbezogenen Verständnis von Gesundheit
- Von einem eindimensionalen zu einem mehrdimensionalen Verständnis von Gesundheit

Alle dieser zeitgemäßen Definitionen stellen den Menschen, sein Verhalten und seine Umgebung in den Mittelpunkt der Begriffserklärung. Weiters unterstreichen alle Zugangsweisen die multidimensionale Ausprägung des Begriffes Gesundheit. So definiert Nowak (2011, S. 26) Gesundheit als eine Kombination aus den „vier Domänen öffentliche Gesundheit (Public Health), Gesundheitsmarkt, Medizin und persönliche Gesundheit“.

## **2.2 Die Determinanten der Gesundheit**

Ähnlich dem Versuch den Begriff der Gesundheit zu definieren gibt es eine Vielzahl an unterschiedlichen Bestrebungen die Dimensionen oder Determinanten der Gesundheit zu klassifizieren oder zu definieren. An dieser Stelle werden drei Modelle präsentiert, die relevant für diese Arbeit sind.

An erster Stelle wird Hurrelmanns (1990, S. 62) Darstellung präsentiert, welche zeigt, dass Gesundheit sich aus beispielsweise sozialen, biologischen und kulturellen Aspekten zusammensetzt. Er bezeichnet diese als Bestimmungsfelder der Gesundheit. So ist es notwendig, dass eine Balance geschaffen wird, die abgestimmt werden muss auf die Anforderungen und Erfordernisse des eigenen Körpers und des Selbst, der sozialen Lebenswelt und der Umwelt. In dieser Abbildung werden alle drei Bereiche als gleichwertig dargestellt.

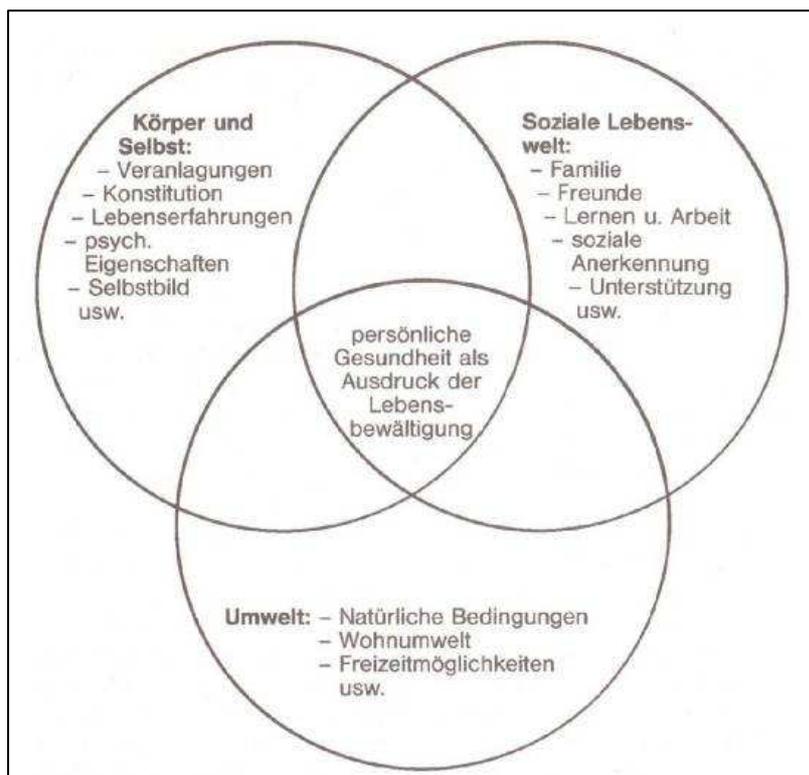


Abb. 2: Abhängigkeits- und Bestimmungsfelder der Gesundheit (Hurrelmann, 1990, S. 63)

Naidoo & Wills (2010, S. 6) zitiert Aggelton & Homans (1987) und Ewles & Simnett (1999) und stellt zwar ein ganzheitliches System vor, das jedoch sechs Kategorien im Zentrum und drei äußere Kategorien vereinigt.

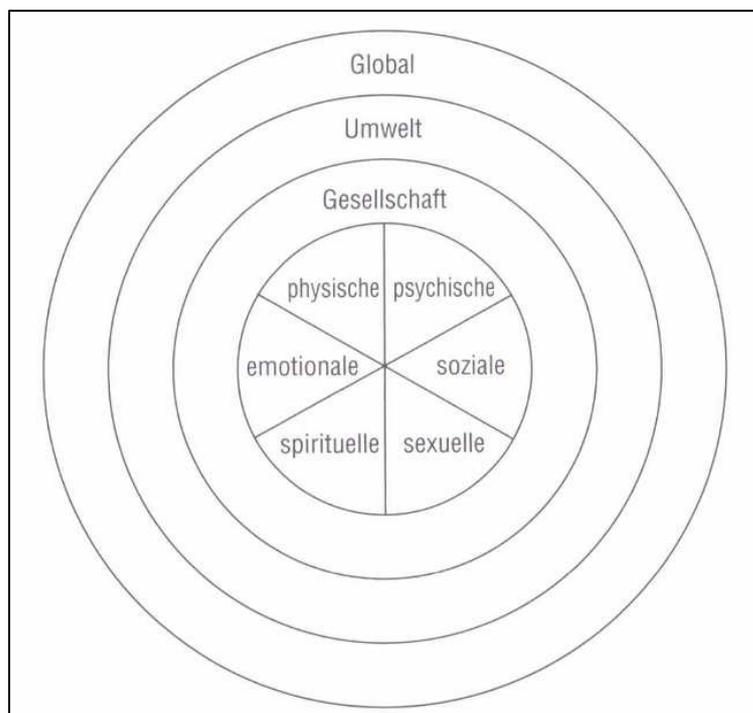


Abb. 3: Dimensionen der Gesundheit (Aggelton & Homans, 1987; und Ewles & Simnett 1999; zit.n. Naidoo & Wills, 2010, S. 6)

Die sechs inneren Bereiche beziehen sich auf die Gesundheitsdimensionen des Individuums und sind gleichermaßen wichtig für einen ausgewogenen Gesundheitszustand. 1) Die psychische Gesundheit beinhaltet Aspekte wie eine positive Lebenseinstellung. 2) Die soziale Gesundheit verweist zum Beispiel auf Geborgenheit innerhalb eines familiären Settings oder eines Freundeskreises. 3) Die sexuelle Gesundheit bezieht sich auf die Möglichkeit die eigene Sexualität als befriedigend zu empfinden. 4) Die spirituelle Gesundheit betrifft den Aspekt, dass religiöse und moralische Prinzipien auch ausgelebt werden können. 5) Die emotionale Gesundheit verweist auf die Fähigkeit sich auf andere Menschen einzulassen und Gefühle zu entwickeln. 6) Die physische Gesundheit bezieht sich auf den eigenen Körper und dessen Leistungsfähigkeit. Die beiden äußeren Kategorien, Gesellschaft und Umwelt, verweisen auf Einflüsse, die von außen auf das Individuum wirkt. Im Bezug auf die Gesellschaft können Frieden, Behausung, das Ausmaß der Integration oder das Gehalt als Einflussgrößen genannt werden. Die Kategorie der Umwelt vereinigt Aspekte wie den Verkehr, Trinkwassereinrichtungen oder das Ausmaß der Luftverschmutzung<sup>3</sup>. (Naidoo & Wills, 2010, S. 5-6).

Als die letzte Zugangsweise wird der Fonds Gesundes Österreich (2005a) herbeigezogen um die bestimmenden Dimensionen der Gesundheit festzulegen. Der Fonds Gesundes Österreich definiert grundsätzlich drei entscheidende Bereiche, die für die Gesundheit maßgeblich sind:

- „sozioökonomische Faktoren und umweltbedingte Verhältnisse
- Lebensweisen und Lebensstile
- individuelle Faktoren – also Alter, Geschlecht und erbliche Faktoren“ (FGÖ, 2005a, Abs. 2)

Die nachfolgende Darstellung wurde vom FGÖ in Anlehnung an Dahlgreen und Whitehead (1991) adaptiert.

---

<sup>3</sup> Die globale Ebene wird von Naidoo und Wills (2010) nicht weiter erläutert.

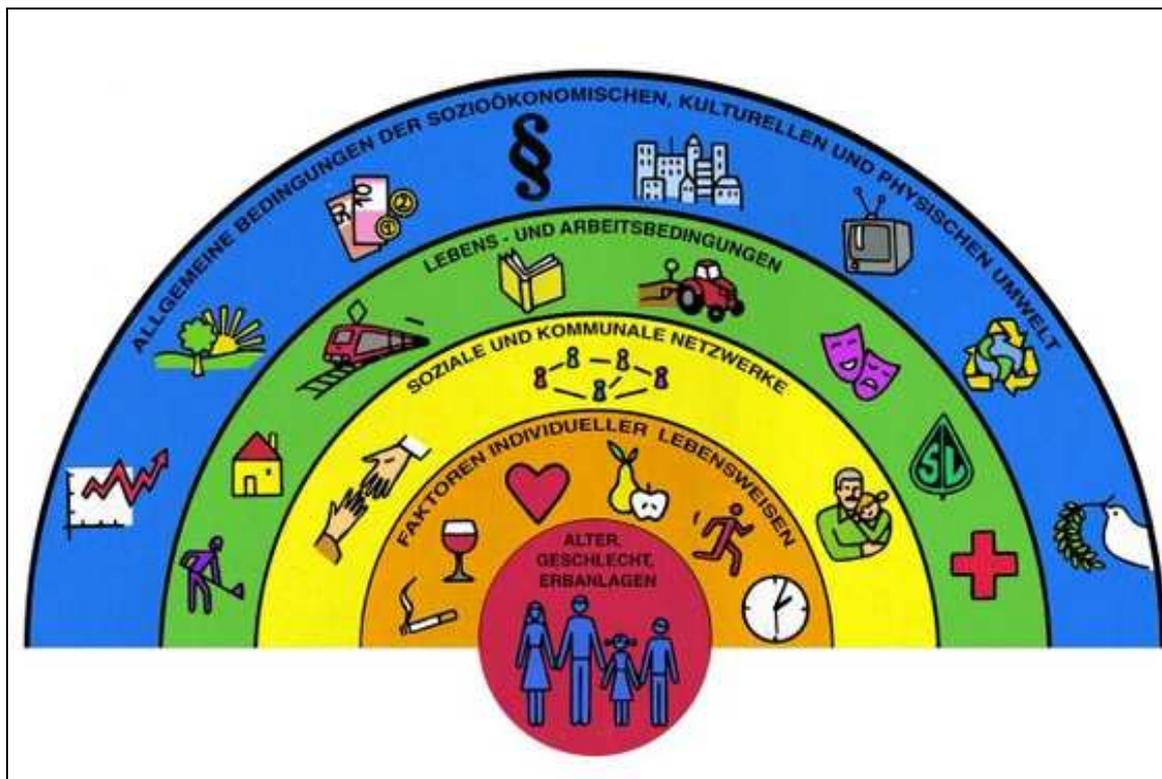


Abb. 4: Determinanten für Gesundheit (nach Whitehead & Dahlgren, 1991) Darstellung. Fonds gesundes Österreich (2005a)

Sie präsentiert eine andere Gewichtung der Teilbereiche als die beiden zuvor vorgestellten Systeme. Der Grafik ist zu entnehmen, dass der Gesundheitszustand eines Menschen vorrangig vom Alter, Geschlecht und den Erbanlagen abhängig ist. Dies soll nicht bedeuten, dass die anderen Bereiche unwichtig sind, denn ganz im Gegenteil, sind diese umso entscheidender je näher sie sich am Zentrum befinden. Im ersten Innenring wird die individuelle Lebens- und Verhaltensweise dargestellt mit Gewohnheiten wie Ernährung, sportliche Betätigung, Alkohol- und Zigarettenkonsum, Schlafgewohnheiten oder Stress. Diese wirken sich enorm auf den Gesundheitszustand aus. Im nächsten Ring werden soziale und kommunale Netzwerke angesprochen. Hierbei ist es für ein gesundes Leben wichtig, dass der Mensch gut funktionierende Beziehungen auf mehreren Ebenen (z.B.: in der Familie, innerhalb der Gesellschaft, usw.) aufbauen kann. Im Bereich der Lebens- und Arbeitsbedingungen ist eine Vielzahl an Bereichen kombiniert: das Arbeitsklima, die Ausbildung, die Wohnsituation, Lebensmittelproduktion, Gesundheitseinrichtungen, Hygienebedingungen, uvm. Der äußerste Ring bezieht sich auf allgemeine Bedingungen der sozioökonomischen, kulturellen und physischen Umwelt. Dieser ist globaler zu sehen als der vorherige, wo gesetzliche oder wirtschaftliche Aspekte oder auch Frieden eine entscheidende Rolle spielen (FGÖ, 2005a).

Alle diese Bereiche haben eine Auswirkung auf die persönliche Gesundheit eines Menschen, wobei das Ausmaß, wie sehr eine Person durch diese unterschiedlichen

Bereiche subjektiv beeinflusst wird, doch sehr abweichend sein kann zu anderen Individuen.

*Obwohl keine allgemein gültige Definition des Begriffes „Gesundheit“ gegeben werden kann und sich dieser darüber hinaus ständig im Wandel befindet, kann dennoch in Bezug auf die Entwicklung des Gesundheitsbegriffes gesagt werden, dass das vorrangig medizinische Gesundheitsverständnis einem mehrdimensionalen gewichen ist. So ist Gesundheit nicht mehr die Abwesenheit von Krankheit, sondern es wird ein multifaktorieller, aktiver Umgang mit dem eigenen Körper, der Psyche und eine Vielzahl von anderen internen und externen Faktoren angestrebt, welche gegenwärtig die Gesundheitsförderung zu einem interdisziplinären Gestand machen. Weiters bezieht sich Gesundheit nicht länger ausschließlich auf das Individuum, sondern es werden beispielsweise die Gesellschaft oder das umgebende System genauer betrachtet und berücksichtigt.*

*Da Gesundheit heutzutage multidimensional gesehen wird, ist es entscheidend, dass auch die Gesundheitsförderung auf mehreren Ebenen erfolgt und ansetzt, was im nächsten Kapitel behandelt wird.*

### 3 Der Begriff der Gesundheitsförderung

*Ähnlich der Veränderung des Begriffes „Gesundheit“ musste auch der Begriff der Gesundheitsförderung an die neuen Definitionen adaptiert werden. Ein entscheidender Schritt wurde am 21. November 1986 getätigt, als mit einem neuen Verständnis von Gesundheit auch der Begriff der Gesundheitsförderung neu definiert werden musste:*

*„Health promotion is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health.“ (WHO, 1986, S. 1) Der Entwicklungsverlauf der Gesundheitsförderung und der Vergleich verschiedener Ansätze soll Thema der nächsten Unterkapitel sein.*

#### 3.1 Von der Prävention zur Gesundheitsförderung

Die Entwicklung in die Richtung der Gesundheitsförderung bedeutete eine Vielzahl an Veränderungen in Hinsicht auf die Wahrnehmung von Gesundheit und Krankheit. Für ein umfassendes Verständnis dieses Prozesses ist es essentiell unterschiedliche Entwicklungsstufen dieses Prozesses genauer zu beleuchten. Gesundheitsförderung ist „als ein Paradigma zu verstehen, das sich aus vielen Bausteinen zusammensetzt.“ (Hähnel, 2011, S. 10) Hierzu werden nun die Konzepte der Prävention und der Gesundheitserziehung betrachtet, die alleine gesehen ein unzureichendes Potential für eine gesundheitsfördernde Erziehung bieten, jedoch können diese als wertvolle Teilbereiche der modernen Gesundheitsförderung genannt werden.

##### 3.1.1 Prävention

Prävention ist ein Begriff, der oft in Verbindung mit Gesundheit gebraucht wird. Popp (2006, S.30) bezeichnet das Konzept auch als „Krankheitsverhütung“. Kernstück des Ansatzes ist es Risikofaktoren zu analysieren und Minimierungsstrategien auszuarbeiten (Altgeld, 2011, S. 53). Zankl (2005; zit.n. Popp, 2006, S. 30-31) misst der Prävention folgende Charakteristiken bei:

- Prävention soll den Gesundheitszustand der Bevölkerung bzw. von Bevölkerungsgruppen erhalten und verbessern.
- Prävention soll in der Praxis auf mehreren Ebenen wirksam werden und Wissen, Einstellungen, Verhalten und Selbstkonzept gleichermaßen berücksichtigen.
- Prävention ist nicht alleine Aufgabe der Medizin, sondern auch der Psychologie, der Pädagogik und der Soziologie.
- Prävention sollte eine langfristige Strategie verfolgen.

Weiters wird die Prävention normalerweise in primäre, sekundäre und tertiäre Prävention dreigeteilt. Die *primäre Prävention* (Krankheitsverhütung) hat die Aufgabe bereits vor dem Auftreten von Krankheiten zu wirken, indem beispielsweise Virenstämme ausgerottet oder Schutzimpfungen entwickelt werden. Die *sekundäre Prävention* (Krankheitsfrüherkennung) zielt auf ein möglichst frühes Erkennen von möglichen Krankheiten zum Beispiel bei Risikogruppen ab. Die *tertiäre Prävention* (Verhütung der Krankheitsverschlechterung) tritt dann ein, wenn ein Leiden oder eine Krankheit sich bei einer Person aufgetreten ist. In diesem Fall sollen die irreversiblen Leiden gelindert werden. (Franzkowiak, 1996, S. 85-86)

Gordon (1983; zit.n. Altgeld, 2011, S. 53-54) differenziert in drei weitere Präventionsformen, die jedoch mit den vorherigen korrelieren. Die *universale Prävention* setzt bei der Gesamtbevölkerung oder bei großen Gruppen der Bevölkerung an. Die *selektive Prävention* knüpft bei Personen oder Gruppen an, bei denen ein erhöhtes Risiko vermutet wird. Letztlich versucht die *indizierte Prävention* bei Menschen mit gesicherten Risikofaktoren eine Besserung zu bewirken.

Prävention und Gesundheitsförderung wurden lange Zeit als Synonyme betrachtet, wobei sich in der letzten Zeit nun eine differenzierte Sichtweise durchgesetzt hat (Franzkowiak, 1996, S. 86), da Prävention eng verknüpft ist mit dem Begriff des Krank-Seins.

### **3.1.2 Gesundheitserziehung**

Als weiteren Begriff sollte die Gesundheitserziehung erwähnt werden, da sie oftmals mit schulischen oder pädagogischen Kontexten verbunden wird, wobei die Bezeichnung gerade im letzten Jahrzehnt immer mehr Kritik ausgesetzt wurde. Die pädagogischen Maßnahmen der Gesundheitserziehung orientieren sich vor allem an dem Präventionsparadigma (Altgeld & Kolip, 2004, S. 47), das zuvor bereits besprochen wurde. Der zentrale Aspekt dieses Ansatzes war es Informationen über Risiken an die Öffentlichkeit weiterzugeben, Informationen zur Verbesserung der Gesundheit zur Verfügung zu stellen und dafür zu sorgen, dass von den Individuen Eigenverantwortung in Bezug auf ihre eigene Gesundheit übernommen werden würde und sich bewusst für ein gesünderes Leben zu bekennen (Naidoo & Wills, 2010, S. 89-90)

Hurrelmann (2006, S. 204-205) formuliert die wesentlichen Themenbereiche der Gesundheitserziehung wie folgt:

- Individualhygiene mit Haut-, Zahn- und Mund-, Intim-, Sport-, Bekleidungs- und Wohnhygiene
- Schutz gegen Infektionskrankheiten
- Psychohygiene, Einübungen von Entspannung, Stärkung des Belastungsfähigkeit
- Bewegungserziehung
- Unfallverhütung, Erste Hilfe, sicherheits- und Verkehrserziehung
- Ernährungserziehung
- Drogenerziehung
- Sexualerziehung

Obwohl die Themenauswahl relevante Inhalte für eine gesundheitsfördernde Erziehung aufweist, muss jedoch die Methodik der Gesundheitserziehung kritisiert werden. So präsentiert Hurrelmann (2006, S. 204) das veraltete, lineare Prinzip der autoritativen Gesundheitserziehung in einer Grafik.

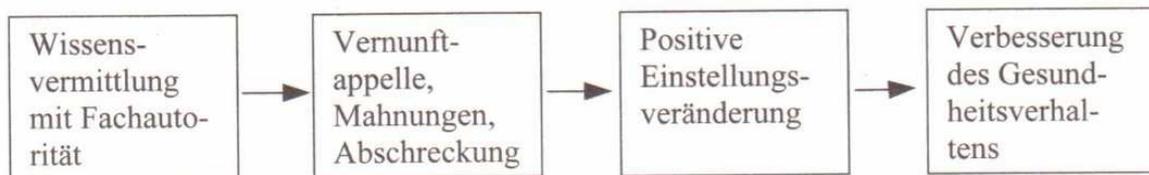


Abb. 5: Das lineare Disseminationsmodell der autoritativen Gesundheitserziehung (Hurrelmann, 2006, S. 204)

Da Lernprozesse nicht linear verlaufen und sie vielen Einflussfaktoren unterliegen, kann das Modell der autoritativen Gesundheitserziehung nicht funktionieren. Weiters merken Hurrelmann und Nordlohne (1993) einen weiteren Aspekt bezüglich des kindlichen und jugendlichen Handelns an, wodurch Gesundheitserziehung langfristig, vor allem bei Kindern und Jugendlichen, nicht funktionieren kann:

Denn nicht in jeder Situation ist es für einen jungen Menschen attraktiv und lebensweltlich sinnvoll, sich objektiv gesundheitsgerecht zu verhalten. Gesundheitsgefährdendes Verhalten ist gerade im Kindes- und Jugendalter eng mit den alltäglichen Lebensroutinen verbunden und in eine typische Lebensweise einbezogen. Das reine Wissen um die gesundheitsgefährdende Wirkung einer Verhaltensweise spielt deshalb nicht unbedingt eine steuernde Rolle für die weitere Ausrichtung des eigenen Handelns. (Hurrelmann & Nordlohne, 1993, S. 107)

Aufgrund der präsentierten Argumente wird unterstrichen, dass die inhaltliche Ebene der Gesundheitserziehung ihre Berechtigung in der Gesundheitsförderung hat, jedoch muss die methodische Umsetzung hinterfragt werden, wodurch „Gesundheitserziehung mittlerweile nur noch als einer von mehreren Teilbereichen der Gesundheitsförderung an[gesehen]“ wird. (Franzkowiak, 1996, S. 39)

### 3.1.3 Gesundheitsförderung

Die WHO Definition von Gesundheitsförderung wurde bereits zuvor präsentiert und es wurde hervorgehoben, dass Gesundheitsförderung einerseits vor allem als Prozess gesehen werden muss, der durch die Selbstbestimmung des einzelnen Menschen bestimmt wird und andererseits müssen die Rahmenbedingungen ein gesundes Leben und Gesundheitsförderung ermöglichen. Weiters formulierte die WHO fünf Kernelemente der Gesundheitsförderung. Diese lauten:

- 1) Gesundheitsförderung betrifft jede einzelne Person in ihren alltäglichen Lebenswelten.
- 2) Die Ursachen und Rahmenbedingungen der Gesundheit müssen bei der Gesundheitsförderung bedacht werden, sodass die Umwelt ein gesundförderliches Leben ermöglicht, da einzelne Menschen keinen Einfluss auf diese Aspekte haben.
- 3) Gesundheitsförderung ist ein interdisziplinärer Ansatz, der verschiedene Methoden und Ansätze kombiniert, wie die Bereiche Kommunikation, Erziehung, oder Gesetzgebung.
- 4) Die aktive Mitwirkung der Menschen ist notwendig, wobei die Gesundheitsförderung unterstützend wirken und die Kompetenzen der Individuen fördern soll.
- 5) Gesundheitsförderung ist eine Aufgabe für jeden gesellschaftlichen Bereich, wobei die Gesundheits- und Sozialbereiche eine primäre Funktion dabei spielen. (WHO, 1984; zit.n. Naidoo & Wills, 2010, S. 84)

Neben der neuen Definition der Begriffe „Gesundheit“ und „Gesundheitsförderung“ wurden 1986 auch fünf Handlungsfelder definiert. Diese Bereiche wären die folgenden mit der jeweiligen Zielgruppe in der Klammer:

- Entwicklung einer gesundheitsförderlichen Gesamtpolitik (Gesellschaft)
  - Schaffung gesundheitsförderlicher Lebenswelten (Gemeinwesen)
  - Unterstützung gesundheitsbezogener Gemeinschaftsaktionen (Gruppen)
  - Entwicklung persönlicher Kompetenzen (Individuen)
  - Neuorientierung der Gesundheitsdienste (Organisation)
- (Fäh, 2009, S. 22; Baumgarten & Joensson, 2005, S. 24)

Diese Handlungsfelder stellen die vorrangigsten Ansatzpunkte der Gesundheitsförderung dar. Laut Lohaus, Domsch und Klein-Heßling (2008, S. 500) muss „Gesundheitsförderung

[...] auf der physischen, psychischen und sozialen Ebene [stattfinden]. Die Gesundheitsförderung bezieht sich dabei auf das gesamte Spektrum an Maßnahmen zur Verbesserung des objektiven und subjektiven Befindens einer Person.“ Darüber hinaus wird in der Gesundheitsförderung ein positiver Gesundheitsbegriff angestrebt. Das positive Gesundheitsverständnis entsteht dadurch, dass man „sich dabei auf Bedingungen von Gesundheit (Ressourcen) und weniger auf Ursachen von Krankheiten [konzentriert].“ (Faltermaier, 2005, S. 297). Als einen weiteren Definitionsversuch formuliert Steinbach (2007, S. 51) es folgendermaßen: „Gesundheitsförderung umfasst sämtliche vorbeugenden Handlungen und Maßnahmen, die die Lebensbedingungen und Lebensweisen, die für die Gesundheit von Bedeutung sind, beeinflussen.“

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass in allen Definitionen die Hervorhebung des positiven Gesundheitsbegriffes und die Eigenverantwortung der Individuen steht, wobei Gesundheitsförderung immer ein ganzheitliches, prozessorientiertes Konzept darstellt. Des Weiteren werden in der Gesundheitsförderung unterschiedliche Ebenen (wie Individuen, Gemeinschaft und Gesellschaft) berücksichtigt. „Für die Umsetzung der Gesundheitsförderung wird vorgeschlagen, Aktivitäten in ausgewählten ‚settings‘ zu konzentrieren, d.h. in umgrenzten, damit überschaubaren Umwelten und Kontexten.“ (Faltermaier, 2005, S. 298) Der Setting-Ansatz als eine Möglichkeit der Gesundheitsförderung wird zu einem späteren Zeitpunkt noch genauer behandelt. Im nächsten Abschnitt sollen die drei präsentierten Konzepte einander gegenüber gestellt werden und Gemeinsamkeiten, Unterschiede und Entwicklungen werden unterstrichen.

### 3.1.4 Vergleich von Prävention, Gesundheitserziehung und Gesundheitsförderung

Mitterbauer (2007, S. 138-139) hat einen Vergleich der drei genannten Modelle angestrebt. Einige der wichtigsten Aspekte werden hier vorgestellt.

	Prävention	Gesundheitserziehung	Gesundheitsförderung
Fragestellung	Wie schütze ich mich vor...?	Wie werde ich nicht krank?	Was hält mich gesund?
Begriff der Gesundheit	Gesundheit = Abwesenheit von Krankheit	Gesundheit = Abwesenheit von Krankheit	Gesundheit = positives, multidimensionales Konzept
Fokus	Vermeidung, Schutz	Krankheit und deren Entstehung bzw. deren Vermeidung	Entstehung und Erhaltung von Gesundheit
wissenschaftlicher Ausgangspunkt	Pathogenese	Pathogenese	Salutogenese
Orientierung	risikoorientiert	risikoorientiert	ressourcenorientiert
Strategie	Vermeidung von Gesundheitsrisiken im Sinne der Pathogenese	Vermeidung von Krankheiten im Sinne der Pathogenese	Stärkung der Ressourcen im Sinne der Salutogenese
Ziele	Informationsvermittlung von konkreten Themen, Krankheitsvermeidung durch individuelle Verhaltensänderung	Aufklärung, Wissensvermittlung, Krankheitsvermeidung, Risikovermeidung	Empowerment, Partizipation, Handlungskompetenz, Lebensstil, Sinnstiftung, Setting - Verhältnisänderung - Schaffung gesunder Lebenswelten
Zielgruppe	gefährdete Personen, Risikogruppen	Vorwiegend Kinder und Jugendliche, Schülerinnen und Schüler Individuen und Gruppen	alle Personen eines Settings (SchülerInnen, LehrerInnen, DirektorInnen, nicht-unterrichtende Personen, Eltern)
Ansatz	konkretes Problem (Sucht, Gewalt, Missbrauch)	partieller: Behandlung einzelner Schwerpunktthemen, speziell zur körperlichen Gesundheit	ganzheitlicher: Gesundheit ist körperliches, psychisches, soziales Wohlbefinden
Methoden der Umsetzung in der Schule	Derzeit noch üblich: Information, Warnung! [...] Moderner Ansatz: langfristige Programme zu Persönlichkeitsstärkung	Frontalunterricht und Information  Referate, Gruppenarbeit, Exkursionen	Referate, Gruppenarbeit, Exkursionen, erweitert durch: • soziales Lernen • solidarisches Handeln • Vermittlung gesellschaftlich wichtiger Normen • Projektunterricht • Methoden der OE

Tab.1: Vergleich von Prävention, Gesundheitserziehung und Gesundheitsförderung (Mitterbauer, 2007, S. 138-139)

Vergleicht man die drei Ansätze, so können einige entscheidende Veränderungen und Entwicklungen in Richtung „Gesundheitsförderung“ erkannt werden. An dieser Stelle

sollen nun die markantesten Aspekte, prägnant und zusammengefasst, eine Erwähnung finden:

- Der Gesundheitsbegriff entfernte sich von der Abwesenheit der Krankheit zu einem multifaktoriellen Verständnis des Wortes Gesundheit.
- Prinzipiell wird versucht von der Krankheit und deren Risiken abzukommen hin zu einem positiv formulierten und aktiven Ansatz. So wird die Vermeidung von Krankheit dem Erhalt und der Entstehung von Gesundheit.
- Alle Personen (einer Gruppe) sollen in der Gesundheitsförderung eigenverantwortlich und aktiv in der Lage sein ihren Gesundheitszustand zu erhalten oder zu verbessern.
- Die Entwicklung zeigt, dass heutzutage mit Hilfe von vielseitigen Methoden Gesundheit vermittelt wird, wobei früher die reine Informationsvermittlung im Zentrum stand.

Der derzeitige Stand der Gesundheitsförderung präsentiert ein multidimensionales Verständnis des Begriffes. So wurden die Konzepte der Prävention und der Gesundheitserziehung in die moderne Gesundheitsförderung integriert.

### **3.2 Ansätze und Konzepte in der Gesundheitsförderung**

Je nach Fachgebiet gibt es eine große Zahl an möglichen Ansätzen der Gesundheitsförderung. Nichtsdestotrotz können zumindest drei Kriterien von Faltermaier (2005, S. 302) definiert werden, die die notwendig hohe Qualität eines solchen Ansatzes gewährleisten können. 1) Die Praxis muss aufgrund von wissenschaftlichen Erkenntnissen aufgebaut sein. 2) Die ausführenden Personen müssen fachlich ausgebildet sein und entsprechende Methoden anwenden. 3) Eine Evaluation des Ansatzes muss immer möglich sein um die Wirksamkeit überprüfen zu können.

Die Fülle an unterschiedlichen Zugängen zur Gesundheitsförderung verlangen nach einer Selektion. Aus diesem Grund werden Ansätze wie das Konzept der Abschreckung, das Konzept der Aufklärung (Popp, 2006, S. 82-83) oder das Health-Belief-Modell (Schwarzer, 1996, S.55) nicht behandelt, da sie zu eindimensional erscheinen und als nicht mehr zeitgemäß angesehen werden. Vielmehr werden ganzheitliche Konzepte analysiert und behandelt. Im Zuge dieser Arbeit werden deshalb drei Ansätze exemplarisch vorgestellt, die vermehrt als besonders relevant und aktuell angesehen werden. Diese wären der Setting-Ansatz und die Konzepte des Empowerments und der Partizipation.

### 3.2.1 Der Setting-Ansatz

Die WHO empfiehlt in der Ottawa Charta erstmals Gesundheitsförderung in Settings durchzuführen (WHO, 1986, S. 2-3). Dies wurde weiterentwickelt und so wurde 1998 die ursprüngliche Aussage durch eine neue Definition der WHO erweitert. „The place or social context in which people engage in daily activities in which environmental, organizational and personal factors interact to affect health and wellbeing.“ (WHO, 1998, S. 19) Darüber hinaus wird vermerkt, dass Menschen aktiv und formend auf ihre Umwelt einwirken können um diese gesundheitsfördernd zu gestalten. So werden Schulen, Krankenhäuser, Arbeitsstellen, Gemeinden und Städte als mögliche Settings genannt (WHO, 1998, S. 19). Die Interventionen dieses Konzepts richten sich weniger an Individuen, sondern vielmehr an Institutionen oder generell auf soziale Systeme. Durch die Veränderung eines „Settings“ wie einer Schule oder eines Krankenhauses, wird versucht Einfluss auf die Gesundheit aller beteiligter Menschen innerhalb dieses Systems zu erlangen.

Altgeld und Kolip (2004) unterstreichen die Effektivität und Wichtigkeit des Settingsansatzes für die Gesundheitsförderung wie folgt:

Der Settingansatz stellt die wichtigste Umsetzungsstrategie der Gesundheitsförderung dar. Dem Settingansatz liegt die Idee zugrunde, dass Gesundheit kein abstraktes Ziel ist, sondern im Alltag hergestellt und aufrechterhalten wird. Gesundheitsförderung muss in diesem Lebensalltag ansetzen. Die Fokussierung auf definierte Sozialräume, sei es das Quartier, der Betrieb, die Schule oder das Krankenhaus, ermöglicht es, die Zielgruppen und Akteure genauer zu bestimmen, adäquate Zugangswege zu definieren und die vorhandenen Ressourcen zu nutzen. (Altgeld & Kolip, 2004, S. 45)

„Der Settingansatz ist die komplexeste Strategie der Umsetzung der Gesundheitsförderung“ (Pelikan, 2011, S. 63) und kann als Systemansatz derzeit als ideales Konzept für die Förderung von Gesundheit angesehen werden (Barić & Conrad, 1999, S. 38; Hanses, 2008, S. 18). Obwohl der Settingansatz reichliche Möglichkeiten der Verbesserung bietet, wird von Grossmann und Scala (2006, S. 71) die Notwendigkeit der Konzentration auf bestimmte Themen unterstrichen, um erfolgreiche Ergebnisse zu erzielen. Abschließend kann gesagt werden, dass „der Settingansatz [...] insofern von großer Bedeutung für die Erhaltung und Förderung der Gesundheit [ist], da er am Alltag der Menschen, deren Gewohnheiten und Werthaltungen andockt.“ (Mitterbauer, 2007, S. 121) Durch die Möglichkeit an bestehende Strukturen aufzubauen und die Konzentration von mehreren abgestimmten Maßnahmen kann dieses Konzept tiefgreifendere, ökonomischere und nachhaltigere Auswirkungen vorweisen als Einzelmaßnahmen (Pelikan, 2011, S. 65).

### 3.2.2 Empowerment

Der Begriff des Empowerments ist heutzutage weit verbreitet in der Gesundheitsförderung. Die Menschen sollen befähigt/ ermächtigt werden, selbst ihr Leben gestalten und verändern zu können (Stark, 1996a, S. 17-18). Der Fonds Gesundes Österreich beschreibt Empowerment als einen „Prozess, mit dem die Fähigkeiten von Menschen gestärkt und aktiviert werden, Herausforderungen zu bewältigen, Bedürfnisse zu stillen, Probleme zu lösen und sich die notwendigen Ressourcen zu verschaffen, um die Kontrolle über die Entscheidungen und Handlungen zu gewinnen, die ihre Gesundheit beeinflussen.“ (FGÖ, 2005b, Abs. 1) In erster Linie richtet sich dieses Konzept an individuelle Personen, nichtsdestotrotz können aber auf mehreren Ebenen Empowermentprozesse betrieben werden. Neben der individuellen, persönlichen Ebene, wo es hauptsächlich um die Stärkung des Menschen geht, können einerseits auch Gruppen und Organisationen „empowert“ werden oder andererseits Veränderungen auf der strukturellen Ebene angestrebt werden (Hofer & Glauser, 2004; zit.n. Mitterbauer, 2007, S. 105-106).

Dür (2008, S. 141-142) bezieht sich auf die soeben genannten Ebenen. Auf der individuellen Ebene bedeutet Empowerment die Befähigung eines Menschen – durch erzieherische Maßnahmen – sich selbst mit Standpunkten und Meinungen einzubringen. Auf der Gruppenebene sollen durch Maßnahmen der Organisationsentwicklung die Entscheidungsprozesse der Gruppe bzw. Organisation dermaßen abgeändert werden, sodass einzelne Personen darin aktiv teilnehmen können. Auf der letzten Ebene müssen politische Aktionen gesetzt werden, die Organisationen und deren Entwicklung überhaupt erstmal ermöglichen und fördern.

Dür (2008) äußert sich zu der möglichen Umsetzung des Empowerment in der Schule:

Angewendet auf die Schule kann man daher vorschlagen, Empowerment als eine Strategie zu definieren, in allen relevanten Prozessen des Lehrens, Lernens und Zusammenlebens Handlungsspielräume zu suchen und auszubauen, die dem einzelnen Mitglied der Schulgemeinschaft und allen zusammen mehr Kontrolle und Eigenverantwortung für ihr jeweiliges Tun ermöglichen und dadurch ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit steigern. Dafür ist die frühe Förderung von Eigeninitiative, Selbständigkeit und Sozialkompetenz ebenso eine Voraussetzung wie die Schaffung eines unterstützenden und ermunternden Klimas. (Dür, 2008, S. 150)

Die Schule wird als ein ausgezeichnetes Feld für den Einsatz des Empowermentansatzes dargestellt, da in einer gesundheitsfördernden Schule die Rahmenbedingungen für „Eigeninitiative, Selbständigkeit und Sozialkompetenz“ (Dür, 2008, S. 150) leicht ermöglicht werden können.

### 3.2.3 Partizipation

Als einen weiteren Aspekt der Gesundheitsförderung soll nun die Thematik der Partizipation besprochen werden. Gleich den zwei vorherigen Ansätzen, fand ebenfalls die Partizipation ihre erstmalige Verankerung in der Ottawa Charta der WHO (1986). Während das Empowerment die Befähigung zur Beteiligung darstellt, repräsentiert die Partizipation die tatsächliche Beteiligung (Mitterbauer, 2007, S.112). So definiert der FGÖ (2005c) Partizipation folgendermaßen und setzt das Prinzip in eine enge Verbindung mit dem Empowerment:

[Partizipation ist d]ie aktive Einbeziehung von Menschen, die in einer Form der Gemeinschaft leben, [und die] in die Planung und Durchführung gemeinschaftsrelevanter Aktivitäten [eingebunden werden]. Im Zusammenhang mit Gesundheit geht es um die Einbeziehung in Maßnahmen der Gesundheitsförderung, -prävention und -versorgung. Partizipation erfolgt nicht nur durch Individuen oder bestehende Institutionen wie Parteien oder Verbände, sondern auch durch selbstorganisierte Gruppen, die „von unten“ ihre Interessen vertreten, ihre Bedürfnisse artikulieren und ihre eigenen Angebote entwickeln. Partizipation wirkt sich vor allem im Sinne des Empowerment positiv auf die Gesundheit aus: Denn sie stärkt bei Menschen das Bewusstsein, dass sie einen gestaltenden Einfluss auf die Lebensbedingungen nehmen können. (FGÖ, 2005c, Abs. 1)

Es kann somit erkannt werden, dass das Empowerment die Grundvoraussetzung für die Partizipation bildet. Weiters werden oftmals die Begriffe „Teilnahme“ und „Teilhabe“ mit der Partizipation assoziiert. Dabei sollte das eher passiv verstandene „Teilnehmen“ durch die aktive Beteiligung (Teilhabe) in selbst initiierten Situationen ersetzt werden (Stark, 1996b, S. 82-83). Der Grad der Partizipation kann sehr unterschiedlich ausfallen. Wright, Von Unger und Block (2010) präsentieren verschiedene Stufen der Partizipation:

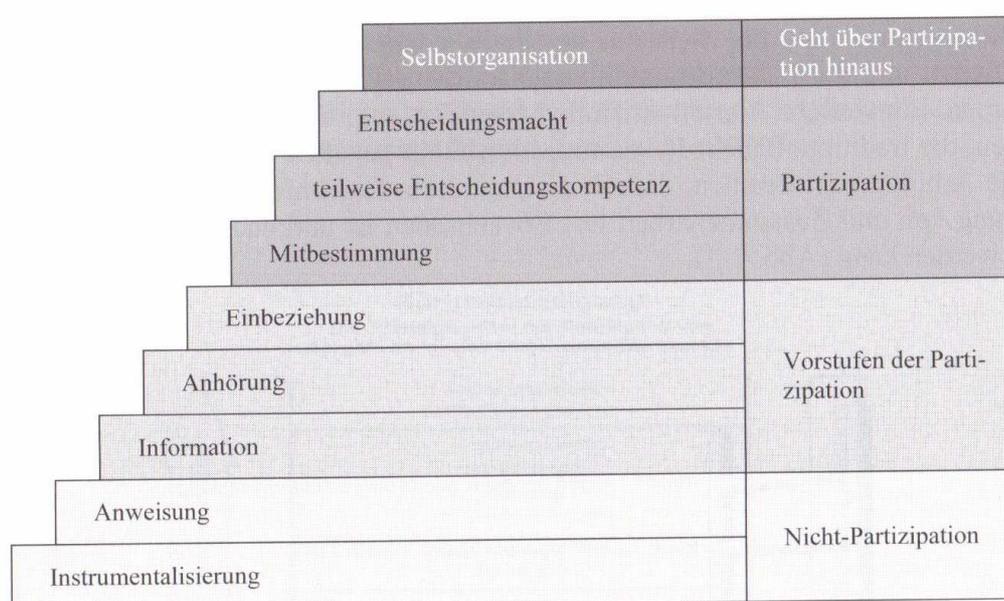


Abb. 6: Stufenmodell der Partizipation (Wright, Von Unger & Block, 2010 S. 42)

Wie die Bezeichnung der Nicht-Partizipation schon vermuten lässt, hat die Zielgruppe<sup>4</sup> keinen Einfluss auf die Prozesse. Während im Bereich der Vorstufen der Partizipation die Zielgruppe bereits Möglichkeiten der Einbindung in die Entscheidungsprozesse erfährt, hat sie dennoch keine Auswirkung auf die Prozesse. Erst im Bereich der Partizipation nimmt die Zielgruppe eine entscheidende Rolle ein. Das Kontinuum bewegt sich zwischen der Mitbestimmung und der Entscheidungsmacht. Als letzte Stufe wird die Selbstorganisation genannt, die bereits über die Partizipation hinausgeht, da hier selbst organisierte Initiativen durchgeführt werden (Wright, Von Unger & Block, 2010 S. 42-45).

*Die drei vorgestellten Ansätze, Setting-Ansatz, Empowerment und Partizipation sind allgemein bekannt und verbreitet im Bereich der Gesundheitsförderung. Im modernen Kontext können diese nicht isoliert betrachtet werden, da Gesundheitsförderung interdisziplinär durchzuführen ist, wodurch auch die drei Ansätze in Verbindung miteinander oder mit anderen Konzepten öfters zu tragen kommen. In diesem Sinne beschäftigt sich das nächste Kapitel mit der Umsetzung von Gesundheitsförderung in Schulen.*

---

<sup>4</sup> Der Begriff „Zielgruppe“ wurde von den AutorInnen Wright, Von Unger und Block (2010) selbst gewählt.

## 4 Gesundheitsförderung in der Schule

*Die Grundzüge der Gesundheitsförderung wurden bereits im vorherigen Kapitel behandelt. An dieser Stelle soll nun die Umsetzung der Gesundheitsförderung im Setting Schule auf verschiedenen Ebenen besprochen werden. Dazu werden zum einen die gesetzlichen Grundlagen zur schulischen Gesundheitsförderung und zum anderen die Umsetzung und Dimensionen der Gesundheitsförderung diskutiert.*

### 4.1 Gesetzliche Grundlagen zur schulischen Gesundheitsförderung (WHO und BMUKK Österreich)

Die Wichtigkeit von Gesundheitsförderung in Schulen wurde bereits 1986 in der zuvor mehrfach erwähnten Ottawa Charta hervorgehoben.

Enabling people to learn, throughout life, to prepare themselves for all of its stages and to cope with chronic illness and injuries is essential. This has to be facilitated in *school*, home, work and community settings. Action is required through educational, professional, commercial and voluntary bodies, and within the institutions themselves. (WHO, 1986, S. 3)

In den darauf folgenden Jahren wurden einige Projekte der WHO initiiert, die beispielsweise unter dem Label „Europäisches Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen“ bekannt wurden (Faltermaier, 2005, S. 320). Darauf regierte auch das österreichische Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur (BMUKK) und verfasste den Grundsatzterlass zur Gesundheitserziehung.

Dieser Grundsatzterlass wurde 1997 von dem BMUKK durch das Rundschreiben Nr.7/1997 veröffentlicht und bedeutete die Integration der Gesundheitsförderung in den schulischen Bereich. Darin wird die Gestaltung eines gesundheitsfördernden Lebensraumes neben der Förderung der einzelner Individuen und der Vermittlung von gesundheitsrelevanten Themen als primäre Aufgaben genannt. Weiters werden die folgenden Zielsetzungen nochmals konkretisiert:

- Gestaltung der Schule als gesundheitsförderliche Lebenswelt unter Einbeziehung aller im schulische Alltag beteiligten Personen
- Förderung persönlicher Kompetenzen und Leistungspotentiale der Schülerinnen und Schüler in Hinblick auf gesundheitsbewußtes, eigenverantwortliches Handeln und Wissen
- Vernetzung von Schule und regionalem Umfeld
- Förderung von kommunikativen und kooperativen Kompetenzen der LehrerInnen, Eltern und SchülerInnen sowie der Kommunikationsstrukturen zwischen LehrerInnen, SchülerInnen und Eltern
- Dokumentation und Verbreitung innovativer Projekte und Maßnahmen (BMUKK, 1997, Kap. 1.3)

Dieser Ansatz bietet bereits eine Vielzahl an Aspekten wie gesundheitsfördernde Settings, Empowerment und Partizipation, die in dieser Arbeit zuvor als förderlich für ein gesundes Leben deklariert wurden. Durch diese Auflistung werden vom BMUKK (1997) einige Dimensionen abgedeckt, die im nachfolgenden Kapitel als Umsetzungsbereich der Gesundheitsförderung in der Schule gesehen werden.

Darüber hinaus hat der Gesundheitsbegriff eine entscheidende Verankerung im Lehrplan der Volksschulen<sup>5</sup> und ist mehrfach in unterschiedlichen Fächern wie im Sachunterricht oder im Unterrichtsfach Bewegung und Sport zu finden. Weiters wird „Gesundheitserziehung“ als eines der Unterrichtsprinzipien genannt (BMUKK, 2008, S.15). Dieses Unterrichtsprinzip entspricht nicht dem Begriff der Gesundheitserziehung, der in Kapitel drei erläutert wurde. Bei der Umsetzung handelt es sich hierbei um eine Kombination aus Gesundheitsförderung und Gesundheitserziehung, wobei die Gewichtung eher bei der Gesundheitsförderung angesiedelt ist.

### 4.2 Dimensionen gesundheitsfördernder Schulen

„Die ‚*Gesundheitsfördernde Schule*‘ [...] stellt den ‚Schauplatz‘, das ‚Setting‘ Schule in den Vordergrund. Ihr geht es um eine Veränderung der Schule in einem Prozess gesundheitsförderlicher Schulentwicklung.“ (Barkholz, Israel, Paulus & Posse, 1998, S. 32) In den vorherigen Kapiteln wurde bereits darauf hingewiesen, dass die WHO 1992 das Projekt „Europäisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen“ eingeleitet hat (BMUKK, 2006, Abs. 2) St. Leger (2005, S.145) definiert in Anlehnung an die Vorgabe der WHO die folgenden Prinzipien einer gesundheitsfördernden Schule:

- Promotes the health and wellbeing of students.
- Upholds social justice and equity concepts.
- Involves student participation and empowerment.
- Provides a safe and supportive environment.
- Links health and education issues and systems.
- Addresses the health and well being issues of staff.
- Collaborates with the local community.
- Integrates into the school's ongoing activities.
- Sets realistic goals
- Engages parents and families in health promotion.

Naidoo und Wills (2010) präsentieren eine Grafik, die die notwendigen Bestandteile einer gesundheitsfördernden Schule präsentiert. Diese korrelieren zu einem großen Teil mit St. Legers (2005) Prinzipien.

---

<sup>5</sup> Diese Arbeit beschäftigt sich mit der Gesundheitsförderung an Volksschulen, wodurch auch nur jene in Hinblick auf Lehrpläne und Unterrichtsprinzipien berücksichtigt wurden.

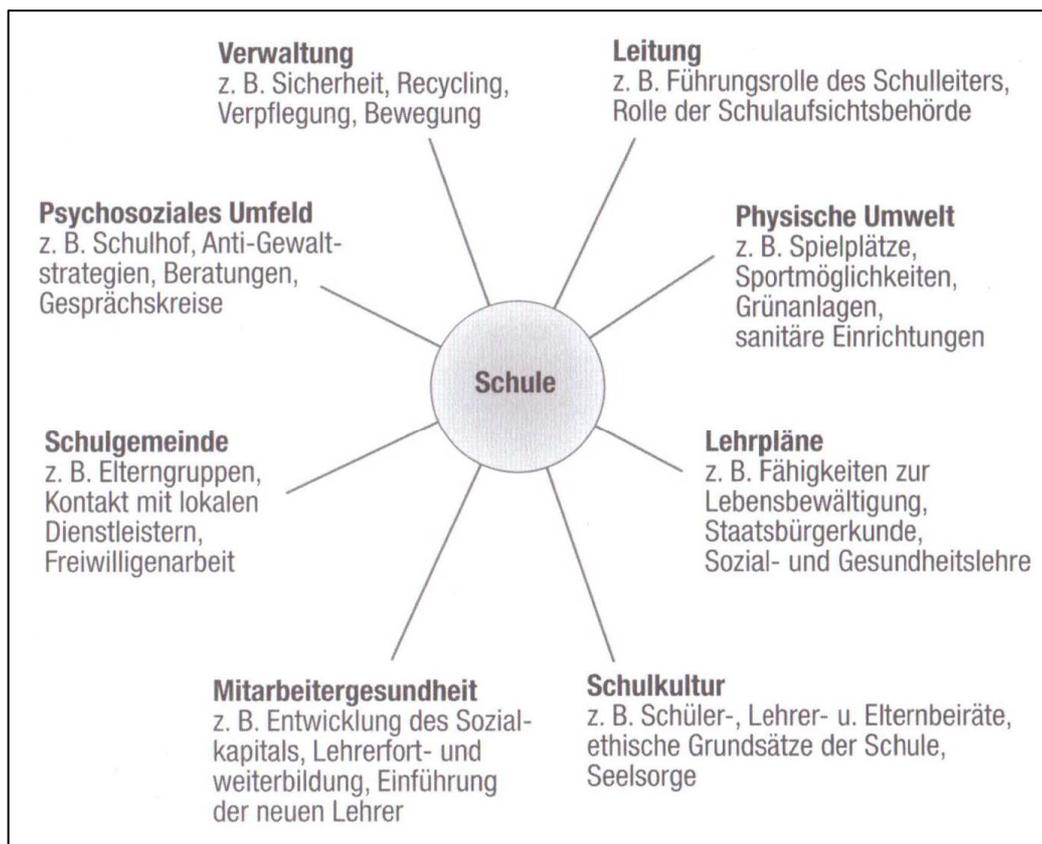


Abb. 7: Die „Gesundheitsfördernde Schule“ (Naidoo & Wills, 2010, S. 319)

Die „Gesundheitsfördernde Schule“ ist auf die gesamte Schule mit allen Beteiligten (SchülerInnen, LehrerInnen, DirektorInnen, Reinigungspersonal und alle weiteren Angestellten) ausgerichtet. Es ist essentiell, dass sich alle Teilbereiche gegenseitig unterstützen und komplementieren. Da jeder Bereich positiv wie auch negativ wirken kann, ist es die Aufgabe der GesundheitsförderInnen die Prozesse in die richtigen Bahnen zu lenken, sodass diese gesundheitsfördernd verlaufen. (Naidoo & Wills, 2010, S. 320)

Ansatzpunkte für die Gesundheitsförderung in der Schule können sehr unterschiedlich ausfallen. Die nachfolgenden Ansätze sollen Möglichkeiten der Umsetzung von Gesundheitsförderung in der Schule aufzeigen. An erster Stelle definieren Hurrelmann und Nordlohne (1993) vier übergeordnete Handlungsfelder:

- Die curriculare Dimension
- Die soziale Dimension
- Die ökologische Dimension
- Die kommunale Dimension

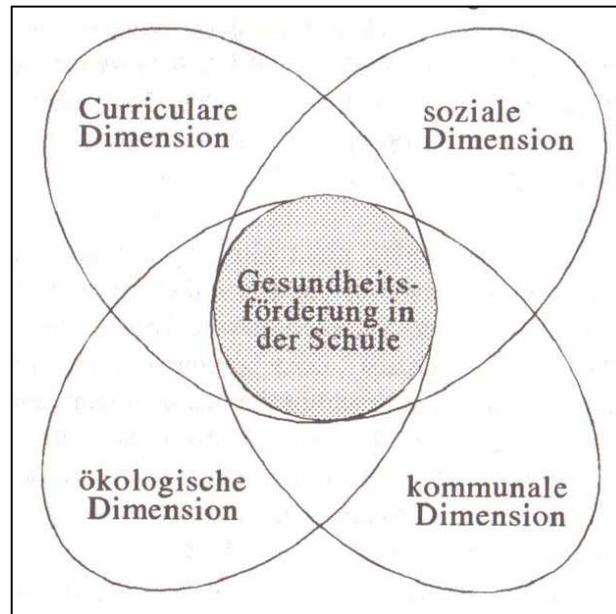


Abb. 8: Dimensionen schulischer Gesundheitsförderung (Hurrelmann & Nordlohne, 1993, S. 106)

Die strenge Trennung der vier dargestellten Dimensionen darf nicht zu genau genommen werden, da sich die Bereiche oftmals gegenseitig beeinflussen und überschneiden. Dennoch soll gezeigt werden, dass alle vier Bereiche auch individuell behandelt werden können und gleichwertig sind (Hurrelmann & Nordlohne, 1993, S. 106)

So wird hinsichtlich der curricularen Dimension vermerkt: „Der gesundheitserzieherische Unterricht<sup>6</sup> muß [sic] den Versuch machen, über die Beeinflussung von Einstellungen hinaus auch Verhaltensdispositionen zu berühren, indem bestimmte fachliche und soziale Fertigkeiten und Fähigkeiten vermittelt werden, die in Alltagssituationen von Bedeutung sind. Hier liegt die Grenze zur „sozialen Dimension, die als zweite Dimension angesprochen wird“ (Hurrelmann & Nordlohne, 1993, S. 107) Nichtsdestotrotz ist die Veränderung von gesundheitsgefährdenden Verhaltensweisen auch Teil dieses Bereiches.

Die soziale Dimension beschäftigt sich mit der Frage wie das gesamte soziale Umfeld von Kindern und Jugendlichen in die Gesundheitsförderung miteinbezogen werden kann, da nur so tief greifende Schritte ermöglicht werden. Darüber hinaus wird gezeigt, dass ein gutes SchülerInnen-LehrerInnen-Verhältnis bei der Lösung von vielen psychosozialen Erkrankungen eine zentrale Rolle einnimmt. Dabei müssen in weiterer Folge auch die Eltern in den Prozess eingebunden werden (Hurrelmann & Nordlohne, 1993, S. 108-110).

---

<sup>6</sup> In diesem Fall wird auch von Gesundheitserziehung gesprochen, wenn darauf hingewiesen wird, dass Informationsvermittlung gerade bei Kindern und Jugendlichen in Form von „Zeigefingerpädagogik und Abschreckungsdidaktik“ nicht immer zielführend sind. Es kann hier ebenso angenommen werden, dass von einem gesundheitsfördernden Ansatz ausgegangen wird (Hurrelmann & Nordlohne, 1993, S.107)

Die ökologische Dimension bezieht sich auf räumliche Komponenten, denn Kinder und Jugendliche brauchen Raum, in dem sie sich „körperlich, motorisch, emotional und in allen anderen Sinnesbereichen [...] entfalten“ können (Hurrelmann & Nordlohne, 1993, S. 111-112).

Die vierte und letzte Dimension ist der kommunale Aspekt. Hurrelmann & Nordlohne (1993, S. 112) meinen damit die „Öffnung der Schule“. So sollen Vereine, Verbände, aber auch beratende Institutionen und Einrichtungen der Gemeinden einen Platz im Schulsystem finden.

Die Kombination dieser vier Dimensionen kreiert bereits ein überaus ganzheitliches Konzept der Gesundheitsförderung. Faltermaier (2005, S. 317) unterscheidet zwei grundsätzlich verschiedene Ansätze in Bezug auf Gesundheitsförderung im Setting Schule. Einerseits kann dieses ein personenorientiertes Programm sein, in dem man sich auf die Zielgruppen innerhalb des Systems konzentriert oder andererseits ein systemorientiertes Programm, das eher einen Entwicklungsprozess des Systems einleitet oder gesunde Rahmenbedingungen für die Personen innerhalb des Systems anstrebt.

Faltermaier (2005) sieht jedoch innerhalb dieser beiden Programme (personenorientiert oder systemorientiert) mehrere Möglichkeiten und formuliert die nachfolgenden Dimensionen:

- Konzept: Verbreitung der Idee einer gesundheitsfördernden Schule (z.B. durch Informationsveranstaltungen in der Schule und für Eltern);
- Curriculum: Inhalte und Formen der Vermittlung von Gesundheitsthemen im Unterricht (z.B. durch Projektstage oder Projektwochen, durch Entspannungsübungen oder Kurse zur Rückenschulung, durch gesundes Schulfrühstück);
- Soziales: Verbesserung der Kommunikation zwischen den unterschiedlichen Gruppen in der Schule (z.B. durch Schulfeste und klassenübergreifende Wanderungen);
- Fort- und Weiterbildung der Lehrkräfte in Gesundheitsförderung (z.B. durch schulinterne Fortbildungen zur gesunden Schule, Zukunftswerkstätten, Entspannungsübungen oder Autogenes Training);
- Ökologie: gesundheitsgerechte Gestaltung der schulischen Umwelt (z.B. durch Projekte zur Gestaltung von Klassenraum und Schulhof; Ruheraum in der Schule);
- Kommune: Aufbau von Beziehungen und Kooperationen der Schule zu Institutionen der Gemeinde bzw. des Stadtteils (z.B. Kontakte zu Gesundheitsamt, Vernetzung mit lokaler Gesundheitskonferenz);
- Organisation: Verbesserung der Kooperation und des psychosozialen Klimas in der Schule (z.B. durch Zusammenarbeit mit anderen Arbeitskreisen der Schule);
- Akzeptanz: Verbesserung der Akzeptanz der Idee einer gesundheitsfördernden Schule bei schulischen Gruppen (z.B. durch Diskussion mit Teams von Schüler/innen oder mit dem Elternbeirat). (Faltermaier, 2005, S. 321)

Somit ergänzt Faltermaier (2005) die vier Dimensionen von Hurrelmann und Nordlohne (1993) mit den Ebenen der Akzeptanz, der Organisation, des Konzepts, der Fort- und Weiterbildung der Lehrkräfte, als Ansatzpunkte für Gesundheitsförderung in der Schule. Paulus (2010, S. 558) setzt weiter an als die zwei zuvor genannten Ansätze und unterscheidet in Handlungsfelder und Prinzipien.

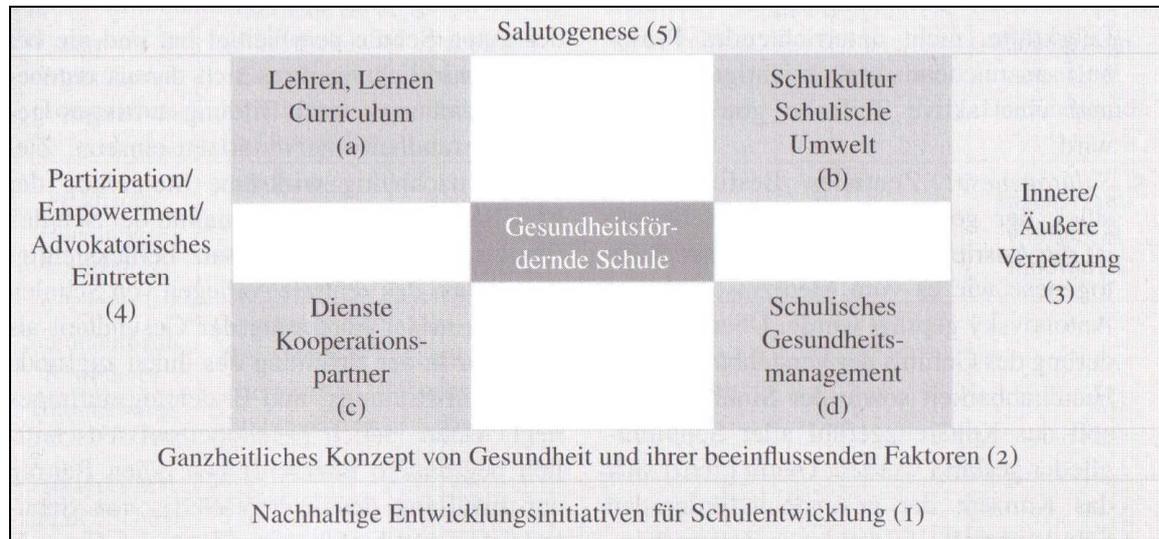


Abb. 9: Handlungsfelder (innen) und Prinzipien (außen) der Gesundheitsfördernden Schule (Paulus, 2010, S. 558)

Dadaczynski und Paulus (2011, S. 165-166) und Paulus (2010, S. 559-560) charakterisieren die Handlungsfelder folgendermaßen: Das Handlungsfeld *Lehren, Lernen, Curriculum* (a) bezieht sich auf methodische und didaktische Aspekte. Der Teil *Schulkultur und schulische Umwelt* (b) beinhaltet sowohl die räumliche/ bauliche Schulgestaltung als auch das psychosoziale Klima. Der Bereich *Dienste und Kooperationspartner* (c) richtet sich auf die Unterstützung von schulexternen Personen oder Institutionen. Das letzte Handlungsfeld *schulisches Gesundheitsmanagement* (d) inkludiert die „Entwicklung sowie Anwendung von Prinzipien und Strategien schulbetrieblicher Gesundheitsförderung.“ (Paulus, 2010, S. 559)

In Hinsicht auf die außen angesiedelten Prinzipien kann vermerkt werden, dass *Nachhaltige Entwicklungsinitiativen für Schulentwicklung* (1) bedeutet, dass schulische Gesundheitsförderung Regelmäßigkeit erfährt und kontinuierlicher und nachhaltiger Bestandteil des Schulalltags ist. Das *ganzheitliche Konzept von Gesundheit und der sie beeinflussenden Faktoren* (2) bezieht sich auf die Multidimensionalität des Begriffes Gesundheit, der vor allem auch subjektiv bestimmt wird. Das Prinzip der *inneren und äußeren Vernetzung* (3) besagt, dass alle Beteiligten sowohl interne als auch schulexterne Personen sich bei der Planung, Ausführung und Überprüfung involvieren können. Durch *Partizipation, Empowerment und advokatorisches Eintreten* (4) hat die

Schule selbst die Möglichkeit relevante Themen für sich zu bestimmen, wobei ebenfalls alle Personen des Settings Schule beteiligt werden. Die *Salutogenese* (5) stellt das letzte Prinzip dar. Hierbei ist es essentiell, dass sich die Schule daran orientiert Gesundheit zu erhalten oder entstehen zu lassen. „Über die Förderung des Gefühls der Verstehbarkeit, der Handhabbarkeit sowie der Sinnhaftigkeit soll das Kohärenzgefühl aller Schulmitglieder gestärkt werden.“ (Dadaczynski & Paulus, 2011, S. 165-166)

*Zusammenfassend kann erkannt werden, dass eine gesundheitsfördernde Schule aus einer Vielzahl von gesundheitsfördernden Teilbereichen, wie Schulleitung, Unterricht, Verwaltung und Schulklima bestehen muss. Werden die Modelle von Hurrelmann und Nordlohne (1993), Faltermaier (2005) und Paulus (2010) betrachtet, so scheint es zum jetzigen Zeitpunkt eher unwahrscheinlich, dass eine Schule alle erwähnten Dimensionen und Handlungsfelder innerhalb eines Projektes fördern kann. Vielmehr sollte laut Faltermaier (2005, S. 317) vor Initiierung des Projekts überlegt werden, ob ein eher personenorientierter oder ein vielmehr systemorientierter Zugang zu der Thematik gewählt werden sollte. Demnach kann eine „empowerte“ und teilhabende Zielgruppe Themen bestimmen, die für die jeweilige Schule am vorrangigsten erscheinen. Aus diesem Grund erscheint eine Mischform mit Schwerpunkten, die auf die eigenen Bedürfnisse zugeschnittenen sind, als eine gute Wahl für eine zukünftige gesundheitsfördernde Schule.*

## **II EMPIRISCHER TEIL**

*Aufbauend auf den Grundlagen des Theorieteils wird in den nachfolgenden Kapiteln die Kernfrage „Welches Verständnis von Gesundheit besteht an der VS Bad Sauerbrunn?“ beleuchtet. Zudem wird zuerst die methodische Vorgehensweise beschrieben. Danach folgen die detaillierte Auswertung der erhobenen Daten und die Interpretation der Ergebnisse. Abschließend werden in der Conclusio eine kurze Zusammenfassung der Studie gegeben und lösungsorientiert Beispiele für eine Verbesserung der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn angeboten.*

### **5 Methodik**

*Der nachfolgende Teil beschäftigt sich mit der Methodik des empirischen Teils dieser Arbeit. Dazu werden vorerst die wissenschaftliche Fragestellung und danach die verwendeten qualitativen Forschungsmethoden präsentiert. Die Auswahl der wissenschaftlichen Methoden wird in den nachfolgenden Unterkapiteln erläutert und Aspekte wie die Auswahl der InterviewpartnerInnen, die Informationen über die Durchführung und die Konzipierung des Interviewleitfadens werden behandelt.*

#### **5.1 Untersuchungsdesign**

Aufgrund der Fragestellung dieser Diplomarbeit wurde eine qualitative Untersuchung in Hinsicht auf das Gesundheitsverständnis an der VS Bad Sauerbrunn gewählt. Hierzu wurden einerseits problemzentrierte Interviews mit den Lehrerinnen und Eltern der Schulkinder durchgeführt und andererseits verfassten die SchülerInnen Aufsätze zum Thema „Was ist gesund/Gesundheit für mich“.

##### **5.1.1 Problemzentriertes Interview**

Als ein teilstandardisiertes Interview bietet das problemzentrierte Interview einen offenen Zugang zu einer Thematik, wobei dennoch zielgerichtet gewisse Aspekte eines Themas angesprochen und erfragt werden können (Hopf, 1995, S. 177-178). Somit ermöglicht es diese halbstrukturierte Form ein Problem bzw. eine Thematik von mehreren Seiten zu beleuchten und zu analysieren (Lamnek, 2010, S. 332; Mayring, 2002, S. 67), was für die vielschichtige Fragestellung angemessen scheint.

Zumeist wird das problemzentrierte Interview von einem Interviewleitfaden unterstützt. Durch diesen Leitfaden wird sichergestellt, dass alle wichtig erscheinenden

Themenbereiche abgedeckt werden (Lamnek, 2010, S. 337). Der/ die ForscherIn kann hier bereits sein/ ihr theoretisches Konzept integrieren und es somit überprüfen und/ oder in einem weiteren Schritt modifizieren, während die InterviewpartnerInnen alle Freiheiten besitzen ihre eigene Meinungen und Ideen zu erläutern (Lamnek, 2010, S. 336). Ein weiteres Ziel ist es eine stärkere Vertrauensbeziehung zwischen den beiden GesprächspartnerInnen aufzubauen, da angenommen wird, dass so die interviewte Person „ehrlicher, reflektierter, genauer und offener“ auf die Fragen antwortet (Mayring, 2002, S. 69). Für den/die InterviewerIn bietet sich die Möglichkeit beispielsweise mit Verständnisfragen oder Ad-hoc-Fragen eine verbesserte Verständisgenerierung herbeizuführen (Lamnek, 2010, S. 334). Zusammenfassend können die beiden vorrangigsten Vorteile des problemzentrierten Interviews darin gesehen werden, dass es sich einerseits eignet theoriegeleitete Fragestellungen zu erfragen und andererseits ermöglicht die Standardisierung eine vereinfachte Möglichkeit mehrere Interviews miteinander zu vergleichen (Mayring, 2002, S. 70).

### **5.1.2 Dokumentenanalyse**

Die Auswahl einer Methode bei der Erforschung von Kindern muss sorgfältig getroffen werden, denn dabei müssen die psychischen, interaktiven, kognitiven und linguistischen Fähigkeiten der Kinder berücksichtigt werden (Lamnek, 2010, S. 647). Aufsätze und Bilder spielen derzeit eine geringe Rolle in der Kinderforschung, jedoch können Potentiale erkannt werden, die Einblicke in die kindliche Erlebnis-, Erfahrungs- und Gedankenwelt gewährleisten (Krüger, 2006, S. 94). Aus diesem Grund wurde der Zugang mit dem Schreiben eines Aufsatzes gewählt, wobei es den Kindern freigestellt war, wie sie das Thema behandeln sollten. Somit hatten die Kinder auch die Möglichkeit grafische Elemente zu integrieren, wenn sie dieses wünschten.

### **5.2 Auswahl**

Um ein ganzheitliches Bild über das Gesundheitsverständnis an der VS Bad Sauerbrunn darstellen zu können, müssen mehrere Aspekte in Betracht gezogen werden. Vorrangig sind die Meinungen und Vorstellungen der Lehrerinnen und SchülerInnen zu analysieren. Hierzu wurden sechs der sieben Lehrerinnen der Schule interviewt genauso wie die Direktorin. Darüber hinaus wurde die Sicht der SchülerInnen in Form von Aufsätzen untersucht. Es erschien sinnvoll dies in Klassen zu tun, die zum einen bereits länger mit dem Thema Gesundheitsförderung konfrontiert waren und zum anderen die sprachlichen und schriftlichen Fähigkeiten besaßen einen Aufsatz oder einen ähnlichen, schriftlichen Text zu produzieren. Daher wurden die dritte Klasse und eine vierte Klasse ausgewählt

um das Gesundheitsverständnis von Kinderseite zu repräsentieren. Es handelt sich hierbei um 23 SchülerInnen der dritten Klasse und 14 SchülerInnen der vierten Klasse. Da auch die Eltern eine Rolle im Schulalltag spielen, sind zusätzlich zwei Mütter interviewt worden um die LehrerInnen-SchülerInnen-Sicht um eine weiter außenstehende Sichtweise zu erweitern.

### **5.3 Ablauf der Datenerhebung**

Die Datenerhebung erfolgte in drei Schritten. Nach der Kontaktaufnahme mit der Schule und einem grundsätzlichen Gespräch mit der Direktorin wurde vereinbart, dass die Studie für diese Diplomarbeit an der Schule durchgeführt werden durfte. Auf Wunsch des Lehrerkollegiums wurde der Interviewleitfaden ungefähr eine Woche vor dem Interviewtermin an die Schule geschickt.

Am 10. Februar 2011 wurden vormittags die sieben Lehrerinneninterviews im Büro der Direktorin durchgeführt. Den Pädagoginnen wurde zusätzlich mitgeteilt, dass sie im Interview hauptsächlich von ihren eigenen Ausbildungserfahrungen und alltäglichen Unterrichtserfahrungen berichten sollten. Die Dauer variierte zwischen zehneinhalb und 23 Minuten.

In einem zweiten Schritt verfassten am 11. April 2011 die SchülerInnen der dritten und vierten Klassen einen Aufsatz zum Thema „Was ist gesund für mich“ in den dritten Klassen und „Was ist Gesundheit für mich“ in den vierten Klassen. Dazu wurde jeweils eine ganze Einheit von 50 Minuten eingeplant, wobei zuerst ein Brainstorming im Plenum initiiert wurde, bei dem die SchülerInnen ihre Ideen bezüglich Gesundheitsförderung an die Tafel schreiben konnten. Diese wurden danach gemeinsam in Kategorien gruppiert und die Thematik nochmals angesprochen. – Da es anzunehmen war, dass die Aufgabe sehr schwierig für die SchülerInnen sein würde, empfahl die Direktorin die Kinder zu der Thematik hinzuführen. Im Anschluss hatten die Kinder den Arbeitsauftrag einen Text zu produzieren, der den Titel trägt „Was ist gesund/ Gesundheit für mich“. Jedes Kind hatte die Möglichkeit selbst über Form, Länge und Inhalt zu entscheiden, wobei auch kein zeitlicher Druck auf die SchülerInnen ausgeübt wurde. Auf diese Weise entstanden sehr unterschiedliche Text und auch Zeichnungen zum Thema Gesundheit.

Als abschließenden Schritt wurden am 25. Mai 2011 zwei Mütter morgens in der VS Bad Sauerbrunn interviewt. Beide hatten zuvor keine Informationen erhalten und wurden beim Absetzen der Kinder gefragt, ob sie an dem Interview teilnehmen würden. Die Interviewdauer betrug neun und elf Minuten.

## 5.4 Interviewleitfaden

Der Interviewleitfaden fügt sich aus Fragen verschiedener Themengebiete zusammen, die während eines Interviews behandelt werden sollen. Es bewährte sich, diesen mit einigermaßen allgemeinen Fragen zu beginnen und danach in Themenblöcken speziell ins Detail zu gehen (Przyborski, 2008, S. 144). Friebertshäuser (2003, S. 377) zählt die Frage-Antwort-Struktur zu den Gefahren eines solchen Interviews, da unter Zeitdruck oftmals Suggestivfragen gestellt werden, die strikt zu vermeiden sind, zumal der Informationsgewinn eher gering ausfällt. Da der Leitfaden nur eine Orientierungshilfe darstellt, ist die Reihenfolge der Fragen eher nebensächlich solange alle Themenbereich behandelt werden (Przyborski, 2008, S. 144).

Zur Erstellung des Interviewleitfadens wurden Themenbereiche definiert beispielsweise wie allgemeine Punkte bezüglich des Gesundheitsförderungsprojekts an der VS Bad Sauerbrunn und zum anderen wurden die Determinanten der Gesundheit des FGÖ (Fond Gesundes Österreich, 2005a) integriert, um zu hinterfragen, welche Komponenten von Gesundheit den ProjektteilnehmerInnen vertraut sind. Die in Kapitel 2.2 präsentierte Grafik wurde bei der Gestaltung des Fragebogens berücksichtigt.

Die nachfolgenden, aufgelisteten Themenbereiche stellten die Makroebenen der Interviews dar, welche in der Auswertung erweitert und umstrukturiert wurden<sup>7</sup>.

- Ausbildung (nur bei den LehrerInnen)
- Umsetzung von Gesundheitsförderung
- Stellenwert von Gesundheitsförderung
- Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen
- Soziales Umfeld
- Lebens- und Arbeitsbedingungen

### 5.4.1 LehrerInnenleitfaden

Der folgende Leitfaden wurde bei den LehrerInneninterviews am 10.2.2011 an der VS Bad Sauerbrunn verwendet:

#### *Einstieg/ Basisinformationen*

- Wie lange arbeiten Sie bereits an der VS Bad Sauerbrunn?
- Welche berufliche Position haben Sie an der VS Bad Sauerbrunn?
- In welcher Schulstufe unterrichten Sie?
- Was bedeutet für Sie Gesundheit?

---

<sup>7</sup> Diese Makroebenen wurden in der Analyse zu fünf Ebenen zusammengefasst.

- Was gehört für Sie alles zu Gesundheit?

#### *Ausbildung*

- Woher haben Sie ihr Wissen über Gesundheitsförderung?
- Haben Sie eine Ausbildung auf dem Gebiet?
- Wenn ja, welche Art von Ausbildung haben Sie in Bezug auf Gesundheitsförderung absolviert? Wann haben Sie diese abgeschlossen?
- Welche Themen wurden während der Ausbildung in Bezug auf Gesundheitsförderung angesprochen?
  
- Hatten Sie am Anfang dieses Projekts das Gefühl, dass Sie gut vorbereitet waren auf die Aufgabe der Gesundheitsförderung?
- Hat sich dieses Gefühl geändert?

#### *Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn*

- Welchen Stellenwert hat Gesundheitsförderung in der VS Bad Sauerbrunn?
- Wie wichtig ist (Ihnen) Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn? Beschreiben Sie bitte ausführlich.
- Wie sieht Gesundheitsförderung in Ihrer Klasse aus? Können sie eine typische Einheit beschreiben?
- Welche Themen werden bei Ihren gesundheitsfördernden Einheiten behandelt?
- Wie oft führen Sie gesundheitsfördernde Einheiten durch?
- Wie lange dauern die Einheiten ungefähr?
- Welche Methoden und Konzepte wenden Sie an?
- Welche Schwerpunkte setzen Sie in Ihren gesundheitsfördernden Einheiten? Bitte begründen Sie.
- Welche Materialien verwenden Sie in den Einheiten?
  
- Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Kindern beschreiben?
- Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Eltern beschreiben?
- Wie wichtig ist Ihnen die Schüler-Lehrer-Eltern-Beziehung?
- Welche Einstellung haben die Eltern zu der Gesundheitsförderung und wie engagieren Sie sich in der Schule in Bezug auf Gesundheitsförderung und gesundheitsfördernde Projekte?
- Wie reagieren die Kinder auf die gesundheitsfördernden Einheiten (freudig, gelangweilt, ..)?
- Was kommt in diesen Einheiten bei den Kindern gut an?
- In welcher Art und Weise involvieren Sie Experten in die Gesundheitsförderung?
  
- Welche allgemeinen Verhaltensregeln gelten in der Schule?
- Gibt es Freiräume oder gewisse Zeiten, in denen die Kinder sich selbst frei bewegen können? (Ich denke beispielsweise an Hofpausen)
- Würden Sie das Schulklima für die SchülerInnen als förderlich für ein gesundes Leben empfinden? Wie wichtig sehen Sie das Schulklima in Hinsicht auf Gesundheitsförderung?
  
- Versuchen Sie auch die soziale Kompetenz der SchülerInnen zu stärken? Wenn, ja wie?

- Wie wichtig sind Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht an Ihrer Schule?
- Welche Aktionen setzen Sie um das Selbstwertgefühl zu steigern und Selbstständigkeit zu fördern?
- Wird Teamtraining in Ihrem Unterricht betrieben? Wie sieht das aus?

#### *Persönliche Meinung*

- Was halten Sie von der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?
- Was sehen Sie als die Stärken bei der Umsetzung von Gesundheitsförderung an Ihrer Schule?
- Welche Verbesserungsvorschläge hätten Sie in Hinsicht auf die Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?
- *Wie würden Sie die Qualität Ihrer Ausbildung in Bezug auf Gesundheitsförderung bewerten und beschreiben? (wenn Ausbildung absolviert)*

#### *Abschluss* (Die Kernfrage der Diplomarbeit stellen)

Was meinen Sie. Welches Verständnis von Gesundheit besteht an der VS Bad Sauerbrunn?

### **5.4.2 Elternleitfaden**

Ähnlich dem vorherigen Leitfaden können in diesem mit Ausnahme des Themas Ausbildung fünf der sechs Makroebenen gefunden werden.

#### *Einstieg/ Basisinformationen*

- Wie alt sind Sie?
- Welchen Beruf üben Sie aus?
- Wie viele Kinder haben Sie an der VS Bad Sauerbrunn?
- In welcher Schulstufe ist/sind Ihr(e) Kind(er)?
- Was bedeutet für Sie Gesundheit?
- Was gehört für Sie alles zu Gesundheit?
- Woher haben Sie ihr Wissen über Gesundheitsförderung?
  
- Welches Gefühl hatten Sie bezüglich des Gesundheitsförderungsprojekts als dieses gestartet wurde?
- Hat sich dieses Gefühl geändert?

#### *Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn*

- Welchen Stellenwert hat Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?
- Wie wichtig ist (Ihnen) Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn? Beschreiben Sie bitte ausführlich.
- Wissen Sie, wie Gesundheitsförderung in der Klasse Ihres/Ihrer Kind(er) aussieht? Können sie eine typische Einheit beschreiben?
- Welche Themen werden bei Ihren gesundheitsfördernden Einheiten behandelt?
- Wissen Sie, welche Methoden und Konzepte angewendet werden?
- Was erzählt Ihr Kind/ Ihre Kinder von GF Zuhause?
  
- Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Lehrerinnen beschreiben?

- Wie wichtig ist Ihnen die Schüler-Lehrer-Eltern-Beziehung?
- Wie engagieren Sie sich (und andere Eltern) in der Schule in Bezug auf Gesundheitsförderung und gesundheitsfördernde Projekte?
- Würden Sie das Schulklima für die SchülerInnen als förderlich für ein gesundes Leben empfinden? Wie wichtig sehen Sie das Schulklima in Hinsicht auf Gesundheitsförderung?
- Wie wichtig ist Ihnen die Förderung der sozialen Kompetenz in Hinsicht auf Gesundheitsförderung?
- Wie wichtig sind Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht an der Schule?
- Glauben Sie, dass Aktionen gesetzt werden, die das Selbstwertgefühl steigern und Selbstständigkeit fördern?
- Wissen Sie, wird Teamtraining im Unterricht betrieben?

### *Gesundheitsförderung Zuhause*

- Hat das GF-Projekt der Schule auch die Einstellung Ihrer Familie zu Gesundheit verändert?
- Hat das Projekt direkte Auswirkungen auf das Leben Ihrer Familie?
- Was nimmt Ihr Kind/ nehmen Ihre Kinder in Bezug auf Gesundheitsförderung mit nach Hause?
- Was tun Sie Zuhause in Bezug auf Gesundheitsförderung?

### *Persönliche Meinung*

- Welche Schwerpunkte sollten bei gesundheitsfördernden Einheiten vermehrt gesetzt werden? Bitte begründen Sie.
- Was halten Sie von der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?
- Was sehen Sie als die Stärken bei der Umsetzung von Gesundheitsförderung an Ihrer Schule?
- Welche Verbesserungsvorschläge hätten Sie in Hinsicht auf die Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?

*Ziel dieses Kapitels war es die Wahl des problemzentrierten Interviews und der Dokumentenanalyse von Texten zu begründen. Es konnte gezeigt werden, dass beide Methoden sich sehr gut für die jeweilige Zielgruppe (Erwachsene und Kinder) und die Fragestellung eigneten. Darüber hinaus wurden die Auswahl der Befragten und der Ablauf der Datenerhebung präsentiert und die Wahl der verwendeten Makroebenen der zwei verwendeten Interviewleitfäden argumentiert.*

## 6 Auswertung

*Im nächsten Kapitel wird die Thematik der Auswertung der erhaltenen Daten genauer behandelt. Zuerst wird die Transkription der qualitativ erhobenen Daten diskutiert. Zur Auswertung wurde Mayrings „Qualitative Inhaltsanalyse“ (2002, S. 114-121) herangezogen, da hiermit sowohl die Interviews als auch die Aufsätze analysiert werden können. Die Kategorien, die im Interviewleitfaden verwendet wurden, dienen nun als Ausgangspunkt für eine erneute Kategorienbildung, die eingesetzt wurde um die Interviews und Texte zu analysieren, zu vergleichen und zu interpretieren.*

### 6.1 Transkription

Verschiedene Methoden können zur Darstellung von qualitativ erhobenen Daten angewendet werden. Eine wörtliche Transkription stellt eine vollständige Textfassung eines verbal gewonnenen Materials, welches die Grundlage für eine ausführliche, interpretative Auswertung darstellt (Mayring, 2002, S. 89). Da die Repräsentation von Dialekten keine relevanten Aspekte für diese Arbeit bietet, wurden die Texte in einem normalen Schriftdeutsch verfasst. Dabei wurden ebenfalls größtenteils Pausen, Wortwiederholungen und Füllwörter ausgelassen, wenn sie keine Änderung der Bedeutung mit sich brachten. Diese Methode sollte verwendet werden, wenn „die inhaltlich-thematische Ebene im Vordergrund steht“ (Mayring, 2002, S. 89).

Die neun Interviews wurden transkribiert und sind im Anhang zu finden.

### 6.2 Qualitative Inhaltsanalyse

Die qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring stellt vor allem dann eine nützliche Variante der Datenanalyse dar, wenn es vorrangig um die inhaltlichen Elemente einer Klassifikation geht (Przyborski, 2008, S. 183). „Die Stärke der Inhaltsanalyse ist, dass sie streng methodisch kontrolliert das Material schrittweise analysiert“ (Mayring, 2002, S. 114), wobei im Mittelpunkt ein Kategoriensystem steht.

Mayring (2000a) unterscheidet prinzipiell drei mögliche Arten von qualitativen Inhaltsanalysen: Zusammenfassung, Explikation und Strukturierung.

Während die erste Form eine Reduktion der Daten darstellt und zumeist induktive Kategorienbildung bedeutet, repräsentiert die zweite Form der Explikation das Gegenteil dazu. Hier wird versucht im Zuge einer „Kontextanalyse“ Informationen zu spezifischen Kategorien zu finden und diese genauer herauszuarbeiten. Im dritten Fall besteht die

Möglichkeit eine Strukturierung auf einer formalen, inhaltlichen, typisierenden oder skalierenden Ebene zu erhalten (Mayring, 2000a, S. 58-59).

Für diese Arbeit bietet sich die strukturierende Methode am besten an, da es das Ziel ist, eine bestimmte Struktur aus dem Material herauszufiltern (Mayring, 2003, S. 75; zit.n. Lamnek, 2005, S. 478). In einem weiteren Schritt soll danach ein Querschnitt über das gesamte Material gelegt werden (Mayring, 1995, S. 213).

Obwohl die strukturierende Art der qualitativen Inhaltsanalyse vorrangig deduktiv geprägt ist, wurde entschieden im Zuge dieser Arbeit nach Sichtung der Daten weitere Kategorien induktiv hinzuzufügen, was eine Option dieser Methode darstellt. So konnten während der Analyse der Daten inhaltstragende Textstellen identifiziert werden und zu Kategorien auf der Mesoebene zusammengefasst werden (Jensen, 2005, S. 265).

### **6.3 Bildanalyse**

Da die SchülerInnen die Möglichkeit hatten sich selbst frei zu der Thematik der Gesundheit zu äußern, fügten 21 Kinder eine Zeichnung bei. Die Analyse solcher Zeichnungen besonders zum Thema Gesundheit ist in der wissenschaftlichen Forschung weitgehend vernachlässigt worden. Dennoch können einige grundlegende Ansatzpunkte der Interpretation präsentiert werden.

Reiß (1996, S. 31) unterstreicht, dass für eine qualifizierte Interpretation der Zeichnungen der/ die BetrachterIn immer mit dem kulturellen Schlüssel vertraut sein muss, um in der Lage zu sein die Zeichnungen zu decodieren. Weiters ist es notwendig Hintergrundwissen über kindliche Entwicklungsstufen zu besitzen um eine Deutung der Zeichnungen anstreben zu können. Seidel (2007, S. 39) definiert verschiedene Stufen der Intelligenzentwicklung und Zeichenentwicklung wodurch die Volksschulkinder in die Stufe 3 einzustufen sind. Typisch für Zeichnungen in dieser Altersgruppe sind „Typenfarben“, d.h.: „das sind an der Realität orientierte Farbmerkmale, die für die entsprechenden Objekte „typisch“[...] sind“ (Seidel, 2007, S. 125, 197-198). Weiters spiegeln die Motive großteils die Interessen und die wahrgenommene Welt wider (Seidel, 2007, S. 192). Die Entwicklung ist noch nicht abgeschlossen wodurch beispielsweise die Proportionen erst schrittweise an die Realität angepasst werden (Seidel, 2007, S. 196). Nichtsdestotrotz kann erkannt werden, dass sich die Zeichnungen der Kinder in dieser Altersgruppe verstärkt an der Realität orientieren (Seidel, 2007, S.190).

Da es eine Vielzahl an möglichen Ebenen der Analyse gibt, wurde entschieden eine Analyse auf der inhaltlichen Ebene vorzunehmen (Richter, 1997, S. 166-167), da jene für diese Diplomarbeit die relevanteste zu sein scheint. Alles in allem sind die Beschreibungen der Zeichnungen nur kurz gehalten, da sie neben den Texte der Kinder

und den Interviews der Lehrerinnen und Eltern eine eher nebenrangige Position einnehmen. Zu der Vorgehensweise wäre zu sagen, dass Figuren, die eindeutig erkennbar sind oder auf die im Text verwiesen werden, auch als solche bezeichnet werden, auch wenn dies bereits die Interpretation der Betrachterin ist. Zeichnungen, die nicht eindeutig benannt werden können, werden beschrieben und Vermutungen werden zur Bezeichnung des Objekts angestellt. Insgesamt wäre zu sagen, dass aufgrund der ganzheitlichen Vorgehensweise die schriftliche Darstellung der Zeichnungen in einem gemeinsamen Schritt sowohl beschreibend als auch interpretativ vorgenommen wurde.

### 6.4 Darstellung der Ergebnisse

Die folgende Tabelle gibt einen kurzen Überblick über die Makro-, Meso- und Mikroebenen.

<b>Makroebenen</b>	<b>Mesoebenen</b>	<b>Mikroebenen</b>
Ausbildung	Schulische Ausbildung (nur bei den LehrerInnen)	
	Medien, Literatur	
	Gesundheitsbegriff	
Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen	Ernährung	Gesunde Jause Freifach
	Bewegung	Sportstudierenden Bewegungsumfang
	Hygiene	Zahnpflege Körperpflege
	Suchtmittel	
	Schlaf	
	Kreative, intellektuelle Aktivitäten	
Soziales Umfeld	Schüler-Lehrer-Eltern-Beziehung	LehrerInnen-SchülerInnen LehrerInnen-Eltern
	eigene soziale Kompetenz	Selbstständigkeit Selbstwertgefühl
	Aktivitäten mit der Familie und Freunden	
Lebens- und Arbeitsbedingungen	Schulklima	
	Freiräume	
Umsetzung von Gesundheitsförderung	Unterrichtsinhalte, -praktiken und -methoden	
	Stärken	
	Verbesserungsvorschläge	
	Stellenwert der Gesundheitsförderung	

Tab 2: Makro-, Meso- und Mikroebenen der Betrachtung des Gesundheitsverständnisses (eigene Tabelle)

Bei der Darstellung der Interviews und Aufsätze wurde zur leichtern Zuordnung verschiedene Abkürzungen und Codes verwendet. Die Interviews beginnen mit dem Buchstaben „I“ und haben an zweiter Stelle ein „L“ für die Lehrerinnen oder ein „E“ für die

Eltern. Ansonsten wurden die Buchstaben A bis G für die Lehrerinnen und die Buchstaben M und N für die Eltern verwendet. Daraus ergeben sich die folgenden Codes: ILA, ILB, ILC, ILD, ILE, ILF, ILG, IEM und IEN. In Hinsicht auf die Aufsätze der Kinder ist der ersten Buchstabe ein „T“ für Text und danach folgt die Klassenbezeichnung entweder „3“ oder „4“ für die dritte beziehungsweise vierte Klasse der Volksschule. An dritter Stelle finden sich erneut Buchstaben zur Unterscheidung. Die 23 Texte der dritten Klasse und 17 Texte der vierten Klasse sind beispielsweise mit T3A, T3B oder T4A1, T4D bezeichnet. Drei SchülerInnen der vierten Klasse haben jeweils zwei Texte in der vorgegebenen Zeit verfasst, wodurch diese noch eine „1“ oder „2“ angehängt bekommen.

### 6.4.1 Interview 1 – ILA

#### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 18 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Klassenlehrerin

Alter: 34

ILA arbeitet seit einem Jahr als Klassenlehrerin an der VS Bad Sauerbrunn (Z. 1-4). ILA nennt Wohlbefinden, gesunde Ernährung und Sport beziehungsweise regelmäßige Bewegung als Komponenten von Gesundheit (Z. 6-8). ILA maturierte 1995 im Fach „Ernährungslehre“ an einer HLA, was neben den Medien die Grundlage für ILAs Wissen über Gesundheitsförderung darstellt (Z. 10-16). Während der Ausbildung wurden die Grundlagen für gesunde Ernährung und Diätberatung behandelt (Z. 19-20). Derzeit unterrichtet ILA auch das Freifach „Gesunde Ernährung“, wobei ILA sich zu Beginn des Projekts sehr intensiv in die Thematik im Internet einlesen musste (Z. 11-12, 23-25, 63-64). Nach anfänglicher Unsicherheit fühlt sich ILA nun sicher im Unterrichten von „Gesunde Ernährung“ (Z. 23-24, 27-28). ILA meint, dass Gesundheitsförderung einen sehr hohen bzw. hohen Stellenwert an der VS Bad Sauerbrunn hat (Z. 30, 35-36, 129-132).

ILA ist Gesundheitsförderung im Privatleben ebenfalls sehr wichtig (Z. 34, 188-190, 195). ILA versucht sich regelmäßig zu bewegen und auf die Ernährung zu achten (Z. 34-35).

In der ersten Klasse wurden die Themen „Gesunde Jause“ und „Körperpflege“ besprochen und es wird versucht kurze Bewegungseinheiten in den Unterricht

einzubauen (Z. 40-45). In den dritten Klassen wird vor allem ein Ernährungsschwerpunkt gesetzt (Z. 87-88). Die Kinder mögen das sehr (Z. 112) und verlangen nach den Rezepten um diese zu Hause zu kochen (Z. 113). Der Ernährungskreis wird in den Ernährungseinheiten besprochen und dabei werden einzelne Lebensmittel oder Nahrungsmittelgruppen behandelt (Z. 48-52, 59). Neben der Vermittlung von theoretischem Grundlagenwissen wird auch immer in einem praktischen Teil etwas zum Thema passend gekocht (Z. 52-54, 60). Hierzu werden auch ExpertInnen wie eine Biobäuerin herbeigezogen (Z. 55, 120-121). ILA meint, dass die SchülerInnen oftmals die Produkte nicht erkennen oder unterscheiden können (Z. 55-57).

Gesundheitserziehung im Sachunterricht und regelmäßige Bewegung sind Teil des Unterrichts (Z. 30-31, 36). ILA achtet auf viel Bewegung in den ersten Klassen, da ILA glaubt, dass die SchülerInnen diese brauchen (Z. 36-37, 64-65, 87). Die Bewegung gefällt den Kindern und sie sind sehr motiviert (Z. 110-111). Weiters sagt ILA, dass sich manche Kinder zu Hause nicht genug bewegen (Z. 66, 190-193). ILA glaubt, dass die Kinder früher bessere Ausdauerwerte hatten (Z. 192-195). Bewegungseinheiten finden nicht nur im Turnsaal statt, sondern auch an der „frischen Luft“ (Z. 66-68). Gesundheitsfördernde Einheiten werden wöchentlich in der ungefähren Länge von 50 Minuten abgehalten (Z. 70, 72-74). ILA versucht einmal pro Woche auch soziale Thematiken zu integrieren (Z. 159-160). Genauso wird auch selbstständiges und eigenverantwortliches Handeln und Lernen von ILA gefördert (Z. 173-180). Darüber hinaus müssen die SchülerInnen auch ab und zu in Paaren oder Gruppen arbeiten (Z. 182-186).

Themen der Gesundheitsförderung werden von ILA vorgegeben (Z. 77-78). Der Versuch einer projektorientierten Arbeitsweise gestaltete sich als schwierig, da ILA meint, dass Vorwissen und grundlegendes Sachwissen bei den Kindern fehlt (Z. 77-81). Das eigene Erleben der Kinder ist essentiell, da sie es sonst nicht verinnerlichen (Z. 83-84). Das Material ist dabei alltäglich (Z. 89-90). Themen, bei denen die Kinder selbst aktiv sein können, egal ob im Bewegungsbereich oder im Ernährungsbereich, kommen am besten an (Z. 116-118).

ILA beschreibt das Verhältnis zu den SchülerInnen als freundschaftlich und offen und sich selbst als einen konfliktlösenden Typ (Z. 92-93). ILA versucht zuerst mit den Kindern zu sprechen und Probleme zu lösen bevor die Eltern kontaktiert werden (Z. 92-94). Das Verhältnis zu den Eltern wird von ILA als gleich beschrieben (Z. 96-97). Deshalb ist ILA die SchülerInnen-Eltern-Lehrerinnen-Beziehung sehr wichtig, da somit der Unterricht erleichtert wird (Z. 99-100). Der Großteil der Eltern unterstützt die Gesundheitsförderung an der Schule, vor allem bei der gesunden Jause (Z. 104-108). Neben der Biobäuerin unterstützen auch Studierende der Universität Wien und eine Diätologin des Kurzentrums den Unterricht (Z. 120-124). Ein externer Beratungslehrer führt Projekte mit den Kindern

durch, die sich auf soziale Kompetenzen beispielsweise Steigerung des Selbstwertgefühls beziehen (Z. 159-165).

Ein höflicher und freundlicher Umgang mit allen ist einer der wichtigsten Aspekte der Schule (Z. 135-138). ILA ist der Ansicht, dass viele Kinder nur in der Schule über Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht lernen und dies zu Hause zu wenig behandelt wird (Z. 167-170). In der großen Pause können die Kinder bei Schönwetter an der frischen Luft sein, da dadurch die Kinder entspannter werden. Ansonsten können sie auch die Gänge zum Bewegen nutzen (Z. 139-148). ILA meint auch, dass das Schulklima sich positiv auf eine gesunde Lebensweise der Kinder auswirkt und die vermittelten Informationen mit nach Hause nehmen. ILA gefällt dieser Gedanke (Z. 151-155, 199-202).

Durch den vielfältigen Input von zahlreichen ExpertInnen sieht ILA keinen Bedarf an Verbesserung des gesundheitsfördernden Projekts (Z. 205-209). ILA besucht vorzugsweise Fortbildungsseminare für Hauptgegenstände, die ILA als wichtiger bezeichnet und weniger die Seminare im Gesundheitsbereich (Z. 214-219).

### Protokollsätze

#### **Ausbildung**

##### *Schulische Bildung*

P1: ILA maturierte 1995 im Fach „Ernährungslehre“ an einer HLA (Z. 10-16). Während der Ausbildung wurden die Grundlagen für gesunde Ernährung und Diätberatung behandelt (Z. 19-20).

##### *Medien und Literatur*

P2: Die Medien stellen eine Grundlage für ILAs Wissen über Gesundheitsförderung dar (Z. 10-16).

##### *Gesundheitsbegriff*

P3: ILA nennt Wohlbefinden, gesunde Ernährung und Sport beziehungsweise regelmäßige Bewegung als Komponenten von Gesundheit (Z. 6-8).

#### **Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen**

##### *Ernährung*

P4: In den dritten Klassen wird vor allem ein Ernährungsschwerpunkt gesetzt (Z. 87-88).

P5: Die Kinder mögen den Ernährungsunterricht sehr (Z. 112) und verlangen nach den Rezepten um diese zu Hause zu kochen (Z. 113).

P6: ILA meint, dass die SchülerInnen oftmals die Produkte nicht erkennen oder unterscheiden können (Z. 55-57).

### *Bewegung*

P7: ILA achtet auf viel Bewegung in den ersten Klassen, da ILA glaubt, dass die SchülerInnen diese brauchen (Z. 36-37, 64-65, 87)

P8: Die Bewegung gefällt den Kindern und sie sind sehr motiviert (Z. 110-111).

P9: ILA sagt, dass sich manche Kinder zu Hause nicht genug bewegen (Z. 66, 190-193).

### **Soziales Umfeld**

#### SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Verhältnis

P10: ILA beschreibt das Verhältnis zu den SchülerInnen als freundschaftlich und offen (Z. 92-93).

P11: Das Verhältnis zu den Eltern wird von ILA als freundschaftlich und offen beschrieben (Z. 96-97).

P12: ILA ist die SchülerInnen-Eltern-LehrerInnen-Beziehung sehr wichtig, da somit der Unterricht erleichtert wird (Z. 99-100).

P13: Der Großteil der Eltern unterstützt die Gesundheitsförderung an der Schule, vor allem bei der gesunden Jause (Z. 104-108).

### *Soziale Kompetenzen*

P14: ILA versucht einmal pro Woche auch soziale Thematiken zu integrieren (Z. 159-160).

P15: Selbstständiges und eigenverantwortliches Handeln und Lernen wird von ILA gefördert (Z. 173-180).

### **Lebensbedingungen**

#### *Schulklima*

P16: Ein höflicher und freundlicher Umgang mit allen ist einer der wichtigsten Aspekte der Schule (Z. 135-138).

P17: ILA ist der Ansicht, dass viele Kinder nur in der Schule über Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht lernen und dies zu Hause zu wenig behandelt wird (Z. 167-170).

P18: ILA meint auch, dass das Schulklima sich positiv auf eine gesunde Lebensweise der Kinder auswirkt und diese Informationen mit nach Hause nehmen. (Z. 151-155, 199-202).

*Freiräume*

P19: In der großen Pause können die Kinder bei Schönwetter an der frischen Luft sein, da dadurch die Kinder entspannter werden (Z. 141-145).

**Umsetzung des Gesundheitsförderungsprojekts**

*Unterrichtsinhalte, -praktiken und -methoden*

P20: Nach anfänglicher Unsicherheit fühlt sich ILA nun sicher im Unterrichten von „Gesunde Ernährung“ (Z. 23-24, 27-28).

P21: Neben der Vermittlung von theoretischem Grundlagenwissen wird auch immer ein praktischer Teil angeboten (Z. 52-54, 60).

P22: Themen der Gesundheitsförderung werden von ILA vorgegeben (Z. 77-78).

P23: Der Versuch einer projektorientierten Arbeitsweise gestaltete sich als schwierig, da ILA meint, dass Vorwissen und grundlegendes Sachwissen bei den Kindern fehlt (Z. 77-81).

P24: Das eigene Erleben der Kinder ist essentiell, da sie es sonst nicht verinnerlichen (Z. 83-84).

P25: Themen, bei denen die Kinder selbst aktiv sein können, egal ob im Bewegungsbereich oder im Ernährungsbereich, kommen am besten an (Z. 116-118).

*Stärken*

P26: Neben der Biobäuerin unterstützen auch Studierende der Universität Wien und eine Diätologin des Kurzentrums den Unterricht (Z. 55, 120-124).

*Verbesserungsvorschläge*

P27: Durch den vielfältigen Input von zahlreichen ExpertInnen sieht ILA keinen Bedarf an Verbesserung des gesundheitsfördernden Projekts (Z. 205-209).

*Stellenwert des Gesundheitsförderungsprojekts*

P28: ILA meint, dass Gesundheitsförderung einen sehr hohen bzw. hohen Stellenwert an der VS Bad Sauerbrunn hat (Z. 30, 35-36, 129-132).

#### 6.4.2 Interview 2 – ILB

##### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 23 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Direktorin

Alter: 60

Seit 1984 arbeitet ILB zuerst als Klassenlehrerin und danach als Schuldirektorin an der VS Bad Sauerbrunn (Z. 1-4). ILB inkludiert körperliche und psychische Gesundheit und Sozialkompetenz in den Gesundheitsbegriff und nennt Begriffe wie gesunde Bewegung, gesunde Ernährung, gesunde Umwelt, Persönlichkeit und Selbstbewusstsein (Z. 5-9). Persönliche Weiterbildung, Literatur und Medien sind neben einer einjährigen Lehrveranstaltung im Bereich Ernährungslehre in der HLA [vor etwa 40 Jahren] die Grundlagen um das Wissen um Gesundheitsförderung (Z. 10-19). Durch die fachkundliche Unterstützung einer Kollegin und des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport Wien war ILB gut für das Projekt vorbereitet (Z. 25-27, 41-42).

Gesundheitsförderung hat einen sehr großen Stellenwert an der VS Bad Sauerbrunn (Z. 30-35), deshalb werden Sporttage mit verschiedenen Schwerpunkten wie beispielsweise Haltungsschulung, Fallschule und Wirbelsäulentraining organisiert. (Z. 38-39, 56-57) ILB findet, dass sich die Ernährungsgewohnheiten ändern und in vielen Familien nicht mehr richtig gekocht wird, und dass eine gesunde Ernährung für diese unwichtig geworden ist. Der Lehrkörper der Schule möchte dem entgegenwirken (Z. 172-178). Ein integratives Ernährungsprojekt wird wöchentlich in den dritten Klassen von zwei Lehrerinnen durchgeführt (Z. 39-42, 53-54, 62, 79). Exkursionen und die Vorträge einer Biobäuerin sind Teil dieses Unterrichts. Dabei soll den Kindern der Wert regionaler und bodenständiger Produkte vermittelt werden. ILB bezweifelt, dass die SchülerInnen dies vollständig verstehen, dennoch sollen diese einen Einblick gewinnen (Z. 41-46, 126-127). Gesunde Getränke und der Wert des Wassers werden genauso besprochen wie Beispiele für eine gesunde Jause (Z. 50-52). Eine bestehende Zusammenarbeit mit einer Diätassistentin des Gesundheitszentrums wurde ebenfalls genannt. (Z. 46-47, 126). Die Eltern unterstützen den Unterricht in den meisten Klassen mit der Organisation einer gesunden Jause. Diese beinhaltet Obst, Rohkost oder Vollkornbrot (Z. 62-64, 110-113). ILB meint, dass gesundes Essen von den SchülerInnen besser in der Schule

angenommen wird als bei den Kindern Zuhause. So ändern sich auch die Ess- und Trinkgewohnheiten der SchülerInnen (Z. 64-66, 113-115). Die Lehrerinnen können durch die monatlichen Bewegungseinheiten mit Unterstützung des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport Wien neue Ideen in den eigenen Unterricht einbauen (Z. 69-71, 125). Offenes Lernen, Frontalunterricht und Gruppenarbeiten werden verwendet um Theorie und Praxis der Gesundheitsförderung zu vermitteln (Z. 80-83). In der Schulküche können die SchülerInnen einfache Gerichte zubereiten. (Z. 84, 87-88)

ILB meint, dass ein sehr gutes und wertschätzendes SchülerInnen-Eltern-Lehrerinnen-Verhältnis besteht, das eine gute Vertrauensbasis, gegenseitige Achtung und respektvollen Umgang beinhaltet und wichtig als Voraussetzung für guten Unterricht ist (Z. 99-101, 105-106). Die Kinder reagieren sehr positiv auf die sehr abwechslungsreich und ansprechend gestalteten Einheiten, bei denen neue Materialien und neue Spiele präsentiert werden (Z. 117-123). Es herrscht in der Schule ein fairer, wertschätzender und respektvoller Umgang miteinander, der auch von viel Vertrauen geprägt ist (Z. 130-133). Eine Stärke der Schule ist die Kooperation der SchülerInnen, Eltern, Lehrerinnen und des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport in Hinsicht auf Gesundheitsförderung (Z. 181-183).

ILB sagt, dass die Kinder während des offenen Lernens, in den Pausen und am Nachmittag öfters Freiräume haben sich frei zu bewegen (Z. 136-139). ILB hofft, dass das Schulklima förderlich für ein gesundes Leben ist, da dies sehr wichtig für alle Beteiligten ist. Die Lehrerinnen haben untereinander ein gutes Teamklima und unterstützen sich gegenseitig (Z. 140-150). Dabei sind Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht sehr wichtig (Z. 160-161). Beginnend ab der ersten Klasse wird soziales Lernen im Unterricht integriert. Es gibt auch [immer wieder] einen Beratungslehrer, der Übungen mit den SchülerInnen zur Stärkung der sozialen Kompetenzen durchführt. Unlängst wurde ein Projekt „jeux dramatique“ an der Schule durchgeführt, das auch in Richtung Gruppenarbeit gewirkt hat (Z. 153-158). Die Stärkung der sozialen Kompetenz wird durch positive Verstärkung und Rollenspiele gefördert und immer wieder in Projekt durchgeführt (Z. 164-165).

ILB findet, dass eine Evaluation des gesundheitsfördernden Projekts sinnvoll wäre (Z. 187-188). Die Schule möchte die Gesundheitskompetenzen stärken und den Wichtigkeitsgrad von Gesundheit klarmachen und vermitteln, was man selbst für ein gesundes Leben tun kann (Z. 194-196).

Protokollsätze

**Ausbildung**

*Schulische Bildung*

P1: Eine einjährige Lehrveranstaltung im Bereich Ernährungslehre in der HLA [vor etwa 40 Jahren] bietet ILB Grundlagen um das Wissen um Gesundheitsförderung (Z. 10-19).

*Medien und Literatur*

P2: Persönliche Weiterbildung, Literatur und Medien sind Quellen des Gesundheitswissens von ILB (Z. 10-12).

*Gesundheitsbegriff*

P3: ILB inkludiert körperliche und psychische Gesundheit und Sozialkompetenz in den Gesundheitsbegriff und nennt Begriffe wie gesunde Bewegung, gesunde Ernährung, gesunde Umwelt, Persönlichkeit und Selbstbewusstsein (Z. 5-9).

**Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen**

*Ernährung*

P4: ILB findet, dass sich die Ernährungsgewohnheiten geändert haben und in vielen Familien nicht mehr richtig gekocht wird. (Z. 172-178)

P5: Ein integratives Ernährungsprojekt wird wöchentlich in den dritten Klassen von zwei Lehrerinnen durchgeführt (Z. 39-42, 53-54, 62, 79).

P6: ILB bezweifelt, dass die SchülerInnen den Wert regionaler und bodenständiger Produkte vollständig verstehen, dennoch sollen diese einen Einblick gewinnen (Z. 41-46, 126-127).

P7: ILB meint, dass gesundes Essen von den SchülerInnen besser in der Schule angenommen wird als bei den Kindern Zuhause (Z. 64-66, 113-115).

*Bewegung*

P8: Die Lehrerinnen können durch die monatlichen Bewegungseinheiten mit Unterstützung des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport Wien neue Ideen in den eigenen Unterricht einbauen (Z. 69-71, 125).

P9: Sporttage mit verschiedenen Schwerpunkten werden organisiert (Z.38-39, 56-57).

## **Soziales Umfeld**

### *SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung*

- P10: Die Eltern unterstützen den Unterricht in den meisten Klassen mit der Organisation einer gesunden Jause. (Z. 62-64, 110-113).
- P11: ILB meint, dass ein sehr gutes und wertschätzendes SchülerInnen-Eltern-LehrerInnen-Verhältnis besteht (Z. 99-101, 105-106).

### *Soziale Kompetenzen*

- P12: Die Stärkung der sozialen Kompetenz wird durch positive Verstärkung und Rollenspiele gefördert und immer wieder in Projekten durchgeführt (Z. 164-165).
- P13: Es gibt auch [immer wieder] einen Beratungslehrer, der Übungen mit den SchülerInnen zur Stärkung der sozialen Kompetenzen durchführt (Z. 153-156)

## **Lebensbedingungen**

### *Schulklima*

- P14: Es herrscht in der Schule ein fairer, wertschätzender und respektvoller Umgang miteinander, der auch von viel Vertrauen geprägt ist (Z. 130-133).
- P15: ILB hofft, dass das Schulklima förderlich für ein gesundes Leben ist, da dies sehr wichtig für alle Beteiligten ist (Z. 142-150).
- P16: Die Lehrerinnen haben untereinander ein gutes Teamklima und unterstützen sich gegenseitig (Z. 144-146).

### *Freiräume*

- P17: ILB sagt, dass die Kinder während des offenen Lernens, in den Pausen und am Nachmittag öfters Freiräume haben sich frei zu bewegen (Z. 136-139).

## **Umsetzung des Gesundheitsförderungsprojekts**

### *Unterrichtsinhalte, -praktiken und -methoden*

- P18: Offenes Lernen, Frontalunterricht und Gruppenarbeiten werden verwendet um Theorie und Praxis der Gesundheitsförderung zu vermitteln (Z. 80-83).
- P19: Die Kinder reagieren sehr positiv auf die sehr abwechslungsreich und ansprechend gestalteten Einheiten, bei denen neue Materialien und neue Spiele präsentiert werden (Z. 117-123).

### *Stärken*

P20: Eine Stärke der Schule ist die Kooperation der SchülerInnen, Eltern, Lehrerinnen und des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport in Hinsicht auf Gesundheitsförderung (Z. 181-183).

### *Verbesserungsvorschläge*

P21: ILB findet, dass eine Evaluation des gesundheitsfördernden Projekts sinnvoll wäre (Z. 187-188).

### *Stellenwert des Gesundheitsförderungsprojekts*

P22: Gesundheitsförderung hat einen sehr großen Stellenwert an der VS Bad Sauerbrunn (Z. 30-35).

## **6.4.3 Interview 3 – ILC**

### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 15 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Klassenlehrerin

Alter: 49

ILC arbeitet seit 17 Jahren als Klassenlehrerin an der VS Bad Sauerbrunn und unterrichtet derzeit die dritte Klasse (Z. 1-6). Gesundheit bedeutet für ILC Wohlfühlen (Z. 8). Die Begriffe Ernährung, Bewegung, das soziale Umfeld werden von ILC als Teil von Gesundheit genannt (Z. 10-11). ILC hatte immer schon Interesse an Gesundheitsförderung und konnte sich durch Bücher und die Medien über Ernährung informieren (Z. 13-17). ILC hat keine Ausbildung auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung (Z. 18-19), fühlte sich aber gut vorbereitet auf die Aufgabe der Vermittlung von Gesundheitsförderung (Z. 20-24).

ILC denkt, dass Gesundheitsförderung einen wichtigen Stellenwert an der VS Bad Sauerbrunn hat und bezeichnet sie auch persönlich als sehr wichtig (Z. 26, 33, 142). ILC meint, dass die Kinder zu viel naschen und sich ungenügend in der Freizeit bewegen, wodurch es positiv ist, dass die Schule darüber aufklärt (Z. 26-30, 35-37).

In der dritten Klasse findet vierzehntägig das Projekt „gesunde Ernährung“ statt. Nach der theoretischen Behandlung einer Nahrungsmittelgruppe wird mit dem Lebensmittel gekocht (Z. 40-44). Weiters führt das Zentrum für Sportwissenschaft und Universitätssport Wien ein Projekt zur Bewegungsförderung durch (Z. 46-47). Im Stundenplan sind ansonsten drei Bewegung und Sportstunden vorgesehen (Z. 52). Einheiten dauern entweder 50 Minuten oder sind Doppelstunden (Z. 57).

Normalerweise wird auf das Vorwissen der Kinder aufgebaut. Die Verknüpfung von Lehrinhalten und gesundheitsfördernden Aspekten wird sowohl theoretisch als auch praktisch vorgenommen, wenn es sich ergibt (Z. 46-50, 61-63), wie beispielsweise der Besuch eines Bauernhofs oder ein mögliches Gespräch mit einer Diätologin (Z. 52-55). ILC glaubt, dass die Kinder ohnehin wissen, was gesund ist (Z. 66). Die Lehrerinnen sollen jedoch immer wieder auf Wichtiges hinweisen und vermitteln, dass auch andere Sportarten außer Fußball gesund und Bewegung an der frischen Luft essentiell sind. Weiters sind Umweltschutz und biologische Produkte relevante Themen, die mit alltäglichen Mitteln vermittelt werden (Z. 66-71, 73).

Sowohl das Verhältnis zu den Kindern als auch das zu den Eltern wird von ILC als kollegial bezeichnet (Z. 75-77). Eine gute SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung erleichtert die Arbeit der Lehrerinnen (Z. 79-80). In Gesprächen sind die Eltern generell interessiert an gesundheitsfördernden Projekten, jedoch sieht die Umsetzung oftmals anders aus, da ungesunde Getränke und Süßigkeiten als Jause eingepackt werden (Z. 84-86, 91-92). Andererseits bringen Kinder ihre selbst gepackte, gesunde Jause mit und kochen Rezepte Zuhause nach (Z. 86-91). Die gesundheitsfördernden Einheiten besonders Bewegung in jeder Sportart und eigenständiges Kochen gefallen den Kindern (Z. 95-99). Höflichkeit zu einander und Hilfsbereitschaft will man an der Schule fördern, was auch als wichtig betrachtet wird (Z. 109-110, 133). Das Schulklima wird von ILC als wichtig und förderlich für ein gesundes Leben gesehen (Z. 120-124).

Eine Biobäuerin dient als Expertin im Bereich der Ernährung und Studierende des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport führen bewegungsorientierte Einheiten durch, wie auch verschiedene Vereine Schnupperstunden mit den SchülerInnen abhalten (Z. 101-105).

Hofpausen bieten den SchülerInnen Freiräume, genauso wie Abmachungen, dass die Burschen in den ersten zehn Minuten der Turnstunde Fußball spielen dürfen, während die Mädchen ebenfalls sich selbst beschäftigen dürfen. Auch während der Stunden werden immer wieder eigene Entscheidungen der SchülerInnen berücksichtigt, solange kein Konflikt entsteht (Z. 113-119). In Bezug auf die sozialen Kompetenzen werden die SchülerInnen positiv bestärkt, wenn sie etwas gut gemacht haben und Ermahnungen werden eher selten eingesetzt (Z. 127-131). So werden auch Lob und positive Verstärker

zur Steigerung des Selbstwertgefühls eingesetzt und Selbstständigkeit, aber auch die Teamfähigkeit, gefördert (Z. 136-137, 139).

ILC sieht die Möglichkeit langfristig Projekte an der Schule durchzuführen als eine der Stärken des gesundheitsfördernden Projekts (Z. 145-149). Die Zusammenarbeit mit Vereinen könnte weitere Verbesserungen bringen (Z. 152-153). ILC meint, dass den Kindern theoretisch korrektes und fundiertes Wissen über Gesundheit gelehrt wird, das kindgemäß aufbereitet wird (Z. 160-162).

Protokollsätze

### **Ausbildung**

#### *Schulische Bildung*

P1: ILC hat keine Ausbildung auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung (Z. 18-19).

#### *Medien und Literatur*

P2: ILC hatte immer schon Interesse an Gesundheitsförderung und konnte sich durch Bücher und die Medien über Ernährung informieren (Z. 13-17).

#### *Gesundheitsbegriff*

P3: Gesundheit bedeutet für ILC Wohlfühlen (Z. 8) und dabei werden die Begriffe Ernährung, Bewegung, das soziale Umfeld von ILC als Teil von Gesundheit genannt (Z. 10-11).

### **Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen**

#### *Ernährung*

P4: ILC meint, dass die Kinder zu viel naschen (Z. 26-27).

P5: In der dritten Klasse findet vierzehntägig das Projekt „gesunde Ernährung“ statt (Z. 40-41).

P6: Nach der theoretischen Behandlung einer Nahrungsmittelgruppe wird mit dem Lebensmittel gekocht (Z. 42-44).

P7: Die Kinder bringen ihre selbst gepackte, gesunde Jause mit und kochen Rezepte Zuhause nach (Z. 86-91).

#### *Bewegung*

P8: ILC meint, dass sich die Kinder ungenügend in der Freizeit bewegen (Z. 26-27).

P9: Das Zentrum für Sportwissenschaft und Universitätssport Wien führt ein Projekt zur Bewegungsförderung durch (Z. 46-47).

P10: Im Stundenplan sind drei Bewegung- und Sportstunden vorgesehen (Z. 52).

## **Soziales Umfeld**

### *SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung*

- P11: Das Verhältnis zu den Kindern wird von ILC als kollegial bezeichnet (Z. 75).
- P12: Das Verhältnis zu den Eltern wird von ILC ebenfalls als kollegial bezeichnet (Z. 77).
- P13: Eine gute SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung erleichtert die Arbeit der Lehrerinnen (Z. 79-80).
- P14: In Gesprächen sind die Eltern generell interessiert an gesundheitsfördernden Projekten, jedoch sieht die Umsetzung oftmals anders aus, da ungesunde Getränke und Süßigkeiten als Jause eingepackt werden (Z. 84-86, 91-92).

### *Soziale Kompetenzen*

- P15: In Bezug auf die sozialen Kompetenzen werden die SchülerInnen positiv bestärkt, wenn sie etwas gut gemacht haben und Ermahnungen werden eher selten eingesetzt (Z. 127-131).

## **Lebensbedingungen**

### *Schulklima*

- P16: Höflichkeit zu einander und Hilfsbereitschaft will man an der Schule fördern, was auch als wichtig betrachtet wird (Z. 109-110, 133).
- P17: Das Schulklima wird von ILC als wichtig und förderlich für ein gesundes Leben gesehen (Z. 120-124).

### *Freiräume*

- P18: Hofpausen bieten den SchülerInnen Freiräume (Z. 113).

## **Umsetzung des Gesundheitsförderungsprojekts**

### *Unterrichtsinhalte, -praktiken und -methoden*

- P19: Die Verknüpfung von Lehrinhalten und gesundheitsfördernden Aspekten wird sowohl theoretisch als auch praktisch vorgenommen, wenn es sich ergibt (Z. 46-50, 61-63).
- P20: ILC glaubt, dass die Kinder ohnehin wissen, was gesund ist (Z. 66).

### *Stärken*

- P21: Eine Biobäuerin dient als Expertin im Bereich der Ernährung und Studierende des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport führen bewegungsorientierte

Einheiten durch, wie auch verschiedene Vereine Schnupperstunden mit den SchülerInnen abhalten (Z. 101-105).

P22: ILC sieht die Möglichkeit langfristig Projekte an der Schule durchzuführen als eine der Stärken des gesundheitsfördernden Projekts (Z. 145-149).

#### *Verbesserungsvorschläge*

P23: Die Zusammenarbeit mit Vereinen könnte weitere Verbesserungen bringen (Z. 152-153).

#### *Stellenwert des Gesundheitsförderungsprojekts*

P24: ILC denkt, dass Gesundheitsförderung einen wichtigen Stellenwert an der VS Bad Sauerbrunn hat (Z. 26, 33, 142).

### **6.4.4 Interview 4 – ILD**

#### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 21 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Klassenlehrerin

Alter: 45

ILD arbeitet seit acht Jahren an der Volksschule und ist Klassenlehrerin einer vierten Klasse. (Z. 2-4). Gesundheit bedeutet für ILD sich wohl zu fühlen, ausgeglichen zu sein und die Harmonie zwischen Körper, Geist und Seele (Z. 6-7). Themen der Gesundheit wären die gesunde Ernährung, Bewegung, Zeit für sich selbst, positive Lebenseinstellung, Eigenmotivation, Prioritäten setzen und Abstand nehmen von Überforderung (Z. 9-12). Das Interesse an der richtigen Ernährung wurde durch die Geburt des ersten Kindes geweckt und seither hat ILD Vorträge und Seminare zu verschiedenen Themen besucht (Z. 13-20). ILD hatte aufgrund des eigenen Interesses am Thema Gesundheit, ein gutes Gefühl vor Beginn des Projekts (Z. 23-25), das sich noch verstärkt hat (Z. 27).

ILD meint, dass Gesundheitsförderung einen sehr hohen Stellenwert hat, ein Unterrichtsprinzip an der Schule ist und in viele Fächer einfließt, was ganz gut funktioniert (Z. 29-30, 33-34, 213-214). Der Schwerpunkt des Schulprojekts ist auf die dritten Klassen mit dem Fach „Gesunde Ernährung“ gelegt, wo zuerst ein theoretischer Input gegeben

wird und danach praktisch erlebt wird (Z. 35-42). Das Jahr zuvor hatte ILD mit einer Kollegin dieses Fach unterrichtet, was nun von einer neuen Kollegin übernommen wurde (Z. 47-49). Hierbei werden auch immer ExpertInnen wie BiobäuerInnen involviert (Z. 149-156). Dieses wird auch neben den Studierenden des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport als Stärke des Gesundheitsförderungsprojekts genannt (Z. 217-223). In der zweiten Klasse gibt es den Schwerpunkt „Lebensraum und Wald“, indem der Wald als Erholungsgebiet und Rückzugsmöglichkeit gesehen wird. Auch wenn dieses Thema nicht vorrangig von ILD als Teil der Gesundheitsförderung gesehen wird, kann ILD dennoch mögliche Verbindungen zur Bewegung im Freien und der Natur ziehen, die förderlich sein könnten (Z. 49-58).

ILD nennt die richtige Ernährung als ein Thema der gesundheitsfördernden Einheiten (Z. 62). Dabei verstärkt ILD positives Verhalten durch Lob, belehrt jedoch nicht bei falschem Essverhalten (Z. 62-72). ILD bezieht Gesundheit immer wieder zwischendurch in den Unterricht ein, wobei ILD auch Themen wie alternative Energien als Teil von Gesundheit sieht (Z. 74-79). „Gesunde Ernährung“ ist vierzehntägig für eine Doppelstunde und Projekte werden immer wieder zwischendurch mit Ausflügen oder ähnlichem durchgeführt (Z. 81-84, 220-222). Eine zusätzliche Bewegungsstunde wird am Dienstagnachmittag angeboten (Z. 126-129).

Methodisch gesehen, werden verschiedene Methoden, wie Frontalunterricht, Gruppenarbeiten usw. angewendet, wobei oftmals auf das Vorwissen der Kinder aufgebaut wird (Z. 89-96). In den Bewegungseinheiten werden oftmals Spiele ohne Sieger oder Verlierer gespielt, wobei keine außergewöhnlichen Materialien verwendet werden (Z. 99-103).

ILD beschreibt das Verhältnis zu den Kindern als freundschaftlich und zu den Eltern als okay, in dieser Beziehung sollen Themen offen an- und ausgesprochen werden können (Z. 105-111). Die SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung bezeichnet ILD jedoch als sehr wichtig und unterstreicht die Wichtigkeit von einem Miteinander (Z. 113-122). Generell haben die Eltern eine positive Einstellung zur Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn und engagieren sich beispielsweise bei der gesunden Jause (Z. 126-132).

ILD meint, dass es den Kindern nicht ganz bewusst ist, worum es in gesundheitsfördernden Einheiten geht, auch wenn sie von diesen durch die Möglichkeiten des selbstständigen Arbeitens und des Kreativ-Seins begeistert sind (Z. 135-136, 140-147), wobei das Wissen um gesunde Ernährung und Bewegung im Freien sicherlich vorrangig ist (Z. 137-138, 221-222).

Gegenseitige Akzeptanz, Wertschätzung, Höflichkeit und eine funktionierende Gemeinschaft sind Aspekte der Verhaltensregeln, die ILD sehr wichtig sind (Z. 160-167,

197-202). Die Kinder können bei Schönwetter in den großen Pausen den Garten als Freiraum nutzen, um beispielsweise Fußball zu spielen oder an den Geräten zu turnen (Z. 170-173, 221-223). Es wird versucht eine positive Lebenseinstellung zu vermitteln, was durch das gute Schulklima unterstützt wird und die SchülerInnen auf ihr weiteres Leben vorbereiten soll (Z. 176-181).

Selbstständigkeit und die Steigerung des Selbstwertgefühls werden vermehrt gefördert und die Kinder werden positiv verstärkt, wenn sie etwas gut gemacht haben. Bei schlechten Resultaten werden vorsichtig Verbesserungsvorschläge gegeben (Z. 184-195). ILD legt auch Wert auf Teamtraining und integriert Übungen zu Kooperation in den Unterricht (Z. 204-211).

Als Verbesserungsvorschlag nennt ILD den Wunsch in den vierten Klassen mehr Freiheit zur Umsetzung von eigenen Schwerpunkten zu erhalten, da eine Vielzahl von Aktivitäten oft zum Organisationsproblem wird (Z. 226-233). ILD meint, dass die Schwerpunkte Ernährung und Bewegung gut abgedeckt werden (Z. 241-242), wobei es sicherlich noch gute Verbesserungsvorschläge geben kann (Z. 243-249).

Protokollsätze

### **Ausbildung**

#### *Schulische Bildung*

P1: ILD hat keine Ausbildung im Gesundheitsbereich (Z. 18)

#### *Medien und Literatur*

P2: ILD hat Vorträge und Seminare zu verschiedenen Gesundheitsthemen besucht (Z. 18-20).

#### *Gesundheitsbegriff*

P3: Gesundheit bedeutet für ILD sich wohl zu fühlen, ausgeglichen zu sein und die Harmonie zwischen Körper, Geist und Seele (Z. 6-7).

P4: Themen der Gesundheit wären die gesunde Ernährung, Bewegung, Zeit für sich selbst, positive Lebenseinstellung, Eigenmotivation, Prioritäten setzen und Abstand nehmen von Überforderung (Z. 9-12).

### **Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen**

#### *Ernährung*

P5: Der Schwerpunkt des Schulprojekts ist auf die dritten Klassen mit dem Fach „Gesunde Ernährung“ gelegt (Z. 35-42).

## Auswertung

---

- P6: ILD nennt die richtige Ernährung als ein Thema der gesundheitsfördernden Einheiten (Z. 62).
- P7: Dabei verstärkt ILD positives Essverhalten durch Lob, belehrt jedoch nicht bei falschem Essverhalten (Z. 62-72).
- P8: „Gesunde Ernährung“ ist vierzehntägig für eine Doppelstunde und Projekte werden immer wieder zwischendurch mit Ausflügen durchgeführt (Z. 81-84,220-222).

### *Bewegung*

- P9: Eine zusätzliche Bewegungsstunde wird am Dienstagnachmittag angeboten (Z. 126-129).
- P10: In den Bewegungseinheiten werden oftmals Spiele ohne Sieger oder Verlierer gespielt (Z. 99-100).

## **Soziales Umfeld**

### *SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung*

- P11: ILD beschreibt das Verhältnis zu den Kindern als „freundschaftlich“ (Z. 105-108).
- P12: ILD beschreibt das Verhältnis zu den Eltern als „okay“ (Z. 110-111).
- P13: Die SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung bezeichnet ILD jedoch als sehr wichtig und unterstreicht die Wichtigkeit von einem Miteinander (Z. 113-122).
- P14: Generell haben die Eltern eine positive Einstellung zur Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn und engagieren sich beispielsweise bei der gesunden Jause (Z. 126-132).

### *Soziale Kompetenzen*

- P15: Selbstständigkeit und die Steigerung des Selbstwertgefühls werden vermehrt gefördert und die Kinder werden positiv verstärkt, wenn sie etwas gut gemacht haben (Z. 184-192).
- P16: ILD legt auch Wert auf Teamtraining und integriert Übungen zu Kooperation in den Unterricht (Z. 204-211).

## **Lebensbedingungen**

### *Schulklima*

- P17: Gegenseitige Akzeptanz, Wertschätzung, Höflichkeit und eine funktionierende Gemeinschaft sind Aspekte der Verhaltensregeln, die ILD sehr wichtig sind (Z. 160-167, 197-202).

P18: Es wird versucht eine positive Lebenseinstellung zu vermitteln, was durch das gute Schulklima unterstützt wird und die SchülerInnen auf ihr weiteres Leben vorbereiten soll (Z. 176-181).

### *Freiräume*

P19: Die Kinder können bei Schönwetter in den großen Pausen den Garten als Freiraum nutzen, um beispielsweise Fußball zu spielen oder an den Geräten zu turnen (Z. 170-173, 221-223).

## **Umsetzung des Gesundheitsförderungsprojekts**

### *Unterrichtsinhalte, -praktiken und -methoden*

P20: Zuerst wird ein theoretischer Input gegeben und danach wird praktisch erlebt (Z. 35-42).

P21: ILD bezieht Gesundheit immer wieder zwischendurch in den Unterricht ein, wobei ILD auch Themen wie alternative Energien als Teil von Gesundheit sieht (Z. 74-79).

P22: Methodisch gesehen, werden verschiedene Methoden, wie Frontalunterricht, Gruppenarbeiten usw. angewendet, wobei oftmals auf das Vorwissen der Kinder aufgebaut wird (Z. 89-96).

P23: ILD meint, dass es den Kindern nicht ganz bewusst ist, worum es in gesundheitsfördernden Einheiten geht, auch wenn sie von diesen durch die Möglichkeiten des selbstständigen Arbeitens und des Kreativ-Seins begeistert sind (Z. 135-136, 140-147).

### *Stärken*

P24: Es werden immer wieder ExpertInnen wie BiobäuerInnen involviert (Z. 149-156).

P25: Die Studierenden des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport werden als Stärke des Gesundheitsförderungsprojekts genannt (Z. 217-223).

### *Verbesserungsvorschläge*

P26: Als Verbesserungsvorschlag nennt ILD den Wunsch in den vierten Klassen mehr Freiheit zur Umsetzung von eigenen Schwerpunkten zu erhalten, da eine Vielzahl von Aktivitäten oft zum Organisationsproblem wird (Z. 226-233).

### *Stellenwert des Gesundheitsförderungsprojekts*

P27: ILD meint, dass Gesundheitsförderung einen sehr hohen Stellenwert hat, ein Unterrichtsprinzip an der Schule ist und in viele Fächer einfließt, was ganz gut funktioniert (Z. 29-30, 33-34, 213-214).

#### **6.4.5 Interview 5 – ILE**

##### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 11 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Volksschullehrerin

Alter: 45

ILE arbeitet nun seit 16 Jahren als Volksschullehrerin an der VS Bad Sauerbrunn und unterrichtet derzeit eine zweite Klasse (Z. 4,6,8). Gesundheit bedeutet für ILE sich wohl zu fühlen (Z. 10) und nennt Sport und Ernährung als die beiden Hauptkomponenten von Gesundheit (Z. 12). ILE hat sich das Wissen über Gesundheitsförderung hauptsächlich aus den Medien und auch aus der Literatur angeeignet (Z. 14), da ILE keine Ausbildung auf dem Gebiet hat (Z. 16). Zu Beginn des Projekts war ILE ungenügend vorbereitet für die Thematik, da jedoch das Interesse gegeben war, hat ILE nun viel hinzugelernt und wurde dadurch noch interessierter an der Thematik (Z. 19-20, 22-24).

Die Lehrerinnen und vor allem die Direktorin sind sehr an der Thematik interessiert, wodurch Gesundheitsförderung einen sehr hohen Stellenwert an der Schule hat (Z. 26-28). Aber auch persönlich hat ILE eine sehr positive Einstellung zum Thema, da die Defizite bei den Kindern schon klar zu erkennen sind und ILE meint, dass hier rechtzeitig agiert werden muss (Z. 31-34, 120-121).

ILE assoziiert die Themen Körper, Körperbewusstsein, Körperteile, Ernährung und Sport mit dem Begriff gesundheitsfördernde Einheiten (Z. 41-42). Aus diesem Grund werden Ernährung und Bewegung als die beiden Schwerpunkte von ILE gesetzt (Z. 53). Normalerweise werden wöchentlich ein bis zwei Einheiten abgehalten und ein gesundes Frühstück wird einmal pro Woche von den Eltern organisiert (Z. 37-39, 44, 46). Die SchülerInnen erlernen Gesundheitsförderung durch eigenes Handeln (Z. 49-50), wobei alltägliche Materialien verwendet werden (Z. 56-57).

Das Verhältnis zwischen den Kindern und der Lehrperson wird als sehr gut beschrieben und auch mit den Eltern passt es (Z. 60, 62-63). Dieses SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Verhältnis ist ILE sehr wichtig, da Zusammenarbeit die besten Resultate hervorbringt (Z. 65-66). Auch die Eltern haben eine sehr positive Einstellung gegenüber dem Gesundheitsförderungsprojekt und engagieren sich gerne dabei, wobei es eine einzige Ausnahme gibt (Z. 70-73).

Die Kinder sind sehr interessiert und nehmen gerne an diesen Einheiten teil (Z. 76), vor allem wenn die Sportstudierenden neue Inhalte vorstellen oder wenn gemeinsam gefrühstückt wird (Z. 78-80). ILE nennt die Studierenden des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport als die involvierten ExpertInnen (Z. 82).

Zu den Verhaltensregeln zählt ILE Freundlichkeit, Höflichkeit, Rücksichtnahme, Toleranz und Zusammenhelfen, welche ILE sehr wichtig sind (Z. 88-90, 111). Alles in allem empfindet ILE das Schulklima der VS Bad Sauerbrunn als wichtig und förderlich für ein gesundes Leben von allen, SchülerInnen und Lehrpersonal (Z. 99, 101-102). Darüber hinaus haben die SchülerInnen auch einige Möglichkeiten Freiräume wahrzunehmen, wie die (Hof-) Pausen und freiere Unterrichtsformen wie offenes Lernen, die zwar Vorgaben haben, jedoch Möglichkeiten zur freien Entfaltung bieten (Z. 93-96). Hier können auch das Selbstwertgefühl gesteigert und die Selbstständigkeit gefördert werden, da die Kinder eigenständig arbeiten und kreativ sein können (Z. 114-115). Ein Betreuungslehrer unterstützt ebenfalls das Erlernen von sozialen Kompetenzen (Z. 105-109), was auch durch ILE mit Hilfe von Partnerübungen und Gruppenarbeiten gefördert wird (Z. 117-118). ILE sieht bezüglich der Stärken des Projekts, dass der Schwerpunkt auf den Bewegungsaspekt gelegt wurde und dass den Kindern ihr Verhalten bewusst gemacht wird (Z. 124-126) und würde als Verbesserungsvorschlag sagen, dass vermehrt Augenmerk auf die Bewegung der Kinder und die Ernährung gelegt werden müsste (Z. 137-139). ILE geht beim Begriff Gesundheitsförderung vor allem von Bewegungsförderung und richtiger Ernährung aus (Z. 138-140).

Protokollsätze

### **Ausbildung**

#### *Schulische Bildung*

P1: ILE hat keine Ausbildung auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung (Z. 16).

#### *Medien und Literatur*

P2: ILE hat sich das Wissen über Gesundheitsförderung hauptsächlich aus den Medien und auch aus der Literatur angeeignet (Z. 14).

### *Gesundheitsbegriff*

P3: Gesundheit bedeutet für ILE sich wohl zu fühlen (Z. 10) und nennt Sport und Ernährung als die beiden Hauptkomponenten von Gesundheit (Z. 12).

### **Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen**

#### *Ernährung*

P4: Normalerweise werden wöchentlich ein bis zwei Einheiten abgehalten und ein gesundes Frühstück wird einmal pro Woche von den Eltern organisiert (Z. 37-39, 44, 46).

P5: Die Kinder sind sehr interessiert und nehmen gerne an diesen Einheiten teil (Z. 76), vor allem wenn gemeinsam gefrühstückt wird (Z. 78-80).

#### *Bewegung*

P6: Die Defizite bei den Kindern schon klar zu erkennen sind und ILE meint, dass hier rechtzeitig agiert werden muss (Z. 31-34, 120-121).

P7: Die Kinder sind sehr interessiert und nehmen gerne an diesen Einheiten teil (Z. 76), vor allem wenn die Sportstudierenden neue Inhalte vorstellen (Z. 78-80).

### **Soziales Umfeld**

#### *SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung*

P8: Das Verhältnis zwischen den Kindern und der Lehrperson wird als sehr gut beschrieben (Z. 60).

P9: Das Verhältnis zwischen den Eltern und der Lehrperson wird so beschrieben, dass es passt (Z. 62-63).

P10: Dieses SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Verhältnis ist ILE sehr wichtig, da Zusammenarbeit die besten Resultate hervorbringt (Z. 65-66).

P11: Auch die Eltern haben eine sehr positive Einstellung gegenüber dem Gesundheitsförderungsprojekt und engagieren sich gerne dabei, wobei es eine einzige Ausnahme gibt (Z. 70-73).

#### *Soziale Kompetenzen*

P12: Das Selbstwertgefühl wird gesteigert und die Selbstständigkeit wird gefördert, indem die Kinder eigenständig arbeiten und kreativ sein können (Z. 114-115).

P13: Ein Betreuungslehrer unterstützt ebenfalls das Erlernen von sozialen Kompetenzen (Z. 105-109).

## **Lebensbedingungen**

### *Schulklima*

P14: Alles in allem empfindet ILE das Schulklima der VS Bad Sauerbrunn als wichtig und förderlich für ein gesundes Leben von allen, SchülerInnen und Lehrpersonal (Z. 99, 101-102).

### *Freiräume*

P15: Die SchülerInnen haben auch einige Möglichkeiten Freiräume wahrzunehmen, wie die (Hof-)Pausen und freiere Unterrichtsformen wie offenes Lernen, die zwar Vorgaben haben, jedoch Möglichkeiten zur freien Entfaltung bieten (Z. 93-96).

## **Umsetzung des Gesundheitsförderungsprojekts**

### *Unterrichtsinhalte, -praktiken und -methoden*

P16: Die SchülerInnen erlernen Gesundheitsförderung durch eigenes Handeln (Z. 49-50), wobei alltägliche Materialien verwendet werden (Z. 56-57).

### *Stärken*

P17: ILE nennt die Studierenden des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport als die involvierten Experten (Z. 82).

P18: ILE sieht bezüglich der Stärken des Projekts, dass der Schwerpunkt auf den Bewegungsaspekt gelegt wurde und dass den Kindern ihr Verhalten bewusst gemacht wird (Z. 124-126).

### *Verbesserungsvorschläge*

P19: ILE würde als Verbesserungsvorschlag nennen, dass vermehrt Augenmerk auf die Bewegung der Kinder und die Ernährung gelegt werden müsste (Z. 137-139).

### *Stellenwert des Gesundheitsförderungsprojekts*

P20: Die Lehrerinnen und vor allem die Direktorin sind sehr an der Thematik interessiert, wodurch Gesundheitsförderung einen sehr hohen Stellenwert an der Schule hat (Z. 26-28).

#### 6.4.6 Interview 6 – ILF

##### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 16 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Volksschuloberlehrerin

Alter: 45

ILF arbeitet seit etwa 13 oder 14 Jahren an der VS Bad Sauerbrunn und ist aufgrund der Dienstjahre Volksschuloberlehrerin in einer ersten Klasse (Z. 4-10). Gesundheit ist für ILF sehr wichtig, da man gesund sein muss um den Lebensalltag zu bewältigen (Z. 12-17). ILF nennt gesunde Ernährung, Bewegung und ausreichend Schlaf als Komponenten von Gesundheit (Z. 19-25). Der Ausgleich zum Berufsleben ist für ILF sehr wichtig, um gesund zu bleiben (Z. 25-31). ILF interessiert sich persönlich für Ernährung und Sport und nutzt die Medien und Sachbücher als Informationsquelle, da ILF keine Ausbildung auf dem Gebiet abgeschlossen hat (Z. 33-39). Dennoch hatte ILF ein gutes Gefühl als das Projekt an der Schule gestartet wurde, was auch nun noch so ist (Z. 42, 44).

Gesundheitsförderung hat einen großen Stellenwert sowohl an der Schule als auch für ILF persönlich (Z. 49, 55), wobei das Projekt gut funktioniert, findet ILF (Z. 191-193). Durch das Involvieren des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport werden immer wieder neue Impulse gesetzt und altes Wissen aufgefrischt, was an der Schule geschätzt wird (Z. 44-45, 47, 49-52, 135-137, 193-195). Darüber hinaus können die Kinder bei einer Biobäuerin praktische Erfahrungen sammeln (Z. 137-139).

ILF, persönlich, unterrichtet keine eigenen gesundheitsfördernden Einheiten, wobei ILF dennoch die Thematik in Form von gesunden oder ungesunden „Überraschungen“ anspricht. So teilt ILF öfters kleine Süßigkeiten oder gesunde Snacks aus, wenn es zum Thema passt (Z. 58-65). Im Bereich der Ernährung wird beispielsweise das Thema gesundes Trinken oder Jause besprochen, aber auch Auflockerungs-, Entspannungs- und Bewegungsübungen werden zwischendurch angeregt (Z. 45-46, 67-74).

Die SchülerInnen können durch gemeinsames Erleben, Informationsinput und praktischen Anwendungen etwas über Gesundheit erlernen, wobei gerade noch im Sachunterricht Materialien und Arbeitsblätter ausgeteilt werden (Z. 77-79). Weitere Unterrichtsmaterialien werden von den Studierenden angeboten (Z. 87-88). Schwerpunkte in der

Gesundheitsförderung von ILF sind vor allem die Ernährung, Bewegung, aber auch das „Tanken“ von Frischluft (Z. 82-85, 46).

ILF beschreibt die Beziehung zu den Kindern so, dass ILF freundschaftlich mit den Kindern agiert und Konflikte schlichtet (Z. 92-97). Mit den Eltern besteht derzeit nur wenig Kontakt, da die SchülerInnen erst seit kurzem die Schule besuchen, aber ansonsten war dieser wenige Kontakt freundlich und problemlos (Z. 99-103). Die SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung ist aber dennoch sehr wichtig für ILF (Z. 105-111). Die Eltern haben sehr unterschiedliche Einstellungen zum Thema Gesundheitsförderung, wobei ILF meint, dass sich dennoch alle Eltern bemühen das Beste für ihr Kind zu geben (Z. 115-121).

ILF glaubt, dass die Kinder neugieriger sind und es interessanter finden, wenn alle gemeinsam etwas Neues ausprobieren und dabei ihre eigenen Erfahrungen sammeln können. So sind neue Erfahrungen und Möglichkeiten zum selbst Ausprobieren generell sehr attraktiv für die SchülerInnen und werden positiv angenommen (Z. 124-128, 130-133).

Die VS Bad Sauerbrunn bietet ein Schulklima, bei dem alle versuchen gut miteinander auszukommen und dies auch eigentlich gut schaffen, was dadurch auch förderlich für ein gesundes Leben sein kann (Z. 142-149, 160). Freiräume finden die SchülerInnen vor allem in den Pausen, die wetterbedingt dafür genutzt werden, dass sich die Kinder frei bewegen können. Ansonsten können Kinder, die mit ihren Aufgaben früher fertig werden auch immer noch „Ecken“ für sich nutzen (Z. 152-157). ILF empfindet das Schulklima sehr wichtig für die Gesundheit der Kinder (Z. 162-165), genauso wie die Umsetzung von Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht an der Schule (Z. 176-179).

In den ersten Klassen wird spielerisch versucht die sozialen Kompetenzen zu stärken. ILF wird dabei durch einen externen Lehrer unterstützt, wobei die behandelten Themen jeweils von der Klasse abhängen (Z. 169-174). Weiters werden die SchülerInnen von ILF oftmals auf ihre Eigenverantwortlichkeit und ihre Selbstständigkeit hingewiesen und darin bestärkt (Z. 180-183). Da ILF eine Einschulungshilfe und eine Integrationslehrerin mit sich in der Klasse hat, bietet es sich an immer wieder in Kleingruppen zu arbeiten (Z. 185-189).

ILF hat Schwierigkeiten die Stärken des Projekts zu definieren (Z. 198-201), wobei ILF auch keine Verbesserungsvorschläge nennen würde (Z. 204-206). Das konsequente Wiederholen und Einbringen von gesundheitsfördernden und gesunden Alltagsverhalten führt sicherlich laut ILF zu einer Verbesserung des Gesundheitsverständnisses (Z. 215-220).

Protokollsätze

**Ausbildung**

*Schulische Bildung*

P1: ILF hat keine Ausbildung auf dem Gebiet abgeschlossen (Z. 39).

*Medien und Literatur*

P2: ILF interessiert sich persönlich für Ernährung und Sport und nutzt die Medien und Sachbücher als Informationsquelle (Z. 33-37).

*Gesundheitsbegriff*

P3: ILF nennt gesunde Ernährung, Bewegung und ausreichend Schlaf als Komponenten von Gesundheit (Z. 19-25).

P4: Gesundheit ist für ILF sehr wichtig, da man gesund sein muss um den Lebensalltag zu bewältigen (Z. 12-17).

**Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen**

*Ernährung*

P5: ILF teilt öfters kleine Süßigkeiten oder gesunde Snacks aus, wenn es zum Thema passt (Z. 58-65).

P6: Im Bereich der Ernährung wird beispielsweise das Thema gesundes Trinken oder Jause besprochen (Z. 45-46, 67-72).

*Bewegung*

P7: Auflockerungs-, Entspannungs- und Bewegungsübungen werden zwischendurch angeregt (Z. 72-74).

**Soziales Umfeld**

*SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung*

P8: ILF beschreibt die Beziehung zu den Kindern so, dass ILF freundschaftlich mit den Kindern agiert und Konflikte schlichtet (Z. 92-97).

P9: Mit den Eltern besteht derzeit nur wenig Kontakt, da die SchülerInnen erst seit kurzem die Schule besuchen, aber ansonsten war dieser wenige Kontakt freundlich und problemlos (Z. 99-103).

P10: Die SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung ist sehr wichtig für ILF (Z. 105-111).

### *Soziale Kompetenzen*

- P11: In den ersten Klassen wird spielerisch versucht die sozialen Kompetenzen zu stärken, wobei ILF durch einen externen Lehrer unterstützt wird und die behandelten Themen jeweils von der Klasse abhängen (Z. 169-174).
- P12: Die SchülerInnen werden von ILF oftmals auf ihre Eigenverantwortlichkeit und ihre Selbstständigkeit hingewiesen und darin bestärkt (Z. 180-183).

### **Lebensbedingungen**

#### *Schulklima*

- P13: Die VS Bad Sauerbrunn bietet ein Schulklima, in dem alle versuchen gut miteinander auszukommen und dies auch eigentlich gut schaffen, was dadurch förderlich für ein gesundes Leben sein kann (Z. 142-149, 160).
- P14: ILF empfindet das Schulklima sehr wichtig für die Gesundheit der Kinder (Z. 162-165)

#### *Freiräume*

- P15: Freiräume finden die SchülerInnen vor allem in den Pausen, die wetterbedingt dafür genutzt werden, dass sich die Kinder frei bewegen können. (Z. 152-157).

### **Umsetzung des Gesundheitsförderungsprojekts**

#### *Unterrichtsinhalte, -praktiken und -methoden*

- P16: ILF, persönlich, unterrichtet keine eigenen gesundheitsfördernden Einheiten (Z. 58-60).
- P17: Schwerpunkte in der Gesundheitsförderung von ILF sind vor allem die Ernährung, Bewegung, aber auch Frischluft „tanken“ (Z. 82-85, 46).
- P18: ILF glaubt, dass die Kinder neugieriger sind und es interessanter finden, wenn alle gemeinsam etwas Neues ausprobieren und dabei ihre eigenen Erfahrungen machen können (Z. 124-128, 130-133).

#### *Stärken*

- P19: Durch das Involvieren des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport werden immer wieder neue Impulse gesetzt und altes Wissen aufgefrischt, was an der Schule geschätzt wird (Z. 44-45, 47, 49-52, 135-137, 193-195).
- P20: Die Kinder können bei einer Biobäuerin praktische Erfahrungen sammeln (Z. 137-139).
- P21: ILF hat Schwierigkeiten die Stärken des Projekts zu definieren (Z. 198-201).

*Verbesserungsvorschläge*

P22: ILF würde keine Verbesserungsvorschläge nennen (Z. 204-206).

*Stellenwert des Gesundheitsförderungsprojekts*

P23: Gesundheitsförderung hat einen großen Stellenwert sowohl an der Schule als auch für ILF persönlich (Z. 49, 55).

#### **6.4.7 Interview 7 – ILG**

**Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 10 1/2 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Klassenlehrerin

Alter: 57

Seit sechs Jahren arbeitet ILG nun als Klassenlehrerin der zweiten Klasse an der VS Bad Sauerbrunn (Z. 4-8). Gesundheit bedeutet für ILG sich wohl zu fühlen und am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können (Z. 10) sowohl auf einer körperlichen als auch seelischen Ebene (Z. 14). ILG hat keine Ausbildung auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung, aber hat ein Grundwissen aus den Medien erworben (Z. 16-18). ILG hatte jedoch das Gefühl nicht vorbereitet zu sein für das gesundheitsfördernde Projekt, was sich jetzt ein wenig geändert hat und ILG kommt nun damit klar (Z. 21,23).

Gesundheitsförderung hat einen hohen Stellenwert an der Schule und die Beschäftigung mit den Themen Ernährung und Bewegung wird immer intensiver, was vor allen gut aufgenommen wird (Z. 25-26, 121). Persönlich gesehen empfindet ILG für sich den Stellenwert auch als ‚sehr wichtig‘ (Z. 29). Die Umsetzung sieht so aus, dass Eltern eine gesunde Jause einmal pro Woche anbieten, Studierende des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport etwa monatlich Bewegungseinheiten abhalten und Themen wie der Körper, die Körperpflege und die Zahnhygiene im Unterricht in Form von Projekten behandelt werden (Z. 32-36, 39-43, 87). Darüber hinaus unterstützt eine Biobäuerin im Bereich Ernährung und bietet Einblicke in die Erzeugung und Verarbeitung von Naturprodukten (Z. 87-89). Die Projekte dabei laufen zumeist über mehrere Wochen (Z. 46). Je nach Thema wird entschieden, ob frontal unterrichtet wird oder die Kinder praktisch erleben und arbeiten können (Z. 50-52), wobei alltägliche Materialien verwendet

werden (Z. 60). ILG bezeichnet Bewegung als zentralen Aspekt und achtet darauf, dass die Kinder die Möglichkeit haben sich frei zu bewegen (Z. 55-58).

ILG hat eine gute Beziehung zu den SchülerInnen, wobei ILG wenig Kontakt mit den Eltern hat (Z. 64, 66-68) und nicht möchte, dass hinter dem Rücken geredet wird (Z. 71-72). Aus diesem Grund ist ILG die SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung sehr wichtig. Die Eltern unterstützen das Gesundheitsprojekt, da sie es als positiv für ihre Kinder sehen (Z. 76-77).

Die Kinder sind von den Sporteinheiten begeistert und auch an den Ernährungseinheiten nehmen sie gerne teil (Z. 80-81, 83-85).

Rücksichtnahme und gegenseitiger Respekt genauso wie Toleranz und Höflichkeit sind Grundvoraussetzungen für ein funktionierendes Schulklima, das förderlich für ein gesundes Leben sein soll (Z. 92-93, 100, 110-111). ILG kennt auch andere Schulen, in denen sich die SchülerInnen weniger frei bewegen können. Die VS Bad Sauerbrunn bietet den Kindern jedoch einige Freiräume wie die Hofpause oder Turnstunden im Garten, die ihnen sehr gut tun (Z. 96-97, 102-104).

Es werden auch die sozialen Kompetenzen gefördert. Ein Sozialprojekt soll die Selbstständigkeit der SchülerInnen fördern und ihr Selbstwertgefühl steigern, was vor allem durch Anerkennung und selbstständiges Arbeiten der SchülerInnen erfolgt (Z. 108-109, 114-115). In Bezug auf Teamtraining wird vor allem in Paaren gearbeitet um diese Fähigkeit zu schulen (Z. 118).

ILG sieht die Tatsache, dass sehr viele Menschen gemeinsam an einem Strang ziehen um ein Ziel zu erreichen als die Stärke dieses Schulprojekts (Z. 124) und hat keine Verbesserungsvorschläge (Z. 127). ILG meint, dass durch das Projekt vermittelt wird, dass Gesundheitsförderung wichtig für das ganze Leben ist. Weiters glaubt ILG, dass das den Kindern auch bewusst ist (Z. 134-135).

Protokollsätze

### **Ausbildung**

#### *Schulische Bildung*

P1: ILG hat keine Ausbildung auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung (Z. 16).

#### *Medien und Literatur*

P2: ILG hat ein Grundwissen über Gesundheit aus den Medien erworben (Z. 18).

### *Gesundheitsbegriff*

P3: Gesundheit bedeutet für ILG sich wohl zu fühlen und am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können (Z. 10) sowohl auf einer körperlichen als auch seelischen Ebene (Z. 14).

## **Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen**

### *Ernährung*

P4: Eine Biobäuerin unterstützt im Bereich Ernährung und bietet Einblicke in die Erzeugung und Verarbeitung von Naturprodukten (Z. 87-89).

P5: Die [Ernährungs]projekte laufen zumeist über mehrere Wochen (Z. 46).

P6: Die Kinder nehmen gerne an den Ernährungseinheiten teil (Z: 83-85).

### *Bewegung*

P7: ILG bezeichnet Bewegung als zentralen Aspekt des Projekts und achtet darauf, dass die Kinder die Möglichkeit haben sich frei zu bewegen (Z. 55-58).

P8: Die Kinder sind von den Sporteinheiten begeistert (Z: 80-81).

## **Soziales Umfeld**

### *SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung*

P9: ILG hat eine gute Beziehung zu den SchülerInnen (Z. 64).

P10: ILG hat wenig Kontakt mit den Eltern (Z. 66-68).

P11: ILG ist die SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung sehr wichtig.

P12: Die Eltern unterstützen das Gesundheitsprojekt, da sie es positiv für ihre Kinder sehen (Z. 76-77).

### *Soziale Kompetenzen*

P13: Es werden auch die sozialen Kompetenzen gefördert (Z. 108).

P14: Ein Sozialprojekt soll die Selbstständigkeit der SchülerInnen fördern und ihr Selbstwertgefühl steigern, was vor allem durch Anerkennung und selbstständiges Arbeiten der SchülerInnen erfolgt (Z. 108-109, 114-115).

## **Lebensbedingungen**

### *Schulklima*

P15: Rücksichtnahme und gegenseitiger Respekt genauso wie Toleranz und Höflichkeit sind Grundvoraussetzungen für ein funktionierendes Schulklima, das förderlich für ein gesundes Leben sein soll (Z. 92-93, 100, 110-111).

*Freiräume*

P16: Die VS Bad Sauerbrunn bietet den Kindern jedoch einige Freiräume wie die Hofpause oder Turnstunden im Garten, die ihnen laut ILG sehr gut tun (Z. 96-97, 102-104).

**Umsetzung des Gesundheitsförderungsprojekts**

*Unterrichtsinhalte, -praktiken und -methoden*

P17: Die Umsetzung sieht so aus, dass Eltern eine gesunde Jause einmal pro Woche anbieten, Studierende des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport etwa monatlich Bewegungseinheiten abhalten und Themen wie der Körper, die Körperpflege und die Zahnhygiene im Unterricht in Form von Projekten behandelt werden (Z. 32-36, 39-43, 87).

P18: Je nach Thema wird entschieden, ob frontal unterrichtet wird oder die Kinder praktisch erleben und arbeiten können (Z. 50-52), wobei alltägliche Materialien verwendet werden (Z. 60).

*Stärken*

P19: ILG sieht die Tatsache, dass sehr viele Menschen gemeinsam an einem Strang ziehen um ein Ziel zu erreichen als die Stärke dieses Schulprojekts (Z. 124)

*Verbesserungsvorschläge*

P20: ILG hat keine Verbesserungsvorschläge (Z. 127).

*Stellenwert des Gesundheitsförderungsprojekts*

P21: Gesundheitsförderung hat einen hohen Stellenwert an der Schule und die Beschäftigung mit den Themen Ernährung und Bewegung wird immer intensiver, was vor allen gut aufgenommen wird (Z. 25-26, 121).

#### 6.4.8 Interview 8 – IEM

##### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 25.05.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 12 1/2 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Eingliederungshilfe

Alter: 28

IEM arbeitet als Eingliederungshilfe im Schulbereich (Z. 4). IEM hat ein Kind in der zweiten Klasse der VS Bad Sauerbrunn (Z. 6, 8). Gesundheit bedeutet für IEM Wohlbefinden und natürliche, biologische Produkte zu bevorzugen (Z. 10) und nennt Ernährung, Körperpflege und Bewegung als zentrale Aspekte von Gesundheit (Z. 16). Weiters unterstreicht IEM die Wichtigkeit gesund zu sein, da im Falle von Krankheit alle Lebensbereiche darunter leiden (Z. 11-14). Das Wissen um Gesundheitsförderung hat IEM von verschiedenen Quellen wie Gelesenes oder Tipps von der Großmutter (Z. 18-19).

IEM hatte ein gutes Gefühl als das Projekt gestartet wurde, da IEM für neue Projekte offen ist und sehr interessiert war, was sich bis jetzt nicht geändert hat (Z. 22-23, 25).

Gesundheitsförderung hat einen sehr hohen Stellenwert an der VS Bad Sauerbrunn (Z. 26-27), aber auch aus Elternsicht (Z. 34, 121-122). Den Kindern werden praktische Ernährungsratschläge gegeben, was einige zum Mitmachen animiert (Z. 28-32). Als Elternteil organisiert IEM manchmal die gesunde Jause und vermeidet Säfte oder Sodas (Z. 36-37).

IEM weiß nicht genau, wie Gesundheitsförderung in der Klasse des Kindes aussieht und kennt nur die allgemeinen Richtlinien (Z. 39). Diese wären beispielsweise keine süßen Getränke oder Süßigkeiten mitzugeben (Z. 27-31, 41-42). IEM glaubt, dass Zähneputzen, Körperpflege und gesunde Ernährung, die Themen sind, die im Unterricht behandelt werden (Z. 44-45). IEM weiß nicht welche Methoden und Konzepte angewendet werden (Z. 46-47). IEMs Kind erzählt verschiedene, kleinere Ausschnitte aus dem Unterricht wie beispielsweise, dass man sich die Hände waschen soll (Z. 52).

IEM findet eine gute SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung als sehr wichtig und beschreibt das Verhältnis zwischen Eltern und LehrerInnen als gut (Z. 54, 56). Auch die Vorbildwirkung der LehrerInnen darf nicht vergessen werden (Z. 76-77). Da LehrerInnen Kinder anders wahrnehmen, ist ein Austausch sicherlich sehr wichtig und interessant (Z.

58-61). Die Eltern helfen auch bei den Projekten mit (Z. 64). IEM kritisiert die Tatsache, dass es sehr viel Staub in der Schule gibt und einige allergische Kinder damit Probleme haben (Z. 67-70). IEM bezeichnet die Unternehmungen, die hinsichtlich Gesundheitsförderung gemacht werden, als „top“ (Z. 70-72).

Auch die Förderung der sozialen Kompetenzen ist IEM sehr wichtig (Z. 80). Am wichtigsten sieht IEM den gegenseitigen Respekt, denn dann kommen Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht von selbst (Z. 82-84). IEM glaubt, dass Aktionen zur Steigerung des Selbstwertgefühls und zur Förderung der Selbstständigkeit gesetzt werden (Z. 85-87). So werden die Kinder auch sehr gelobt und gefördert, wenn sich diese bemühen, auch wenn manche Kinder Schwierigkeiten mit einigen Dingen haben (Z. 89-96). IEM weiß nicht, ob Teamtraining betrieben wird (Z. 99).

Da IEM bereits vor dem Projekt darauf geachtet hat gesund zu leben, hat das Projekt nicht viel verändert, auch wenn man für neue Tipps dankbar ist (Z. 102-103), aber das Projekt hatte keine Auswirkungen auf das Familienleben (Z. 105). Dennoch bringt sich das Kind immer wieder mit verschiedenen Dingen in Bezug auf Gesundheitsförderung ein (Z. 108). So kann man durch kreatives Anrichten des Essens das Essverhalten der Kinder ändern (Z. 110-116).

Spontan gefragt kann IEM keine Verbesserungsvorschläge für das Gesundheitsförderungsprojekt nennen (Z. 119). Die größte Stärke führt IEM als die Zusammenarbeit des Teams vor allem der Lehrerinnen, die alle dieselbe Richtung vertreten (Z. 125-127).

### Protokollsätze

#### **Ausbildung**

##### *Medien und Literatur*

P1: Wissen um Gesundheitsförderung hat IEM von verschiedenen Quellen wie Literatur oder Tipps von der Großmutter (Z. 18-19).

##### *Gesundheitsbegriff*

P2: Gesundheit bedeutet für IEM Wohlbefinden und natürliche, biologische Produkte zu bevorzugen (Z. 10) und nennt Ernährung, Körperpflege und Bewegung als zentrale Aspekte von Gesundheit (Z. 16).

P3: IEM unterstreicht die Wichtigkeit gesund zu sein, da im Falle von Krankheit alle Lebensbereiche darunter leiden (Z. 11-14).

## **Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen**

### *Ernährung*

- P4: Als Elternteil organisiert IEM manchmal die gesunde Jause und vermeidet Säfte oder Sodas (Z. 36-37).
- P5: Eine Richtlinie ist es beispielsweise keine süßen Getränke oder Süßigkeiten in die Schule mitzugeben (Z. 27-31, 41-42).

## **Soziales Umfeld**

### *SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung*

- P6: IEM findet eine gute SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung als sehr wichtig und beschreibt das Verhältnis zwischen Eltern und LehrerInnen als gut (Z. 54, 56).
- P7: Die Eltern helfen auch bei den Projekten mit (Z. 64).

### *Soziale Kompetenzen*

- P8: IEM ist die Förderung der sozialen Kompetenzen sehr wichtig (Z. 80).
- P9: IEM glaubt, dass Aktionen zur Steigerung des Selbstwertgefühls und zur Förderung der Selbstständigkeit gesetzt werden (Z. 85-87).

## **Umsetzung des Gesundheitsförderungsprojekts**

### *Unterrichtsinhalte, -praktiken und -methoden*

- P10: IEM weiß nicht genau wie Gesundheitsförderung in der Klasse des Kindes aussieht und kennt nur die allgemeinen Richtlinien (Z. 39).
- P11: IEM glaubt, dass Zähneputzen, Körperpflege und gesunde Ernährung, die Themen sind, die im Unterricht behandelt werden (Z. 44-45).
- P12: IEM weiß nicht welche Methoden und Konzepte angewendet werden (Z. 46-47).
- P13: IEM bezeichnet die Unternehmungen, die hinsichtlich Gesundheitsförderung gemacht werden, als „top“ (Z. 70-72).
- P14: Da IEM bereits vor dem Projekt darauf geachtet hat gesund zu leben, hat das Projekt nicht viel verändert, auch wenn man für neue Tipps dankbar ist (Z. 102-103), aber das Projekt hatte keine Auswirkungen auf das Familienleben (Z. 105).

### *Verbesserungsvorschläge*

- P15: Spontan gefragt kann IEM keine Verbesserungsvorschläge für das Gesundheitsförderungsprojekt nennen (Z. 119).

### *Stellenwert des Gesundheitsförderungsprojekts*

- P16: Gesundheitsförderung hat einen sehr hohen Stellenwert an der VS Bad Sauerbrunn (Z. 26-27), genauso wie aus Elternsicht (Z. 34, 121-122).

#### 6.4.9 Interview 9 – IEN

##### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 25.05.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 8 1/2 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Hausfrau

Alter: 37

IENT hat zwei Kinder in der ersten und der dritten Klasse an der VS Bad Sauerbrunn und ist Hausfrau (Z. 4-8). Gesundheit bedeutet IEN sehr viel und IEN nennt Ernährung und Bewegung als Komponenten der Gesundheit (Z. 10,12). IEN achtet persönlich sehr auf die Gesundheit in der Familie (Z. 82-83), in dem genug Vitamine – in Tablettenform – verabreicht werden und alle genug frische Luft und Bewegung erhalten (Z. 96-97). IEN konnte über das Internet viel Wissen über Gesundheitsförderung ansammeln (Z. 14-15). Zu Beginn des Projekts hatte IEN ein positives Gefühl und fand Gefallen an der Idee, was sich auch nicht geändert hat (Z. 18, 20).

IENT meint, dass Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn einen sehr hohen Stellenwert hat, was im Gegensatz zu vielen anderen Schulen steht (Z. 23-24). IEN ist Gesundheitsförderung sehr wichtig und ist froh, dass dieses Projekt mit den Kindern gemacht wird (Z. 17-29, 105-107). IEN weiß, dass das ältere Kind Projekttag im Bereich Ernährung und Sport hat, an denen auch ein Biobauer die Schule besucht. Beim jüngeren Kind glaubt IEN, dass noch weniger gemacht wird, da das Kind erst in der ersten Klasse ist, jedoch nimmt es schon an Sportprojekten im Turnsaal teil (Z. 32-35). IEN kann nicht genau sagen, was die Kinder bezüglich des gesundheitsfördernden Projekts in der Schule machen, da jene wenig erzählen, jedoch gefallen den Kindern die Aktivitäten und die abwechslungsreichen Erfahrungen (Z. 37, 47-50). Hin und wieder hört IEN Bruchstücke von Informationen beispielsweise von einer Biobäuerin, einer Exkursion oder Sportaktivitäten (Z. 37-40).

IENT meint, dass Ernährung und Bewegung bzw. Sport die beiden zentralen Themen des Projekts sind (Z. 42-43). Weiters weiß IEN nicht, welche Methoden und Konzepte zur Vermittlung angewendet werden (Z. 45).

IENT beschreibt das eigene Verhältnis zu den LehrerInnen als „sehr gut“ (Z. 52), was IEN auch sehr wichtig ist (Z. 54). IEN meint, dass sich derzeit in den Klassen der beiden Kinder keine Eltern in die Gesundheitsförderung involvieren (Z. 57-58). Die Kinder von

IEN fühlen sich wohl in der Schule und gehen gerne in die Schule (Z. 61), was IEN auch als wichtig empfindet für eine gute Gesundheit (Z. 63-64). Auch die Förderung der sozialen Kompetenzen ist IEN sehr wichtig (Z. 67), kann aber keine weiteren Informationen dazu geben (Z. 69). In Hinsicht auf Rücksicht, Toleranz und Höflichkeit wird bereits einiges gemacht, aber es könnte nach IENs Meinung mehr sein (Z. 71). Eigenverantwortlichkeit und Selbstständigkeit werden oft gefördert und gefordert, indem die Kinder selbstständig arbeiten und sich ihre Zeit selbst einteilen müssen (Z. 74-76). IEN glaubt nicht, dass die Kinder in Gruppen arbeiten (Z. 78-79).

Das Gesundheitsprojekt an der Schule hat im Leben von IEN nichts verändert (Z. 80-87), jedoch sind die Kinder nun vermehrt bereit neue Lebensmittel auszuprobieren (Z. 90-93). IEN meint, dass sich die Kinder mehr bewegen sollten, da IEN eine Tendenz von Übergewicht erkennen kann und man auch mehr auf gesunde Ernährung achten sollte (Z. 100-103). IEN sieht die Stärken des Projekts darin, dass Sportstudierende viel Sport mit den Kindern machen (Z. 110-111). Zur Verbesserung könnte man auch noch laut IEN mehr mit den Kindern besprechen, welchen Wert Gesundheit hat (Z. 114-116).

Protokollsätze

### **Ausbildung**

#### *Medien und Literatur*

P1: IEN konnte über das Internet viel Wissen über Gesundheitsförderung ansammeln (Z. 14-15).

#### *Gesundheitsbegriff*

P2: Gesundheit bedeutet IEN sehr viel und IEN nennt Ernährung und Bewegung als Komponenten der Gesundheit (Z. 10,12).

P3: IEN achtet persönlich sehr auf die Gesundheit in der Familie (Z. 82-83), in dem genug Vitamine – in Tablettenform – verabreicht werden und alle genug frische Luft und Bewegung erhalten (Z. 96-97).

### **Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen**

#### *Ernährung*

P4: IEN weiß, dass das ältere Kind Projekttag im Bereich Ernährung hat, an denen auch ein Biobauer die Schule besucht (Z. 32-33).

P5: IEN meint, dass Ernährung eines der beiden zentralen Themen des Projekts ist (Z. 42-43).

### *Bewegung*

- P6: IEN weiß, dass das ältere Kind Projekttag im Bereich Sport hat (Z. 32-33).
- P7: Beim jüngeren Kind glaubt IEN, dass noch weniger gemacht wird, da das Kind erst in der ersten Klasse ist, jedoch nimmt es schon an Sportprojekten im Turnsaal teil (Z. 32-35).
- P8: IEN meint, dass Bewegung bzw. Sport eines der beiden zentralen Themen des Projekts sind (Z. 42-43).

### **Soziales Umfeld**

#### *SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung*

- P9: IEN beschreibt das eigene Verhältnis zu den LehrerInnen als sehr gut (Z: 52), was IEN auch sehr wichtig ist (Z. 54).
- P10: IEN meint, dass sich derzeit in den Klassen der beiden Kinder keine Eltern in die Gesundheitsförderung involvieren (Z. 57-58).

#### *Soziale Kompetenzen*

- P11: Die Förderung der sozialen Kompetenzen ist IEN sehr wichtig (Z. 67), kann aber keine weiteren Informationen dazu geben (Z. 69).
- P12: Eigenverantwortlichkeit und Selbstständigkeit werden oft gefördert und gefordert, indem die Kinder selbstständig arbeiten und sich ihre Zeit selbst einteilen müssen (Z. 74-76).

### **Lebensbedingungen**

#### *Schulklima*

- P13: In Hinsicht auf Rücksicht, Toleranz und Höflichkeit wird bereits einiges gemacht, aber es könnte nach IENs Meinung mehr sein (Z. 71).

### **Umsetzung des Gesundheitsförderungsprojekts**

#### *Unterrichtsinhalte, -praktiken und -methoden*

- P14: IEN kann nicht genau sagen, was die Kinder bezüglich des gesundheitsfördernden Projekts in der Schule machen, da jene wenig erzählen, jedoch gefallen den Kindern die Aktivitäten und die abwechslungsreichen Erfahrungen (Z. 37, 47-50).
- P15: Das Gesundheitsprojekt an der Schule hat im Leben von IEN nichts verändert (Z. 80-87), jedoch sind die Kinder nun vermehrt bereit neue Lebensmittel auszuprobieren (Z. 90-93).

### *Stärken*

P16: IEN sieht die Stärken des Projekts darin, dass Sportstudierende viel Sport mit den Kindern machen (Z. 110-111).

### *Verbesserungsvorschläge*

P17: Zur Verbesserung könnte man auch noch laut IEN vermehrt mit den Kindern besprechen, welchen Wert Gesundheit hat (Z. 114-116).

### *Stellenwert des Gesundheitsförderungsprojekts*

P18: IEN meint, dass Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn einen sehr hohen Stellenwert hat, was im Gegensatz zu vielen anderen Schulen steht (Z. 23-24).

## **6.4.10 Darstellung der Texte**

### Text 1 – T3A

T3A meint, dass Bewegung und Sport im Sinne von Fußball spielen, täglich 20 Minuten am Stepper, viel Training, gesund sind (Z. 2-5). Das Essen von Gemüse und Obst ist gesund (Z. 4). T3A glaubt, dass Nüsse „Hirnnahrung“ sind (Z. 3) und T3A hat täglich einen Apfel in der Schule mit (Z. 2). Um gesund zu sein, hilft T3A der Mutter im Garten (Z. 4) und spielt mit Freunden (Z. 6), genauso wie T3A viel zuhört und genau liest (Z. 5).

### Text 2 – T3B

T3B sagt, dass Obst, Gemüse und Wasser gesund sind und oft auch lecker (Z. 8-11). Bewegung ist gesund und macht Spaß (Z. 8-10). Aktivitäten wie mit Freunden ins Kino gehen (Z. 11), Wandern mit der Familie (Z. 12), Fahrrad fahren mit dem Bruder (Z. 12) und an der Leiter spazieren (Z. 13) machen T3B Spaß.

### Text 3 – T3C

T3C findet, dass Obst sehr gesund ist (Z. 15, 17). T3C meint, dass Bewegung gesund ist (Z. 18) und T3C viel Sport betreibt, wie Tennis spielen mit der Familie, Fahrrad fahren mit den Brüdern, Schwimmen und mit dem Hund spazieren geht (Z. 16-18). Weiters geht T3C mit Freunden Eis essen (Z. 15).

### Text 4 und Zeichnung 1– T3D

T3D meint, dass man täglich Gemüse und Obst essen sollte und das vor allem mehr als Süßigkeiten (Z. 20-23). Bewegung ist sehr gesund und man sollte viel Sport treiben oder

etwas mit der Familie machen oder raus gehen (Z. 20-22). Man sollte sich an jedem Tag die Zähne putzen und mehr lesen als fernsehen (Z. 24-25). T3D glaubt auch, dass man viel Wasser trinken sollte und dass man mit den eigenen Haustieren spielt (Z. 25-26). Da es gesund ist Spaß zu haben, sollte man täglich einmal Spaß haben (Z. 22-23).

Zeichnung 1 zeigt höchstwahrscheinlich einen kleinen (ca. 3,5 cm), mit Bleistift gezeichneten Apfel zentriert unterhalb des Texts am unteren Ende des Blattes. Die Zeichnung ist nicht ausgemalt und zeigt nur die Umrisse des Apfels, wobei der Stängel, ein Blatt und der Blütenrest gut zu erkennen sind.

### Text 5 – T3E

T3E empfiehlt täglich Gemüse und Obst zu essen und einen Liter Wasser zu trinken (Z. 28-29), im Garten Federball zu spielen, Rad zu fahren, mit dem Hamster zu spielen oder etwas im Garten anzupflanzen und Sport zu machen (Z. 28-31).

### Text 6 und Zeichnung 2 – T3F

T3F schlägt vor, dass man Gesundes wie Früchte und Gemüse essen und viel trinken soll (Z. 33-34). Weiters sind Aktivitäten wie Sport treiben, zu Fuß gehen anstelle mit dem Auto fahren und viel mit der Familie unternehmen gesund, aber auch sich ausruhen und ein bis zwei Stunden schlafen wird empfohlen (Z. 33-34, 36-37). Aber auch kreativ sein, etwas malen, basteln und lesen sind gesundheitsförderlich (Z. 35-36).

In Zeichnung 2 werden zwei menschliche Figuren dargestellt. Eine schräg liegend auf einem Kreis, der als Polster interpretiert werden könnte und die zweite Gestalt befindet sich mit einem ausgemalten Kreis in einem Kreis, der als Gedankenblase angesehen werden könnte. Es ist möglich, dass es sich hierbei um eine Person handelt, die Fußball spielt. Beide Darstellungen haben lachende Gesichter. Es wird angenommen, dass es sich hierbei um eine Person handelt, die träumt von der Aktivität Fußball spielen oder über diese nachdenkt. Es ist nicht klar, ob die Person selbst die Darstellung in der Gedankenblase ist oder nicht. Die Zeichnung ist sehr klein (ca. 3 cm) und am unteren Rand des Blattes angesiedelt, wobei der Platz nicht ausgenutzt wurde.

### Text 7 und Zeichnung 3 – T3G

T3G meint, dass Obst, Gemüse, Wasser und wenig Süßigkeiten gesund sind (Z. 39-41). Zusätzlich ist auch die Natur gesund (Z. 40).

Zeichnung 3 sind zwei Objekte, wobei eines sich wahrscheinlich durch die halbmondförmige Darstellung und die Farbe gelb als Banane identifizieren lässt. Die andere Form ist mehr oder weniger ein oranger Kreis, der ebenfalls orange ausgemalt ist. Es könnte sich hierbei um eine Orange handeln, da die Banane unter Umständen

vermuten lässt, dass es sich hierbei auch um ein Stück Obst handelt. Nichtsdestotrotz könnte es auch eine andere Frucht sein oder ein anderer Gegenstand. Die beiden Objekte füllen das restliche Blatt unterhalb des Texts und sind etwa 6 cm (orange Objekt) und 11 cm (Banane) groß.

### Text 8 und Zeichnung 4– T3H

T3H glaubt, dass man jeden Tag einen Apfel und eine gesunde Jause essen soll (Z. 43-44). Andere gesunde Aktivitäten sind lesen anstatt zu fernsehen, Sport zu treiben und an die frische Luft zu gehen (Z. 43-44).

Zeichnung 4 besteht aus mehreren Darstellungen. Die größte Darstellung ist der Querschnitt eines Apfels an der linken Seite des Blattes. Der Apfel ist in etwa 15 cm groß und ist nur zum Teil zu sehen. Das Fruchtfleisch wurde gelb, die Schale rot, der Stängel braun und das Blatt wurde grün dargestellt. Es sind auch innerhalb des Halbkreises drei braune Ovale zu erkennen. In jedem dieser Teile wurde hineingeschrieben. Eher zentral hinter dem Stängel befindet sich eine proportional viel kleinere, gelbe Banane, deren Enden braun angemalt sind. Auch hier wurde eine Nachricht in die Frucht geschrieben. Das letzte Objekt in der rechten unteren Ecke ist ein grün bemaltes Oval mit einem grauen Kern und grauen Strichen im grünen Bereich. Diese Figur weist auch so etwas wie einen Stängel auf, welche die Interpretation schwierig gestaltet, da man sonst annehmen könnte, dass es sich unter Umständen um eine Kiwi handelt.

### Text 9 und Zeichnung 5 – T3I

T3I sagt, dass Obst sehr gesund ist (Z. 46-51). Freunde und Familie sind wichtig für ein gesundes Leben (Z. 47-50). Kinobesuche und Fußball machen T3I fröhlich (Z. 46-48).

Zeichnung 5 ist auf der Rückseite des Blattes in der oberen Hälfte zu finden und etwa 13,5 cm lang, wobei es annähernd einen Kreis darstellt. Es handelt sich hierbei vermutlich um einen Längsschnitt eines Apfels, da ein braunes Kerngehäuse, ein brauner Stängel, ein grünes Blatt und ein brauner Blütenrest zu erkennen sind. Weiters sind das Fruchtfleisch gelb und die Schale rot.

### Text 10 – T3J

T3J findet, dass man gesund ist, wenn man Obst und Gemüse isst (Z. 53-57), wenn man nicht immer vor dem Computer sitzt (Z. 53) und man raus geht und Sport betreibt oder mit Freunden spielt oder sich einmal ausrastet (Z. 54-57).

### Text 11 und Zeichnung 6– T3K

T3K schreibt, dass man viel Obst und Gemüse essen und viel Wasser trinken soll (Z. 59-61). Weiters ist es gut viel mit der Familie zu unternehmen, sehr viel Bewegung zu machen, mit Freunden zu spielen und an die frische Luft zu gehen anstelle vor dem Fernseher zu sitzen (Z. 59-62).

Zeichnung 6 stellt wahrscheinlich ebenfalls einen Apfel dar. Ein rot ausgemalter Kreis hat mutmaßlich oberhalb einen Stängel und unterhalb den Blütenrest. Die Zeichnung ist ca. 10 cm groß und befindet sich zentriert unterhalb des Texts im unteren Teil des Blattes.

### Text 12 – T3L

T3L glaubt, dass das Essen von „Gesundem“ (wie Äpfel, Karotten, Gurken,...) gesund für T3L ist (Z. 64-66). Sport wird betrieben von T3l und ist förderlich für die Gesundheit (Z. 64-67), genauso wie die Familie und Unternehmungen mit Freunden (Z. 66-68).

### Text 13 und Zeichnung 7 – T3M

T3M meint, dass Obstsalat fantastisch schmeckt (Z. 70). Für T3M ist eine gesunde Jause ein Apfel (Z. 69). Wasser ist gesund (Z. 70) und T3M macht Sport mit dem Bruder (Z. 71). Zeichnung 7 ist ein rot ausgemalter Kreis, der ebenfalls oberhalb etwas Stängelartiges aufweist, das jedoch nicht bemalt ist und nur mit einem Bleistift gezeichnet wurde. Im Kreis wurden zwei Rottöne verwendet. Gleichzeitig lässt sich so etwas wie ein Blütenrest an der Verbindungsstelle zwischen dem Kreis und dem vermuteten Stängel erkennen. Dieser Blütenrest ist jedoch sehr leicht gehalten und wirkt so als hätte T3M versucht diesen auszuradieren. Trotz des an der richtigen Stelle fehlenden Blütenrests lässt sich vermuten, dass es sich hierbei um einen Apfel handelt.

### Text 14 und Zeichnung 8 – T3N

T3N isst gerne Obstsalat und Gemüsesuppe (Z. 73), turnt gerne draußen (Z. 73), läuft gerne in die Schule (Z. 74-75) und geht gerne ins Kino mit der Familie (Z. 74).

Auf der Vorderseite neben dem Text befindet sich in der rechten unteren Ecke die Zeichnung eines Apfels (ca. 6 cm). Dieser ist mit Bleistift gezeichnet und weist alle Merkmale eines Apfels auf, diese wären ein Stängel, ein Blatt und der Blütenrest. Auf der Rückseite befindet sich eine Zeichnung, die die gesamte Seite einnimmt. Es handelt sich hierbei um einen braunen Korb, der mit einer gelben Banane (rechts), einem roten Apfel (zentriert in der Mitte), einer grünen Birne (links) und einer braunen Nuss (mittig unterhalb des Apfels) gefüllt ist. Das Obst weist die jeweils charakteristischen Merkmale des jeweiligen Obstes auf und kann somit als solches mit großer Wahrscheinlichkeit bezeichnet werden.

### Text 15 – T3O

T3O unterteilt Sport, Obst und Milch in gesund und Zucker, Schokolade und Computerspiele in ungesund (Z. 77-81). Am Dienstag geht T3O zum Fußball und täglich fährt T3O mit dem Fahrrad (Z. 76-78).

### Text 16 – T3P

T3P glaubt, dass man Obst und Gemüse essen und Wasser trinken soll um gesund zu sein. Viel Sport wie Klettern und Rad fahren, draußen spielen und spazieren gehen sind gesund (Z. 83-86) genauso wie lesen (Z. 84).

### Text 17 – T3Q

T3Q ist der Ansicht, dass das Essen von Obst, Gemüse und Nüssen gesund ist (Z. 88-89, 91). Dahingegen sind Zucker und Schokolade ungesund (Z. 88-89) Bewegung wie laufen, an der frischen Luft spazieren gehen, schwimmen, Rad fahren oder Fußball spielen werden oft von T3Q betrieben (Z. 88-91).

### Text 18 – T3R

T3R meint, dass man Obst, Gemüse und Nüsse jeden Tag essen sollte um fit und gesund zu bleiben. Bewegung ist sehr gesund für den Menschen (Z. 93-96). Freunde sind für T3R da (Z. 93).

### Text 19 – T3S

T3S betreibt sehr viel Sport (Z. 99-101). T3S glaubt, dass man wenig Süßigkeiten, kein Fett, mehr Obst, Nüsse und Gemüse sollte, da das gesund macht (Z. 99-103).

### Text 20 und Zeichnung 9 – T3T

T3T isst zum Frühstück Müsli mit vielen Weintrauben (Z. 105-106). Die Familie geht spazieren (Z. 106) und T3T spielt mit dem Vater Tennis (Z. 108). Die Familie isst Wok, Äpfel, Birnen, Butterbrote und Tomaten (Z. 106-110).

Zeichnung 9 zeigt eine liegende Person, die wahrscheinlich auf einem Bett liegt, da man einen Polster und eine Decke erkennen könnte. Die gesamte Zeichnung ist etwa 11 cm lang und 9 cm hoch und am unteren Ende des Blattes ein wenig linkslastig zentriert positioniert. Die Person hat ein lachendes Gesicht und oberhalb lassen sich drei kleine und ein großer Kreis erkennen. Es ist zu vermuten, dass es sich hierbei um eine Gedankenblase oder eine Traumblase handelt. Sie ist größtenteils mit einem Bleistift gezeichnet, wobei drei Farbakzente in rot, grün und violett innerhalb der mutmaßlichen Traumblase zu erkennen sind. Die Inhalte des Kreises sind schwieriger zu interpretiert, da

sie sehr klein sind. Nichtsdestotrotz handelt es sich bei einer Darstellung um einen Tennisschläger, da das Kind über das Tennisspielen geschrieben hat. In Referenz zu dem Text handelt es sich bei den zwei unteren Objekten aufgrund der Form um eine Birne und einen Apfel, wobei die Birne rot und der Apfel grün bemalt sind. Das vierte Objekt kann nicht identifiziert werden.

### Text 21 und Zeichnung 10 – T3U

T3U mag Volleyball und meint, dass es gesund ist (Z. 112-113). Weiters sind Äpfel und Nüsse für das Gehirn gesund (Z. 112-113).

Zeichnung 10 zeigt mittig eine sehr große Nuss, deren Enden nach mehr am Blatt ersichtlich sind. Die Nuss ist etwa 21 cm lang und 14 cm hoch und Teile des Texts sind in der Nuss enthalten. Die Ränder sind mit einem roten Faserstift gezeichnet und der Inhalt ist mit einem brauen Buntstift ausgemalt. Einige braune Linien imitieren die Oberfläche einer Nuss. Darunter ist die Seitenansicht vermutlich eines grünen Apfels. Die Ränder sind ebenfalls rot und die Fläche dahinter ist grün ausgemalt. Auch dieser Apfel ist nicht zur Gänze ersichtlich. Dennoch sind ein Stängel und ein Blatt zu erkennen. Der Apfel ist ungefähr 15 cm groß.

### Text 22 und Zeichnung 11– T3V

T3V meint, dass Obst und Gemüse gesund sind genauso wie viel trinken (Z. 115, 117-120). Man soll keine Schokolade essen (Z.118). Viel Bewegung, wie Fußball, Tennis, kräftigende Übungen, auf Bäume klettern und viel laufen ist wichtig für die Gesundheit (Z. 115-122). Aber auch ins Kino gehen oder malen und schreiben machen T3V glücklich (Z. 116, 120-121).

Zeichnung 11 zeigt auf der Rückseite des Blattes einen roten Apfel. Ein grüner Stängel ist genauso erkennbar wie ein grüner Blütenrest. Alle Flächen sind mit einem Buntstift ausgemalt. Die Zeichnung ist etwa 11 cm groß und unter dem Text angesiedelt, was mittig in der unteren Hälfte des Blattes ist.

### Text 23 und Zeichnung 12 – T3W

T3W bezeichnet Obst, vor allem Äpfel, Kiwis und Birnen, und Karotten als „gesund“ (Z. 124-128). T3W verbringt gerne Zeit mit Freunden, geht jeden Tag spazieren und liebt es zu schwimmen (Z. 125-127).

Zeichnung 12 sind sechs kleine Motive neben einigen Sätzen. Das erste Symbol ist neben der Überschrift und es handelt sich dabei um zwei Kreuze und einem Halbkreis, was sich zusammen als lachendes Gesicht interpretieren lässt. Das zweite zeigt einen roten Apfel mit grünem Stängel, zwei grünen Blättern und einem grünen Blütenrest. Das dritte Motiv

ist vermutlich eine Zwiebel, da es neben dem Satz bezüglich Zwiebeln ist. Jedoch ist die Zwiebel grün gehalten und es kann nur spekuliert werden, um welches Symbol es sich hier handelt. Das vierte Symbol sind drei blaue Linien, was wahrscheinlich Wasser darstellt, da T3W einen Satz zu schwimmen geschrieben hat. Weiters gibt es auch eine gelbe Banane und als letztes Motiv eine Orange. Alles diese Motive sind zwischen einem und zwei Zentimeter groß und repräsentieren den Inhalt der benachbarten Sätze.

### Texte 24 und 25 – T4A

T4A sagt, dass man einiges selbst tun muss um gesund zu sein (Z. 130). Natürlicher Fruchtzucker ist gesünder als Süßigkeiten (Z. 132-133, 146-148). T4A meint, dass T4As Gesundheitszustand auf den Verzehr von viel Obst zurückzuführen ist (Z. 141). Man sollte viel Obst und Gemüse essen (Z. 131) und auch Milchprodukte liefern viele Vitamine (Z. 139-140). Bei den Getränken ist Wasser am gesündesten (Z. 142, 148-149). T4A warnt vor Koffein, Nikotin, Alkohol und Drogen, da diese sehr gefährlich für die Gesundheit sind (Z. 132, 150-153). Sport ist ein weiterer wichtiger Faktor für die Gesundheit (Z. 134). T4A nennt noch Schlaf, frische Luft und die richtige Körperpflege mit Duschen und Zähne putzen als wichtige Teilbereiche von Gesundheit (Z. 135, 138, 144-146).

### Texte 26 und 27 und Zeichnung 13 – T4B

T4B betreibt viel Sport im Freien und geht auch viel zu Fuß und fährt nicht mit dem Auto, da dies auch wichtig ist für die Gesundheit (Z. 155, 159-160, 162). T4B isst gerne Obst und Gemüse und meint, dass Süßigkeiten und Zuckerwasser schlecht für den Körper sind, da dies müde und schlaff machen (Z. 155, 157-158, 162-163). T4B trinkt am meisten Wasser in der Schule (Z. 155-156). T4B geht um 20 Uhr schlafen und weiß, dass Alkohol und Zigaretten schlecht für Kinder sind und möchte diese niemals nehmen (Z. 156-157, 160-161).

Zeichnung 13 zeigt in der Mitte eine Person mit langen Haaren und einem lachenden Gesicht. Die Person trägt einen roten Pullover und lange, blaue Hosen und braune Schuhe. Unterhalb der Schuhe sind graue Striche zu erkennen, die vermutlich eine springende Bewegung der Person darstellen soll. Die Figur hat etwas in den Händen, welches einen Bogen über der Figur beschreibt. Es kann als Springschnur interpretiert werden. Darüber hat T4B „Bewegung ist wichtig“ geschrieben. Links neben der Figur ist eine blaue Flasche mit schwarzem Verschluss zu erkennen. Um die Flasche herum hat T4B „Wasser ist besser als Zuckerwasser! Kein Süßwasser. Da ist Zucker drin.“ geschrieben. Rechts neben der Figur ist ein großer Baum zu sehen, der etwas weniger als die Hälfte des Blattes einnimmt. Er hat einen braunen Stamm und eine kugelförmige, grüne Baumkrone. Im linken oberen Ecke ist ein Teil mit zwei Linien abgetrennt, der die

Überschrift „Obst ist wichtig für mich!“ trägt. Darin sind vier, etwa einen Zentimeter große Objekte zu erkennen. Es handelt sich dabei vermutlich um einen roten Apfel, eine gelbe Banane, eine orange Orange, und eine gelbe Zitrone.

Texte 28 und 29 und Zeichnung 14 – T4C

T4C treibt oft Sport und das ist gesund (Z. 165,171-172, 174), aber man sollte nicht zu viel rennen (Z. 173). Jeden Tag sollten viele zuckerfreie Getränke getrunken werden (Z. 165-166, 174) und Milchprodukte sind ebenfalls gesund (Z. 172-173). Sich gesund zu ernähren bedeutet viel Obst und Gemüse essen (Z. 167-170). T4C sollte früh schlafen gehen, tut es aber nicht (Z. 166, 171). Zahnpflege ist wichtig genauso wie immer wieder frische Luft schnappen (Z. 166-168). T4C meint, die nachfolgenden Dinge sind schlecht für die Gesundheit: zu viele Computerspiele, zu vieles Schreien, zu viel Fernsehen, Drogen, Rauchen und zu viel Elektronik (Z. 167-171, 173-175).

Zeichnung 14 ist vermutlich ein Apfelbaum, der sich zentriert am unteren Ende des Blattes beginnend befindet. Der Stamm ist ein gerader, brauner Balken und darüber befindet sich eine grün bemalte Baumkrone, die in sich fünf rote Kreise beinhaltet, die als Äpfel interpretiert werden könnten. Diese Interpretation wird dadurch unterstrichen, da links neben dem Baum ein verhältnismäßig größerer, roter Apfel gezeichnet wurde. Der Apfel hat einen braunen Stängel und zwei grüne Blätter.

Text 30 – T4D

T4D isst jeden Tag eine gesunde Jause und meint, dass man drei bis fünf Portionen Obst und Gemüse essen sollte (Z. 177, 182). Süßigkeiten sind schlecht für den Körper (Z. 185). Man soll viele Milchprodukte essen und trinken und keine fettigen Nahrungsmittel zu sich nehmen (Z. 179-181). T4D nimmt fast keine Medikamente und meint nie Drogen und Alkohol zu konsumieren (Z. 177, 183). Familie und Freunde sind wichtig für T4D (Z. 178-179). Sport ist ebenfalls wichtig und T4D bevorzugt laufen, da das nicht so anstrengend ist T4D (Z. 179, 184). Weiters soll man viel schlafen und nicht zu viel fernsehen (Z. 181-184).

Text 31 und Zeichnung 15 – T4E

T4E findet, dass früh Schlafen gehen, Sport machen, Zahnpflege gesund ist (Z. 188-190). Im Gegensatz dazu sind das Essen von süßen Sachen, Alkohol, Rauchen und das tägliche Essen von Fett ungesund (Z. 189-191).

Zeichnung 15 zeigt vermutlich eine Obstkorb, der mit einem Bleistift in einer räumlichen Ansicht gezeichnet wurde. Der Korb ist etwa 7 cm groß und darin befinden sich zwei Bananen, welche durch die Farbe gelb und die Form zu erkennen sind und drei weitere

Ovale mit einem Stängel oder ähnlichem, die jedoch nicht identifiziert werden können, da zwei blau und eines orange angemalt sind. Durch den Korb ist es anzunehmen, dass es sich hierbei um Früchte handelt.

### Text 32 – T4F

T4F betreibt gerne Sport, vor allem Laufen (Z. 193-194). Hinausgehen ist gesund (Z. 194-195). T4F muss viel schlafen (Z. 193). Gesundes Essen wie Gemüse hält fit, wohingegen süßes Essen ungesund ist (Z. 193-195). T4F darf nicht viel fernsehen und sagt, dass man keine Drogen nehmen darf (Z.193-194, 196).

### Text 33 und Zeichnung 16 – T4G

T4G sagt, dass T4G jeden Tag Sport betreibt, zweimal wöchentlich zum Fußballtraining geht, oft mit dem Rad fährt und oft auf dem Spielplatz spielt (Z. 197-200). T4G isst viel Obst und Gemüse und wenig Süßes, wobei T4G zum Mittagessen viel isst (Z. 197, 199-201). T4G trinkt viel Wasser und schläft sich aus (Z. 198). T4G wäscht sich jeden Tag (Z. 198). Weiters weiß T4G, dass man keinen Alkohol trinken und keine Drogen nehmen soll (Z. 199-200).

Zeichnung 16 befindet sich auf der Rückseite des Blattes und mit sechs Objekten von einer Größe von drei bis fünfzehn Zentimeter. Diese können aufgrund ihrer charakteristischen Merkmale als zwei Paare Kirschen, eine Banane, ein Apfel, ein Kirschbaum und eine Birne identifiziert werden. Der Kirschbaum befindet sich mittig am unteren Rand des Blattes. Der braune Stamm ist verkehrt herum gezeichnet, wodurch er zur Baumkrone hin dicker wird. In der Baumkrone sind zehn Paare von roten Kirschen, die über das Grün der Krone gezeichnet wurden. Neben dem Baum befinden sich überproportional gezeichnete Kirschen. Darüber sind vier Früchte, die zueinander annähernd proportional dargestellt sind. Diese sind in ihren Typenfarben dargestellt. Der Apfel ist rot, die Banane ist gelb, die Kirschen sind rot und die Birne ist grün, wobei es wirkt, dass die Birne ebenfalls verkehrt herum gezeichnet wurde.

### Text 34 und Zeichnung 17 – T4H

T4H isst viel Obst und trinkt gerne Milch (Z. 203, 208) und weiß, dass zu viel Süßes genauso wie RedBull für Kinder ungesund ist (Z. 207). T4H tanzt gerne, spielt wöchentlich Tennis, läuft am Trampolin herum und bewegt sich draußen, wenn es schön ist (Z. 203-206). T4H möchte nie rauchen, Drogen nehmen und Alkohol trinken und ist traurig, dass die Mutter viele Medikamente nimmt (Z. 204-208).

Zeichnung 17 zeigt einen braunen Korb, in dem eine grüne Birne, eine blaue Zwetschke, eine orang-grüne Karotte und eine gelbe Banane zu sehen sind. Die Zeichnung füllt die

gesamte Seite und alle Teile sind komplett mit einem Filzstift ausgemalt. Die Figuren sind proportional zu einander und das Obst zeigt die jeweiligen Charakteristiken der jeweiligen Frucht.

### Text 35 und Zeichnung 18 – T4I

T4I betreibt viel Sport wie Schwimmen Trampolin springen und Fahrrad fahren mit der Mutter und dem Großvater (Z. 210, 212-215). T4I isst viel Obst, Gemüse und Teigwaren und somit viele Vitamine (Z. 211-212, 215-216) und isst selten Süßigkeiten und fettige Nahrungsmittel (Z. 211, 213). T4I putzt sich dreimal täglich die Zähne und duscht jeden Tag (Z. 212, 216-217). T4I möchte nie mit Alkohol und Zigaretten anfangen (Z. 210-211, 217).

Zeichnung 18 befindet sich auf der Rückseite des Blattes. Einerseits erkennt man drei Objekte, die miteinander verbunden sind links der Mitte und ein Objekt alleine rechts der Mitte. Die Gruppe besteht aus einem roten Apfel, einer liegenden, gelben Birne und einer stehenden, grünen Birne. Die Gruppe ist insgesamt etwa neun Zentimeter lang. Das Objekt auf der rechten Seite ist eine 2 cm große, rote Tomate, was sich aufgrund des grünen Stiels erklären lässt. Alle Objekte sind ausgemalt.

### Text 36 – T4J

T4J empfiehlt viel Obst, Milchprodukte und Gemüse zu essen, da Vitamine wichtig sind (Z. 223-224) und viel Wasser zu trinken (Z. 219-220). Zu viel Zucker ist ungesund (Z. 219-223). Spazieren gehen und Sport wie beispielsweise Laufen sind sehr gesund genauso wie genügend Schlaf (Z. 219, 222-223). Fernsehen sollte vermieden werden (Z. 223). Es ist wichtig sich täglich zu waschen und die Zähne zu putzen (Z. 220-221). Alkohol, Rauchen und Drogen sind sehr ungesund und können tödlich sein (Z. 222, 224-225).

### Text 37 und Zeichnung 19 – T4K

T4K muss viel Obst und Gemüse essen, um Vitamine und Eisen aufzunehmen (Z. 226-228, 230) und darf nicht zu viel Süßes essen (Z. 229). T4K trinkt viel Wasser und keinen Saft mit Zucker (Z.227-228). T4K meint, dass man keinen Alkohol trinken und keine Drogen nehmen soll (Z. 227-230). Man soll jedoch Sport betreiben und viel schlafen (Z. 227) und nicht fernsehen (Z. 228-229). T4K muss den Körper waschen und die Zähne putzen (Z. 226, 230).

Zeichnung 19 sind vier Darstellungen von Obst, die zwischen dem Text angeordnet wurden. Weiters sind zwei Schnecken zu erkennen, die als Form für den Textfluss dienen. Es können ein roter Apfel, einer gelb-grüne Birne, eine gelbe Banane und violette Weintrauben erkannt werden. Der Apfel ist links unten, die Banane und die Birne sind

zentriert am unteren Rand und die Weintrauben am rechten oberen Rand angesiedelt. Die Banane ist mit einer Größe von etwa 9 cm überproportional zu dem anderen Obst, da der Apfel und die Birne etwa 3 cm groß sind und die Weinrebe überhaupt nur 2,5 cm groß ist..

Text 38 und Zeichnung 20 – T4L

T4L meint, dass T4L viel schläft und dass Körperpflege wie auch das Zähne putzen wichtig sind (Z. 232-233). T4L findet Rauchen ungesund und zu viel Fernsehen schlecht (Z. 232-233).

Zeichnung 20 bietet sechs kleinere Symbole an. Von links nach rechts handelt es sich hierbei um eine Weinrebe, eine Zahnbürste mit einer Zahnpaste, ein Apfel, eine Birne, ein „Rauchen verboten“-Schild und ein Tennisschläger mit einem Ball. Die Motive sind alle zwischen einem und zwei Zentimeter groß und weisen Typenfarben auf, so ist der Apfel rot, die Birne gelb, die Weintrauben violett, der Tennisschläger blau, der Ball gelb und das Verbotsschild rot. Es ist interessant, dass der Apfel ungefähr die Größe des Tennisschlägers und des Verbotsschildes aufweist und die Weintrauben, die Birne und das Zahnpasteset kleiner als diese sind.

Text 39 und Zeichnung 21 – T4M

T4M isst jeden Tag mindestens einen Apfel (Z. 235). Gemüse mag T4M nicht, T4M ist lieber Käse und Wurst und bezeichnet sich selbst als Naschkatze, wobei T4M darauf achtet, dass es nicht zu viel wird (Z. 238-241). T4M trinkt viel Wasser und mag keine süßen Getränke (Z. 239, 242-243). Sport ist wichtig für T4M um ausgelastet zu sein und um gut zu schlafen (Z. 237-238). Dazu spielt T4M mit der Schwester und dem Hund im Garten (Z. 241-242). Die Familie und Freunde gehören für T4M zum Gesundsein dazu (Z. 235-237). T4M hofft nie mit dem Rauchen zu beginnen (Z. 245).

Zeichnung 21 ist ein roter, 4 cm großer Apfel, der unterhalb des Texts auf der linken Seite dargestellt wurde. Er ist ausgemalt und weißt die Charakteristiken eines Apfels auf, wie den braunen Stängel, den braunen Blütenrest und ein grünes Blatt. Darüber hinaus ist ein Gesicht mit einem zwinkernden Auge in den Apfel gezeichnet. Die Augen, die Nase und der Mund sind in schwarz gezeichnet.

Text 40 und Zeichnung 22 – T4N

T4N meint, dass man tägliches etwas Gesundes essen und trinken soll, wie viel Obst und Gemüse und nicht so viel Süßes (Z. 247-251). Es sollte jeden Tag Sport betrieben werden, egal ob man läuft, ein Sportgerät besitzt, mit dem Rad einkaufen fährt oder einfach hinausgeht (Z. 252-256). T4N empfiehlt nach jeder Mahlzeit die Zähne zu putzen und früh schlafen zu gehen (Z. 257-259).

Zeichnung 22 befindet sich auf der Rückseite des Blattes. In der unteren Hälfte füllt ein 18 cm großer Baum das Blatt. Der Stamm, die Äste sind braun gezeichnet, Die Baumkrone ist grün gehalten und rote Kreise, die als Obst interpretiert werden könnten, sind zu erkennen. Der Baumstamm hat ein Loch, in dem zwei Kreise in rot und grün und ein Strich in gelb gezeichnet wurden. Weder der Text noch die Form geben Aufschluss auf die Bezeichnung dieser Teile. Da es sich um rote Kreise handelt, könnte vermutet werden, dass es sich hierbei um einen Apfelbaum handelt.

### Protokollsätze

Aufgrund der hohen Anzahl an Kindertexten, die jedoch eine geringe Auswahl an Kategorien bieten, wurde entschieden die Protokollsätze zum Teil zusammenzufassen. Dabei wurden auch die Zeichnungen in Betracht gezogen.

### **Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen**

#### *Ernährung*

- P1: Obst ist gesund (T3A, T3B, T3C, T3D, T3E, T3F, T3G, T3H, T3I, T3J, T3K, T3L, T3M, T3N, T3O, T3P, T3Q, T3R, T3S, T3U, T3V, T3W, T4A, T4B, T4C, T4D, T4G, T4H, T4I, T4J, T4K, T4M).
- P2: Gemüse ist gesund (T3A, T3B, T3D, T3E, T3F, T3G, T3J, T3K, T3N, T3P, T3Q, T3R, T3S, T3V, T3W, T4A, T4B, T4C, T4D, T4F, T4G, T4I, T4J, T4K, T4N).
- P3: Wasser ist gesund (T3B, T3E, T3F, T3G, T3K, T3M, T3P, T4A, T4B, T4G, T4J, T4K, T4M, T4N).
- P4: „Gesundes Essen“ schmeckt gut (T3B, T3M, T3N, T4B, T4H).
- P5: Süßigkeiten wie Schokolade und gezuckerte Getränke sind ungesund (T3D, T3O, T3Q, T3V, T4A, T4B, T4D, T4E, T4F, T4H, T4J, T4K).
- P6: Das jeweilige Kind kennt Terminologie wie Fruchtzucker oder Vitamine und weiß um deren Wichtigkeit (T4A, T4I, T4J, T4K).
- P7: Die Zeichnung zeigt einen Apfel (T3D, T3H, T3I, T3K, T3M, T3N, T3T, T3U, T3V, T3W, T4B, T4C, T4G, T4I, T4K, T4L, T4M, T4N).
- P8: Die Zeichnung zeigt anderes Obst außer einem Apfel (T3G, T3H, T3N, T3T, T3W, T4B, T4E, T4G, T4H, T4I, T4K, T4L).

#### *Bewegung*

- P9: Bewegung und Sport sind gesund (T3A, T3B, T3C, T3D, T3F, T3H, T3J, T3K, T3L, T3O, T3P, T3R, T3U, T3V, T4A, T4B, T4C, T4D, T4E, T4J).

P10: Das jeweilige Kind betreibt Sport oder weiß, dass man dies sollte (T3B, T3C, T3D, T3E, T3I, T3K, T3M, T3N, T3O, T3Q, T3T, T3W, T4B, T4D, T4F, T4G, T4H, T4I, T4K, T4N).

P11: Sport ist wichtig für T4M um ausgelastet zu sein und um gut zu schlafen (Z. 237-238).

### *Hygiene*

P12: Es ist wichtig sich die Zähne zu putzen (T3D, T4A, T4C, T4E, T4I, T4J, T4K, T4L, T4N).

P13: Es ist wichtig sich jeden Tag zu waschen (T4A, T4I, T4J, T4K, T4L).

### *Suchtmittel*

P14: Koffein, Nikotin, Alkohol und Drogen sind gefährlich für die Gesundheit (T4A, T4B, T4C, T4D, T4E, T4F, T4G, T4H, T4I, T4J, T4K, T4L, T4M).

### *Kreative, intellektuelle Aktivitäten*

P15: Lesen ist eine gesundheitsförderliche Tätigkeit (T3D, T3F, T3H, T3P)

P16: Fernsehen und vor dem Computer sitzen sind schädlich für die Gesundheit (T3D, T3H, T3J, T3K, T3O, T4C, T4D, T4F, T4J, T4K, T4L)

### *Schlaf*

P17: Genügend Schlaf ist wichtig für die Gesundheit (T3F, T4A, T4B, T4C, T4D, T4E, T4F, T4J, T4K, T4L, T4N).

## **Soziales Umfeld**

### *Aktivitäten mit der Familie und Freunden*

P18: Aktivitäten mit Familienmitgliedern und Freunden sind wichtig für die Gesundheit (T3A, T3B, T3C, T3F, T3I, T3J, T3K, T3L, T3M, T3N, T3R, T3T, T3W, T4D, T4M)

*Nach einer kurzen Präsentation der Auswertungsmethoden stand die tatsächliche Auswertung der Interviews, Texte und Zeichnungen im Mittelpunkt dieses Kapitels. So wurden Paraphrasierungen und Generalisierungen der Texte und Transkriptionen vorgenommen und danach in Protokollsätze verfasst. Die Ergebnisse der Bildanalyse wurden ebenfalls in Protokollsätze verfasst.*

## 7 Interpretation der Ergebnisse

*In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der Lehrerinnen- und Elterninterviews und der Kinderzeichnungen und –texte auf Übereinstimmungen und Unterschiede in Hinsicht auf die Makro- und Mesoebenen untersucht. Die Protokollsätze dienen demnach als Grundlage dieser Analyse, deshalb werden im Anschluss jedes Unterkapitels die Ergebnisse interpretiert.*

### 7.1 Ausbildung

#### *Schulische Ausbildung*

ILA und ILB besuchten während ihrer Schulzeit an einer Höheren Lehranstalt das Fach „Ernährungslehre“ und meinten dazu:

„Ich hab vor der PÄDAK die HLA absolviert und in Ernährungslehre maturiert und ich glaub das hat mir sehr weitergeholfen in dem ganzen Gesundheitsprojekt.“ (ILA, Z. 10-11)

„Nicht sehr umfassend. Ich habe in meiner Schulzeit für zwei Semester Ernährungslehre gehabt.“ (ILB, Z. 13-14)

Fünf Lehrerinnen (ILC, ILD, ILE, ILF, ILG) haben keine Ausbildung auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung.

#### *Medien und Literatur*

Sowohl alle Eltern als auch alle Lehrerinnen mit Ausnahme von ILD geben an, dass sie ihr Grundwissen über Gesundheit und Gesundheitsförderung aus den Medien und aus Literaturquellen erworben haben.

ILD meint, dass sich ILD von Vorträgen und Seminaren Wissen über Gesundheitsförderung aneignen konnte.

IEM fügt hinzu, dass IEM Tipps von der Großmutter erhalten hat: „Verschiedenes, was man hört, was man erlesen kann, was weitergegeben wird von Generationen, Omas Tipps, das ist alles noch sehr natürlich.“ (IEM, Z. 18-19).

#### *Gesundheitsbegriff*

Acht von neun Interviewten nennen gesunde Ernährung und Bewegung bzw. Sport als Komponenten von Gesundheit (ILA, ILB, ILC, ILD, ILE, ILF, IEM, IEN).

Sechs Personen nannten „sich wohl fühlen“ als Definition von Gesundheit (ILA, ILC, ILD, ILE, ILG, IEM).

Weiters nennen ILB, ILC, ILD und ILG persönliche und soziale Komponenten wie Selbstbewusstsein, Eigenmotivation oder Teilnahme am gesellschaftlichen Leben als sehr wichtig für Gesundheit:

„Gesunde Ernährung ist für mich persönlich auch einmal sehr wichtig, Bewegung, Zeit für sich selber einplanen, positive Einstellung zu den Dingen, positive Lebenseinstellung, sich motivieren können, also weg von Überforderungen und Prioritäten setzen.“ (ILD, Z. 9-11)

ILB, ILD und ILG sprechen von einer Balance von Körper und Seele. ILB bezeichnet eine gesunde Umwelt (ILB, Z. 8) wichtig für die Gesundheit, ILF nennt in dieser Hinsicht ausreichend Schlaf (ILF, Z. 25) und IEM thematisiert die Körperpflege und die Verwendung von natürlichen, biologischen Produkten (IEM, Z. 10, 16).

IEN verabreicht der Familie Vitamintabletten (IEN, Z. 96) und IEM meint zum Thema Gesundheit: „Wenn man gesund ist, dann läuft alles andere auch besser. Wenn man irgendein Handicap hat, da hängt alles anderes dann auch dran.“ (IEM, Z. 12-13)

### **Interpretation**

Die Definition des Gesundheitsbegriffes, die von den Interviewten genannt wurden, sind vorwiegend Laienbegriffe (vgl. Kapitel 2.1), die gesunde Ernährung und Bewegung als Hauptkomponenten von Gesundheit definieren. So wird Gesundheit mit dem Begriff des Sich-Wohlfühlens gleichgesetzt. Weniger als die Hälfte inkludieren soziale oder persönliche Faktoren in die Bestimmung des Begriffes Gesundheit.

Diese Definition kann auch mit den Informationsquellen in Verbindung gebracht werden, woher die Interviewten ihr Wissen über Gesundheit und dessen Förderung erhalten haben. Acht von neun Personen gaben das Internet, Literaturquellen und die Medien als Informationsquelle an. Es kann vermutet werden, dass dies bedeutet, dass eine Vielzahl an Informationen nicht auf wissenschaftlichen Ansätzen und Theorien basiert und eher populistische Meinungen beispielsweise über das Internet übernommen wurden. Auch der Verweis auf Ratschläge der Großmutter unterstützt die These des Laienwissens der Interviewten.

So wird auch von fünf der sieben Lehrerinnen angegeben keine Ausbildung auf dem Gebiet zu besitzen, was jedoch eine Voraussetzung für professionalisiertes Handeln ist (vgl. Kapitel 3.2). Die verbleibenden zwei verweisen auf das Schulfach „Ernährungslehre“, das sie selbst während ihrer Schulzeit besucht hatten. – Obwohl über die Qualität dieses Faches aufgrund von mangelnder Information keine Aussage getroffen werden kann, kann dennoch vermerkt werden, dass das Thema Gesundheitsförderung anscheinend nicht in der Ausbildung der Volksschullehrerinnen vorgekommen ist und, dass sich die gemachten Erfahrungen auf das Gebiet „Ernährung“ beschränken.

## 7.2 Persönliche Verhaltens- und Lebensweisen

### *Ernährung*

Die Lehrerinnen erwähnten alle, dass in den dritten Klassen das Fach „Gesunde Ernährung“ unterrichtet wird. Eine Biobäuerin unterstützt die Lehrpersonen öfters im Unterricht (ILA, ILB, ILC, ILD, ILF, ILG, IEN). Die SchülerInnen nehmen gerne an den Ernährungseinheiten teil (ILA, ILE, IEN) und verlangen nach Rezepten um diese zu Hause zu kochen (ILA, ILC). Vier Kinder der vierten Klasse kennen bereits Fachterminologie wie Fruchtzucker und Vitamine (T4A, T4I, T4J, T4K).

Mit dem Thema „Naschen“ gehen alle Lehrerinnen anders um. ILC meint, dass die Kinder zu viel naschen: „wenn man den Kindern so zuhört, wenn sie erzählen, was sie alles naschen und in der Freizeit machen, sollte man vielleicht von der Schule her versuchen sie aufmerksam zu machen, dass es gesunde Ernährung gibt.“ (ILC, Z. 26-27) ILF teilt öfters kleine Süßigkeiten oder gesunde Snacks aus, wenn es zum Thema passt (Z. 58-65). Zwölf Kinder bezeichnen Süßigkeiten wie Schokolade und gezuckerte Getränke als ungesund. ILD verstärkt positives Essverhalten durch Lob, belehrt jedoch nicht bei falschem Essverhalten (ILD, Z. 62-72):

Richtige Ernährung ist für mich einmal wichtig, auch vollwertige Ernährung, den Kindern immer wieder, wenn ich vorbei gehe sag ich: „Ah, gute Jause, super, heute gibt's ein Vollkornwecker!“, oder wenn ich die Kinder zwischendurch naschen sehe: „Auch gut, aber heb dir das Naschen für später auf“, oder dass ich immer wieder auch zwischendurch sag: „Tu Leitungswasser trinken oder Wasser trinken und diese Säfte weißt eh die trink zwischendurch einmal“. Ich verbiete es auch nicht, und ich glaub es ist auch nicht meine Aufgabe etwas zu verbieten, weil alles was man verbietet, wird dann interessant, denk ich mir einmal. Aber so der Umgang mit dem Thema, immer wieder so im Vorbeigehen fast das ansprechen. Und diese positiven Verstärker einsetzen: „Ah, super, heut gibt's bei dir was Gutes.“ So diese positiven Verstärker so rundherum, auch in der Pause oder so zwischendurch immer wieder fallenlassen.

ILB findet, dass sich die Ernährungsgewohnheiten geändert haben und es in vielen Familien nicht mehr richtig gekocht wird.

Von den Eltern wird öfters eine gesunde Jause organisiert und ILB meint, „da gibt es immer Obst, Rohkost, Vollkornbrot und so, als wirklich lauter gesunde Sachen, und die werden eigenartigerweise von den Kindern da in der Schule da eher angenommen als zu Hause, das ist auch irgendwie interessant.“ (ILB, Z. 62-66) ILB bezweifelt auch, dass die SchülerInnen den Wert regionaler und bodenständiger Produkte vollständig verstehen, dennoch sollen diese einen Einblick gewinnen.

ILA meint, dass die SchülerInnen oftmals die Produkte nicht erkennen oder unterscheiden können.

Die überragende Mehrheit der Kinder meint, dass Obst und Gemüse gesund sind, davon sagen fünf Kinder, dass gesundes Essen gut schmeckt (T3B, 3M, T3N, T4B, T4H). 21 von 22 Kinderzeichnungen zeigen zumindest ein Stück Obst, wobei 18 Zeichnungen einen Apfel als Motiv präsentieren.

Die Eltern wissen weniger über das Ernährungsprogramm in der Schule. IEM meint die Richtlinien zu kennen, wie der Wunsch keine Süßen Getränke in die Schule mitzugeben (IEM, Z. 36-37). IEN glaubt, dass Ernährung eines von zwei zentralen Themen bei Gesundheitsförderungsprojekt ist.

### *Bewegung*

ILG und IEN sprechen von der Bewegung als einer von zwei zentralen Aspekten des Gesundheitsförderungsprojekts.

Bezüglich des Ausmaßes an Bewegungseinheiten kann gesagt werden, dass die Lehrerinnen sehr wenig davon preisgegeben haben. ILC sagt, dass drei Bewegung- und Sportstunden pro Woche im Lehrplan vorgesehen sind (ILC, Z. 52). ILD meint, dass eine zusätzliche Bewegungsstunde am Dienstagnachmittag angeboten wird (ILD, Z. 126-129). Weiters werden Sportprojekttage organisiert (ILB, IEN). Die Studierenden des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport organisieren eine Einheit pro Monat (ILB, ILC, ILE). Die Kinder nehmen gerne an diesen Einheiten teil (ILA, ILE, ILG).

ILA, ILC und ILE meinen, dass sich die Kinder ungenügend in ihrer Freizeit bewegen und ILA und ILE sagen, dass man schon Defizite bei den Kindern erkennen kann:

[Gesundheitsförderung] [i]st sehr wichtig eigentlich für mich, weil ich sehe, dass viele Kinder oder einige Kinder nicht viel Bewegung machen, da ist Sport sehr wichtig. (ILE, Z. 31-33)

[I]ch find, dass viele Kinder viel zu viel daheim vorm Fernseher sitzen oder vorm Computer. Ich merk das wenn wir mit den Kindern Bob fahren gehen, die sind nach einer Stunde erledigt und ich denk mir, früher waren die Kinder einen ganzen Nachmittag draußen und sind irgendwo runtergerodelt, aber das ist jetzt oft schon ein Kampf (ILA, Z. 191-195).

Auch ILA glaubt, dass Bewegung – vor allem in den ersten Klassen – sehr wichtig ist und die Kinder diese auch brauchen (ILA, Z. 36-37, 64-65, 87).

ILF führt zwischendurch Auflockerungs-, Entspannungs- und Bewegungsübungen durch: „Zwischendurch machen wir so Auflockerungs- und Bewegungsübungen, wenn ich merk,

dass sie nicht mehr können, oder Entspannungsübungen oder so.“ (ILF, Z. 72-74) und ILD spielt oftmals Spiele bei denen es weder Gewinner noch Verlierer gibt (ILD, Z. 99-100).

20 Kinder meinten, dass Bewegung und Sport gesund sind und ebenfalls 20 Kinder betreiben Sport oder wissen zumindest, dass sie es tun sollten. Nur T4M meinte, dass T4M Sport betreibt um ausgelastet zu sein und um gut zu schlafen (T4M, Z. 237-238)

### *Hygiene*

Neun Kinder schrieben, dass das tägliche Zähne putzen wichtig ist für die Gesundheit. Diese waren vor allem aus den vierten Klassen (T3D, T4A, T4C, T4E, T4I, T4J, T4K, T4L, T4N). Fünf Kinder der vierten Klasse sagten dasselbe über das Waschen des Körpers (T4A, T4I, T4J, T4K, T4L).

### *Suchtmittel*

Alle Kinder der vierten Klasse ausgenommen von T4N nannten Koffein, Nikotin, Alkohol oder Drogen als gefährlich für die Gesundheit. So wurde beispielsweise geschrieben:

„Drogen: Drogen sind Sachen, die Menschen nehmen, weil sie glauben, dass sie davon glücklich werden. Aber da ist tödliches Gift drin. In Zigaretten ist Nikotin, das schlecht für die Leber ist.“ (T4A, Z. 151-153)

„Ich werde nie Drogen nehmen und rauchen.“ (T4D, Z. 183)

„Rauchen werde ich hoffentlich nicht.“ (T4M, Z. 245)

### *Kreative, intellektuelle Aktivitäten*

Vier Kinder der dritten Klasse (T3D, T3F, T3H, T3P) meinen, dass Lesen eine gesundheitsförderliche Tätigkeit ist und elf SchülerInnen glauben, dass Computerspiele und Fernsehen schädlich für die Gesundheit sind (T3D, T3H, T3J, T3K, T3O, T4C, T4D, T4F, T4J, T4K, T4L).

### *Schlaf*

ILF nennt ausreichend Schlaf wichtig für die Gesundheit, was auch elf Kinder gesagt haben (T3F, T4A, T4B, T4C, T4D, T4E, T4F, T4J, T4K, T4L, T4N).

## **Interpretation**

Während der Analyse des Aspektes „persönliche Verhaltens- und Lebensweisen“ wurde es ersichtlich, dass sich die LehrerInnen und Eltern vor allem auf die Thematiken „Ernährung“ und „Bewegung“ konzentriert haben. Die SchülerInnen haben auch Themen wie Suchtmittel, Schlaf, Hygiene und kreative, intellektuelle Aktivitäten angesprochen.

### *Ernährung*

Bezüglich des Themas Ernährung kann gesagt werden, dass das Unterrichtsfach „Gesunde Ernährung“ eine entscheidende Position im Gesundheitsförderungsprojekt einnimmt. Da dieses nur in den dritten Klassen durchgeführt wird, ist es fragwürdig wie viel Ernährungserziehung in den anderen Schulstufen unterrichtet wird. Die Unterstützung durch die Biobäuerin dürfte sehr geschätzt werden, da sieben der befragten Personen dies erwähnten. Auch die SchülerInnen dürften die Einheiten mögen. Die Tatsache, dass einige nach Rezepten fragen, zeigt, dass die SchülerInnen Interesse an Ernährung haben und eine Änderung in ihrem Essenverhalten zumindest zu einem geringen Ausmaß zu vermuten ist. Einige SchülerInnen der vierten Klasse verwenden Fachtermini, was für die Wirksamkeit des Unterrichts spricht.

Das Thema „Naschen“ wurde widersprüchlich behandelt. Einerseits wurde von einer Lehrerin erwähnt, dass die Kinder zu viel naschen und andererseits teilt eine andere Lehrerin öfters kleine Süßigkeiten oder Snacks aus. Zwölf Kinder haben Süßigkeiten als ungesund bezeichnet, was durch einen vernünftigen Umgang mit Zucker und Fett ersetzt werden sollte. – Die Dosis der zuckerhaltigen Getränke und Snacks sollte besprochen werden. Es scheint so, dass die Kinder die Lebensmittel in zwei Kategorien einteilen: gesund und ungesund. Deswegen sollte bewusst keine wertende Dichotomie zwischen gesund und ungesund betrieben werden, da auch so falsches Essverhalten wie bei Magersucht oder anderen Essstörungen gefördert werden kann. Es erscheint aber sinnvoll, dass „gute“ Verhaltensweisen durch Lob positiv verstärkt werden.

Einige Lehrerinnen zweifeln an den Fähigkeiten der SchülerInnen und meinen, dass die Kinder den Wert einheimischer und bodenständiger Produkte nicht vollständig verstehen können. Eine andere Lehrerin meint, dass die SchülerInnen oftmals Produkte wie Gemüse nicht erkennen oder unterscheiden können.

Wie bereits angeschnitten ist von seitens der Kinder klar zu erkennen, dass hier oftmals in einem Zwei-Kategorien-System eingeteilt wird, nämlich in gesunde und ungesunde Lebensmittel. So sind für die Kinder Obst und Gemüse immer gesund. Interessant ist auch, dass alle Kinderzeichnungen zumindest ein Obststück zeigen und 18 Zeichnungen einen Apfel zeigen. Es könnte interpretiert werden, dass Äpfel mit gesunder Ernährung gleichgesetzt werden, frei nach dem englischsprachigen Ausspruch – An apple a day keeps the doctor away. Es wäre zu hinterfragen, ob die Schule oder das Zuhause für diese Haltung verantwortlich ist.

Die Eltern wissen weniger über das Ernährungsprogramm der Schule. Es wurden einige Richtlinien bekannt gegeben, doch können die Eltern diese nicht benennen, was ein Ansatzpunkt sein könnte.

### *Bewegung*

Neben Ernährung wird Bewegung als der zweite von den zwei Hauptpunkten der Gesundheitsförderung an der Schule gesehen, was kritisch gesehen werden sollte, da Gesundheitsförderung einen weitaus breiteren Ansatz bedarf (vgl. Kapitel 3.1).

Bezüglich des Ausmaßes an Bewegungseinheiten gaben die Lehrerinnen wenig Auskunft, was bedeuten könnte, dass diese eher vernachlässigt werden. Besondere Erwähnung erhielten die Sportprojektstage, die von Sportstudierenden des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport Wien organisiert werden, die von den Kindern gut angenommen werden.

Drei Lehrerinnen meinten, dass sich die Kinder zu wenig bewegen und dass sie Defizite erkennen können. So unterstrich auch eine Lehrerin, dass die SchülerInnen der ersten Klassen sehr viel Bewegung brauchen um ausgeglichen zu sein. Die Wichtigkeit von Bewegung scheint also zumindest drei Lehrerinnen bewusst zu sein. In Bezug auf die Inhalte der Bewegungseinheiten gab nur eine Lehrerin eine konkrete Antwort. Sie würde Spiele ohne Gewinner und Verlierer anbieten. Eine zweite Lehrerin führt Auflockerungs-, Entspannungs- und Bewegungsübungen durch. Von der Mehrzahl der Lehrerinnen wurde sich jedoch hierzu nicht geäußert, was ebenfalls auf vernachlässigte Bewegungserziehung schließen lassen könnte.

Von den 37 Kindern sprechen nur 20 von Bewegung und Sport als gesund. Dies kann in Korrelation mit den Aussagen der Lehrerinnen gebracht werden. Es kann die nachfolgende Schlussfolgerung interpretiert werden: Die Lehrerinnen sprachen in den Interviews ausführlich über die Wichtigkeit von Obst und alle Kinder schrieben darüber in ihren Texten oder malten ein Obststück. Es wurden von den Lehrerinnen weniger Informationen über Bewegung und Sport gegeben und korrelierend damit schrieben auch die SchülerInnen weniger über Bewegung. Eine mögliche Vorbildwirkung sollte hier genauer untersucht werden.

### *Hygiene, Suchtmittel, Schlaf und kreative, intellektuelle Aktivitäten*

Die Mesoebenen (Hygiene, Suchtmittel, Schlaf und kreative, intellektuelle Aktivitäten) konnten induktiv von den Kindertexten gewonnen werden und sind interessanterweise nur von den Kindern angesprochen worden. Diese Bereiche sind sehr wichtig für ein gesundes Leben (vgl. Kapitel 2.2) und blieben von den Eltern und den Lehrerinnen größtenteils unerwähnt. So wussten vor allem die vierten Klassen über die Relevanz von Körperpflege, Suchtprävention und ausreichend Schlaf. Im Fall vom Lesen und Fernsehen wurde auch hier wieder eine Dichotomie von gesund und ungesund bei den Freizeitaktivitäten erkannt.

### 7.3 Soziales Umfeld

#### *SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Verhältnis*

Die SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Beziehung ist allen Lehrerinnen und allen Eltern sehr wichtig, da somit der Unterricht erleichtert wird (ILA, ILC) und die Zusammenarbeit die besten Resultate hervorbringt (ILE). Von den LehrerInnen wird die Beziehung zu den Kindern als freundschaftlich und offen (ILA, ILD, ILF), wertschätzend (ILB), kollegial (ILC) und sehr gut (ILE, ILG) bezeichnet.

Das Verhältnis zwischen LehrerInnen und Eltern wird als freundschaftlich und offen (ILA, ILF), sehr gut oder wertschätzend (ILB, IEM, IEN), kollegial (ILC) und okay (ILD, ILE) angegeben. ILF und ILG meinen, dass sie wenig Kontakt zu den Eltern haben.

Das ist jetzt eine erste Klasse, wir sind noch ziemlich neu, aber wir werden jetzt Kontakte pflegen. Die Eltern sind an mich herangetreten, ob wir uns außerschulisch auch zusammensetzen oder treffen könnten, das werden wir jetzt nach den Ferien starten. Aber bis jetzt hat es keine Probleme gegeben, da bin ich mit allen ganz problemlos zurechtgekommen und ausgekommen. (ILF, Z. 99-103)

Ich muss sagen zu den Eltern hab ich gar nicht so viel Kontakt, sie kommen, wenn irgendeine Beschwerde oder irgendein Anliegen ist, aber an und für sich ist mit den Eltern der Elternsprechtage und ansonsten gibt es da nicht so viel Kontakt. (ILG, Z. 66-68)

Die Eltern stehen dem Gesundheitsförderungsprojekt positiv gegenüber (ILA, ILB, ILD, ILE, ILG) beispielsweise durch Hilfe bei der gesunden Jause (ILA, ILB, ILD, IEM), aber geben dann auch oftmals ungesunde Getränke und Süßigkeiten als Jause mit (ILC). Ein Elternteil (IEN) glaubt, dass sich derzeit keine Elternteile in den Klassen der eigenen Kinder engagieren.

#### *Soziale Kompetenzen*

Selbstständiges und eigenverantwortliches Handeln und Lernen wird von ILA, ILD, ILE, ILF und ILG gefördert. Dies wird durch positive Verstärkung und Rollenspiele (ILB, ILC, ILD) oder durch eigenständiges Arbeiten und die Möglichkeit kreativ zu sein erreicht (ILE, ILF, ILG). Ermahnungen werden eher selten eingesetzt (ILC). ILD legt Wert auf Teamtraining und integriert Übungen zur Kooperation.

Den Eltern (IEM, IEN) ist die Arbeit an den sozialen Kompetenzen der Kinder sehr wichtig und glauben, dass Selbstständigkeit und Eigenverantwortlichkeit der Kinder gefördert werden. IEN meint: „[Die Kinder] müssen viel selbstständig erarbeiten in den Stunden. Sie müssen ein gewisses Tagespensum schaffen, wenn sie es nicht schaffen, müssen sie es zu Hause fertig machen, also das find ich schon ganz gut, ja.“ (IEN, Z. 74-76)

Ein Beratungslehrer kommt an die Schule um mit Übungen die sozialen Kompetenzen der SchülerInnen zu bestärken. Die Themen werden an die jeweiligen Klassen angepasst (ILB, ILE, ILF)

### *Aktivitäten mit der Familie und Freunden*

15 Kinder schrieben, dass Aktivitäten mit Familienmitgliedern und Freunden wichtig für die Gesundheit sind (T3A, T3B, T3C, T3F, T3I, T3J, T3K, T3L, T3M, T3N, T3R, T3T, T3W, T4D, T4M).

## **Interpretation**

Das Verhältnis zwischen SchülerInnen, Lehrerinnen und Eltern wird von Seiten der Eltern und der Lehrerinnen als sehr gut bezeichnet. Die SchülerInnen haben sich dazu nicht geäußert. Nichtsdestotrotz kann aufgrund der Wahl der Terminologie angenommen werden, dass die Lehrerinnen ihre Beziehung mit den SchülerInnen ein wenig besser einschätzen als die zu den Eltern. So wird auch von zwei Lehrerinnen angegeben, dass sie wenig Kontakt zu den Eltern haben. Diese dreiseitige Beziehung wird aus Sicht der Erwachsenen als sehr wichtig bezeichnet, da ein funktionierendes Verhältnis die Arbeit sehr erleichtern kann und problematische Beziehungen immer einen erschwerenden Charakter für die Lehrerinnen haben.

Die Lehrerinnen meinen, dass die Mehrzahl der Eltern dem Gesundheitsförderungsprojekt positiv gegenüber steht und sich bei der Organisation der gesunden Jause involviert. Dies steht im Gegensatz zu der Meinung eines Elternteils. Dieser meint, dass sich derzeit keine Eltern in den Klassen der eigenen Kinder einbeziehen. Einige Eltern haben auch kein Interesse an dieser Stelle aktiv zu werden. So haben einige Kinder immer noch ungesunde Jausen in der Schule mit.

Von fünf der Lehrerinnen wird versucht Eigenverantwortlichkeit und Selbstständigkeit in den SchülerInnen zu fördern. Die Lehrerinnen versuchen auch positiv zu verstärken und setzen Ermahnungen eher selten ein. Nur eine Lehrerin meinte, dass in ihrem Unterricht Teamtraining integriert werden, wodurch sich hier eine Vielzahl an Verbesserungsmöglichkeiten anbieten würde. Den Eltern sind die sozialen Kompetenzen ihrer Kinder ebenfalls sehr wichtig.

Auch in diesem Bereich kommt ein externer Beratungslehrer, der mit den SchülerInnen Übungen durchführt (vgl. Kapitel 3.2). Die Themen orientieren sich an der Förderung der sozialen Kompetenzen der Kinder und werden zumeist von den Lehrerinnen und dem Beratungslehrer gewählt, was Vor- und Nachteile bringen kann, da es die LehrerInnensicht ist, die wichtigen Themen im Klassenverband definiert.

## 7.4 Lebens- und Arbeitsbedingungen

### *Schulklima*

Es herrscht in der Schule ein fairer, wertschätzender und respektvoller Umgang miteinander, der auch von viel Vertrauen und gegenseitiger Akzeptanz geprägt ist (ILB, ILD, ILG). Ein höflicher und freundlicher Umgang mit allen ist einer der wichtigsten Aspekte der Schule, äußern ILA, ILC, ILD und ILE. Es wird versucht eine positive Lebenseinstellung zu vermitteln, was durch das gute Schulklima unterstützt wird und die SchülerInnen auf ihr weiteres Leben vorbereiten soll (ILD, ILF)

Das Schulklima wird von ILA, ILB ILC, ILE, ILF und ILG als wichtig und förderlich für ein gesundes Leben gesehen, was somit von allen Lehrerinnen gleich gesehen wird mit der Ausnahme von ILD, welche sich nicht zu der Thematik geäußert hat.

ILA ist der Ansicht, dass viele Kinder nur in der Schule über Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht lernen und dies zu Hause zu wenig behandelt wird, wohingegen IEN meint, dass bezüglich Rücksicht, Toleranz und Höflichkeit bereits einiges in der Schule gemacht wird, aber es könnte nach IENs Meinung mehr sein.

Die LehrerInnen haben untereinander ein gutes Teamklima und unterstützen sich gegenseitig (ILB).

### *Freiräume*

Freiräume finden die SchülerInnen vor allem in den Pausen, die wetterbedingt dafür genutzt werden, dass sich die Kinder frei bewegen können, was von allen Lehrerinnen genannt wurde. ILA meint, dass durch diese Pausen die Kinder entspannter werden:

Wir haben 20 Minuten große Pause [...] Aber in den 20 Minuten versuchen wir schon, wenn das Wetter passt, hinauszugehen, weil einfach in der frischen Luft ist die Pause dann entspannter als herinnen. Aber wie gesagt, die Kinder dürfen sich in der großen Pause auch bewegen, sie müssen nicht in der Klasse oder am Platz sein, die ersten Klassen sind im Gang zum Turnsaal, die dürfen den ganzen Gang auf und ab flitzen. (ILA, Z. 141-145)

Es gibt jedoch auch offene Lernformen (ILB, ILE).

## **Interpretation**

In Bezug auf die Determinanten der Gesundheit (vgl. Kapitel 2.2; FGÖ Darstellung, 2005a) kann erkannt werden, dass die LehrerInnen vermehrt auf die Bereiche der inneren Kreise und somit auf persönliche Verhaltens- und Lebensweisen und danach auf soziale Aspekte wie das Umfeld oder die sozialen Kompetenzen Wert legen. Die Lebens- und Arbeitsbedingungen werden in Bezug auf Gesundheitsförderung weit weniger behandelt als die soeben genannten Bereiche.

Ein fairer, wertschätzender und respektvoller Umgang miteinander ist den meisten Lehrerinnen und den Eltern sehr wichtig, da somit die Gesprächsbasis auch von Respekt und Höflichkeit geprägt ist, was für ein funktionierendes Miteinander unabdingbar ist. Weiters wird auch versucht eine positive Lebenseinstellung zu vermitteln, was auch für die Gesundheit förderlich sein kann. Ein positives Schulklima ist für alle Beteiligten (vorrangig für die SchülerInnen und LehrerInnen, aber auch zu einem Teil für die Eltern) gleichermaßen förderlich und sollte aus diesem Grund auch immer wieder Thema bei der Gesundheitsförderung werden. Die Lehrerinnen sind sich einig, dass ihnen aus diesem Grund das Schulklima sehr wichtig ist.

Ein interessanter Aspekt ist die Tatsache, dass sich eine Lehrerin äußerte, dass viele Kinder nur noch in der Schule über Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht lernen und dies bei den Kindern zu Hause vernachlässigt wird. Ein Elternteil meinte, dass die Schule mehr in diese Richtung arbeiten könnte und vermehrt diese Aspekte im Unterricht behandeln könnte. Die Frage von wie weit sich die Schule in die Erziehungsarbeit der Eltern integrieren sollte, kann an dieser Stelle nicht beantwortet werden. Dennoch sollte bedacht werden, dass eine Kooperation zwischen Eltern und LehrerInnen auch für die Thematik der Erziehung der Kinder in Hinsicht auf Gesundheitsförderung unablässig ist und von beiden Seiten ernst genommen werden muss.

Es wurde bis jetzt wenig Bezug auf den Gesundheitszustand der LehrerInnen alleine genommen. Dieser Aspekt ist aber genauso wichtig wie die Gesundheitsförderung der Kinder. So ist auch die Zusammenarbeit unter den Lehrerinnen von überaus großer Bedeutung für ein ganzheitlich gesundes Schulklima, was an der VS Bad Sauerbrunn jedoch gegeben sein dürfte.

Freiheiten sind für alle Personen und somit auch für die SchülerInnen von großer Bedeutung um sich selbst ausleben und verwirklichen zu können. Dies bedeutet, dass sie Freiräume bezüglich einer räumlichen Dimension erfahren können, aber auch auf kognitiven und sozialen Ebenen. Die Ausweitung dieses Bereichs kann vielfältig ausfallen, da an dieser Stelle noch großes Verbesserungspotenzial besteht.

## **7.5 Umsetzung von Gesundheitsförderung**

### *Unterrichtsinhalte, -praktiken und -methoden*

Die Umsetzung des Gesundheitsförderungsprojekts beinhaltet vielschichtige Ansätze, sodass Eltern eine gesunde Jause einmal pro Woche anbieten, Studierende des Zentrums für Sportwissenschaft und Universitätssport etwa monatlich

Bewegungseinheiten abhalten und Themen wie der Körper, die Körperpflege und die Zahnhygiene im Unterricht in Form von Projekten behandelt werden (ILG)

Die Themen der Gesundheitsförderung werden von der jeweiligen Lehrerin vorgegeben (ILA). Bei ILF sind das vor allem Ernährung und Bewegung. Neben der Vermittlung von theoretischem Grundlagenwissen wird auch immer ein praktischer Teil angeboten (ILA, ILC, ILD). Offenes Lernen, Frontalunterricht und Gruppenarbeiten werden verwendet um Theorie und Praxis der Gesundheitsförderung zu vermitteln (ILB, ILD, ILG), wobei oftmals auf das Vorwissen der Kinder aufgebaut wird (ILD) und alltägliche Materialien verwendet werden (ILE, ILG).

Ja, das ist so ein Miteinander. Ja es soll was von den Kindern kommen, man gibt einmal Anregungen, und es soll halt dann von den Kindern kommen, es ist ein Miteinander, Gewisses wird vorgegeben, an gewissen Sachen sollen die Kinder experimentieren oder selbstständig arbeiten. Ich denk mir das ist so eine gesunde Mischung aus dem. Ja es ist oft auch anders. Manchmal nimmt man sich was ganz toll vor, stellt man sich das ganz toll vor, dann wird es nicht so. Manchmal kommt ganz viel von den Kindern, steigen einem die besser ein auf ein Thema, da kommt viel mehr von den Kindern, das ist immer so interessensabhängig oder wie es gerade passt. (ILD, Z. 89-96)

Nach anfänglicher Unsicherheit fühlt sich ILA nun sicher im Unterrichten von „Gesunde Ernährung“ (ILA). ILF, persönlich, unterrichtet keine eigenen gesundheitsfördernden Einheiten. ILD bezieht Gesundheit immer wieder zwischendurch in den Unterricht ein, wobei ILD auch Themen wie alternative Energien als Teil von Gesundheit sieht

Das eigene Erleben der Kinder ist essentiell, da sie es sonst nicht verinnerlichen (ILA). Themen, bei denen die Kinder selbst aktiv sein können, egal ob im Bewegungsbereich oder im Ernährungsbereich, kommen am besten an (ILA, ILF) und die Kinder reagieren sehr positiv auf die abwechslungsreichen und ansprechend gestalteten Einheiten (ILB, IEN).

Die Meinungen der Lehrerinnen bezüglich der Aufnahmekapazität der Kinder gehen weit auseinander. So glaubt ILC, dass die Kinder ohnehin wissen, was gesund ist. ILD meint wiederum, dass es den Kindern nicht ganz bewusst ist, worum es in gesundheitsfördernden Einheiten geht, auch wenn sie von diesen durch die Möglichkeiten des selbstständigen Arbeitens und des Kreativ-Seins begeistert sind. Auch ILA spricht von Schwierigkeiten bei der Umsetzung: Der Versuch einer projektorientierten Arbeitsweise gestaltete sich als schwierig, da ILA meint, dass Vorwissen und grundlegendes Sachwissen bei den Kindern fehlt.

Die Eltern (IEM und IEN) meinen, dass das Projekt keine Auswirkungen auf ihr privates Leben gehabt hat. Weiters wissen beide auch nicht welche Methoden und Konzepte im Gesundheitsförderungsunterricht angewendet oder welche Themen besprochen werden, aber IEM bezeichnet die Unternehmungen, die hinsichtlich Gesundheitsförderung gemacht werden, als „top“. IEM glaubt, dass Zähneputzen, Körperpflege und gesunde Ernährung, die Themen sind, die im Unterricht behandelt werden.

### *Stärken*

Das Involvieren von ExpertInnen – eine Biobäuerin, die Sportstudierenden und die Diätologin, Sportvereinen – stellt eine Stärke dieses Projekts dar (ILA, ILB, ILC, ILD, ILE, ILF, ILG, IEN) genauso wie die Kooperation zwischen SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern (ILB, ILG). Die Kinder können hierbei auch praktische Erfahrungen sammeln (ILF) und bei allen kann altes Wissen aufgefrischt und neue Impulse gesetzt werden (ILF).

ILE sieht die Stärken des Projekts, dass der Schwerpunkt auf den Bewegungsaspekt gelegt wurde und dass den Kindern ihr Verhalten bewusst gemacht wird:

„Die Stärken ist vielleicht doch, dass mehr Augenmerk auf die Bewegung gelegt wird als früher war und dass das den Kindern auch bewusst wird und sie Spaß an der Bewegung haben eigentlich.“ (ILE, Z. 124-126)

ILC sieht die Möglichkeit langfristig Projekte an der Schule durchzuführen als eine der Stärken des gesundheitsfördernden Projekts.

ILF, IEM haben Schwierigkeiten Stärken zu definieren.

### *Verbesserungsvorschläge*

Durch den vielfältigen Input von zahlreichen ExpertInnen sehen ILA, ILF, ILG, IEM keinen Bedarf an Verbesserung des gesundheitsfördernden Projekts.

Die Personen, die Vorschläge haben, unterscheiden sich grundlegend in ihren Ideen. ILB findet, dass eine Evaluation des gesundheitsfördernden Projekts sinnvoll wäre. ILC meint, dass die Zusammenarbeit mit Vereinen weitere Verbesserungen bringen könnte. Als Verbesserungsvorschlag nennt ILD den Wunsch in den vierten Klassen mehr Freiheit zur Umsetzung von eigenen Schwerpunkten zu erhalten, da eine Vielzahl von Aktivitäten oft zum Organisationsproblem wird. ILE würde als Verbesserungsvorschlag nennen, dass vermehrt Augenmerk auf die Bewegung der Kinder und die Ernährung gelegt werden müsste. Zur Verbesserung könnte man auch noch laut IEN vermehrt mit den Kindern besprechen, welchen Wert Gesundheit hat

### *Stellenwert des Gesundheitsförderungsprojekts*

Alle Befragten sind sich eindeutig einig, dass Gesundheitsförderung einen hohen bis sehr hohen Stellenwert an der VS Bad Sauerbrunn hat, da es auch für die Lehrerinnen und Eltern einen persönlichen sehr wichtigen Stellenwert in ihrem Leben hat. ILD meint auch, dass es ein Unterrichtsprinzip darstellt und in viele Fächer einfließt.

## **Interpretation**

### *Unterrichtsinhalte, -praktiken und -methoden*

Die Vielschichtigkeit der Umsetzung des Projekts bringt enorme Vorteile, da somit ein ganzheitlicher Zugang gewählt wurde, der für eine effektive Gesundheitsförderung erforderlich ist (vgl. Kapitel 4.2). Dies bezieht sich vor allem auf die Mitwirkung von Eltern, LehrerInnen, SchülerInnen und ExpertInnen.

Bei der Umsetzung wurden die zwei Schwerpunkte auf Ernährung und Bewegung gelegt, was in der Interpretation bereits ersichtlich war und erwähnt wurde. Die Themen innerhalb dieser Einheiten werden größtenteils von den Lehrerinnen vorgegeben, wobei im Bewegungsbereich die Sportstudierenden größtenteils die Themen vorschlagen. Von Seiten der Lehrerinnen wird meistens zuerst ein theoretischer Input gegeben und danach praktisch gearbeitet, wobei eine Lehrerin bewusst auf das Vorwissen der Kinder aufbaut. Die Lehrerinnen wissen über die Wirksamkeit von eigenen Erfahrungen und versuchen aus diesem Grund die Kinder zu den Themen aktiv werden zu lassen, sodass die Thematik verinnerlicht werden kann. Da die Kinder sehr positiv und erfreut auf die abwechslungsreichen Einheiten reagieren, wird angestrebt, dass eine möglichst große Vielfalt angeboten wird.

Das Engagement der Lehrerinnen ist sehr unterschiedlich. Während eine Lehrperson selbst sagt, dass sie keine gesundheitsfördernden Einheiten durchführt, beziehen andere die Thematik immer wieder in den Unterricht ein und versuchen mit unterschiedlichen Methoden den Unterricht zu gestalten. So ist auch die Einschätzung der Lehrerinnen bezüglich der SchülerInnen sehr unterschiedlich. Einige bezweifeln, dass die Kinder vollständig verstehen können was Gesundheitsförderung und Gesundheit tatsächlich bedeutet und eine andere Lehrerin meint, dass die Kinder ohnehin wissen, was gesund ist. Beide Meinungen scheinen extrem und sollten kritisch hinterfragt werden.

Es ist negativ zu beurteilen, dass die Eltern der Meinung sind, dass das Gesundheitsförderungsprojekt der Schule keine Auswirkungen auf das private Leben der Kinder hat, da vorrangig durch die Themenauswahl eine Veränderung der persönlichen Verhaltens- und Lebensweisen angestrebt wird. Es scheint auch zu wenig

Informationsaustausch in Hinsicht auf die Methodenauswahl zu geben, da die Eltern von diesen nicht wissen.

Für eine funktionierende Gesundheitsförderung müsste eine verbesserte Verbindung zum Alltag außerhalb der Schule angeregt werden, sodass das Gesundheitsförderungsprojekt effektiv greifen kann.

### *Stärken und Verbesserungsvorschläge*

Es ist positiv zu bewerten, dass die Stärken von allen Befragten nahezu gleich gesehen werden, wobei zwei Personen Schwierigkeiten hatten Stärken zu definieren. Die Mitwirkung von externen ExpertInnen stellt die große Stärke dieses Projekts dar (vgl. Kapitel 3.2). Weiters bringt die Kooperation zwischen LehrerInnen, Eltern und SchülerInnen den notwendigen Rückhalt um das Projekt durchzuführen, da vor allem das persönliche Engagement der einzelnen Personen (vorwiegend das der Lehrerinnen) ausschlaggebend für die Qualität dieses Projekts ist.

Die Konzentration auf Ernährung und Bewegung wird von einer Lehrerin nochmals hervorgehoben, da jene für die Lehrerin als entscheidend für Gesundheit angesehen werden. Hier sollte versucht werden durch Fortbildungen vom Laienbegriff (vgl. Kapitel 2.1) zu einem professionellen Begriff zu wechseln.

Durch den Einsatz der Expertinnen sehen vier Befragte keine Notwendigkeit in der Verbesserung oder Veränderung des Projekts, was hinterfragt werden sollte. Andere meinten, dass eine Evaluation hilfreich wäre, was von fachkundiger Seite eine Notwendigkeit für ein gutes Gesundheitsförderungsprojekt darstellt. Auch würden die Lehrerinnen selbst mehr Freiheiten im Unterricht wünschen, was in ähnlicher Weise bereits in Hinsicht auf die Schülerfreiräume besprochen wurde.

### *Stellenwert des Gesundheitsförderungsprojekts*

In diesem Bereich waren sich alle Befragten einig, dass Gesundheitsförderung einen sehr hohen Stellenwert an der Schule und in ihrem Privatleben einnimmt, wodurch die Basis für weitere Aktionen in Hinsicht auf Gesundheitsförderung gegeben ist.

Einige wichtige Aspekte werden an dieser Stelle zusammengefasst und hervorgehoben. Die Interpretation der Ergebnisse hat gezeigt, dass aufgrund der Äußerungen der Interviewten der Schwerpunkt der Gesundheitsförderung bei der Ernährungslehre liegt, gefolgt von der Bewegungserziehung. Einige interviewte Personen nannten soziale Kompetenzen hinsichtlich der Teilbereiche der Gesundheitsförderung. Die SchülerInnen

gaben neben Ernährung und Bewegung vor allem auch die negative Wirkungen von Aspekten wie Suchtmittel an<sup>8</sup>.

Es ist positiv zu vermerken, dass sich die Eltern und Lehrerinnen einig waren in Bezug auf das Schulklima und das SchülerInnen-LehrerInnen-Eltern-Verhältnis, die von allen als positiv bezeichnet wurden<sup>9</sup>. So haben vor allem auch die Lehrerinnen ein positives Verhältnis zu einander. Ein wenig kritisch muss die Tatsache gesehen werden, dass sich die Lehrenden kaum über das Unterrichtsfach „Bewegung und Sport“ äußerten, da dies vermuten lässt, dass an dieser Stelle Defizite bestehen und Verbesserungen ansetzen könnten<sup>10</sup>.

Auch im Bereich der sozialen Kompetenzen könnte vermehrt gearbeitet werden, da zwar Eigenverantwortlichkeit und Selbstständigkeit von einigen Lehrerinnen unterstützt wird, aber es könnte im Zuge eines Themenschwerpunktes weiter forciert werden. Ähnliches gilt auch für den Bereich der Freiräume, die bei Schönwetter hauptsächlich in den Hofpausen gegeben sind. Das Schaffen von Freiräumen innerhalb des Schulgebäudes sollte somit angestrebt werden.

In Bezug auf die Umsetzung kann gesagt werden, dass die Qualität der Gesundheitsförderung sehr vom persönlichen Engagement der Lehrerinnen abhängt. So können die zwei vorrangigsten Stärken dieses Projekts durch die Involvierung von ExpertInnen, die auch zur Wissensvermehrung bei Eltern und Lehrerinnen beitragen, und durch die Einsatzbereitschaft der Lehrerinnen benannt werden. Ein möglicher Ansatzpunkt besteht bei der Vermittlung von theoretischen Hintergrundinformationen in Hinsicht auf soziale, physische und gesellschaftliche Gesundheitsfaktoren.

Derzeit setzt die Gesundheitsförderung vor allem im Bereich der persönlichen Verhaltens- und Lebensweisen an, was eine Vielzahl an gesundheitsfördernden Möglichkeiten im Bereich des Settings Schule offen lässt.

### **7.6 Das Gesundheitsverständnis an der VS Bad Sauerbrunn**

Die Kernfrage dieser Arbeit beschäftigt sich mit dem Gesundheitsverständnis an der VS Bad Sauerbrunn. Aus diesem Grund wurde eine Darstellung entwickelt, die das Verhältnis des Gesundheitsverständnisses an der VS Bad Sauerbrunn zum aktuellen Forschungsstand optisch aufbereiten soll.

---

<sup>8</sup> Die Darstellung des Gesundheitsverständnisses ist dem Kapitel 7.6 zu entnehmen.

<sup>9</sup> Die Sicht der Kinder ging aus den Zeichnungen und Texten nicht hervor.

<sup>10</sup> Konkrete Verbesserungsvorschläge werden im Kapitel 8.2 angeboten.

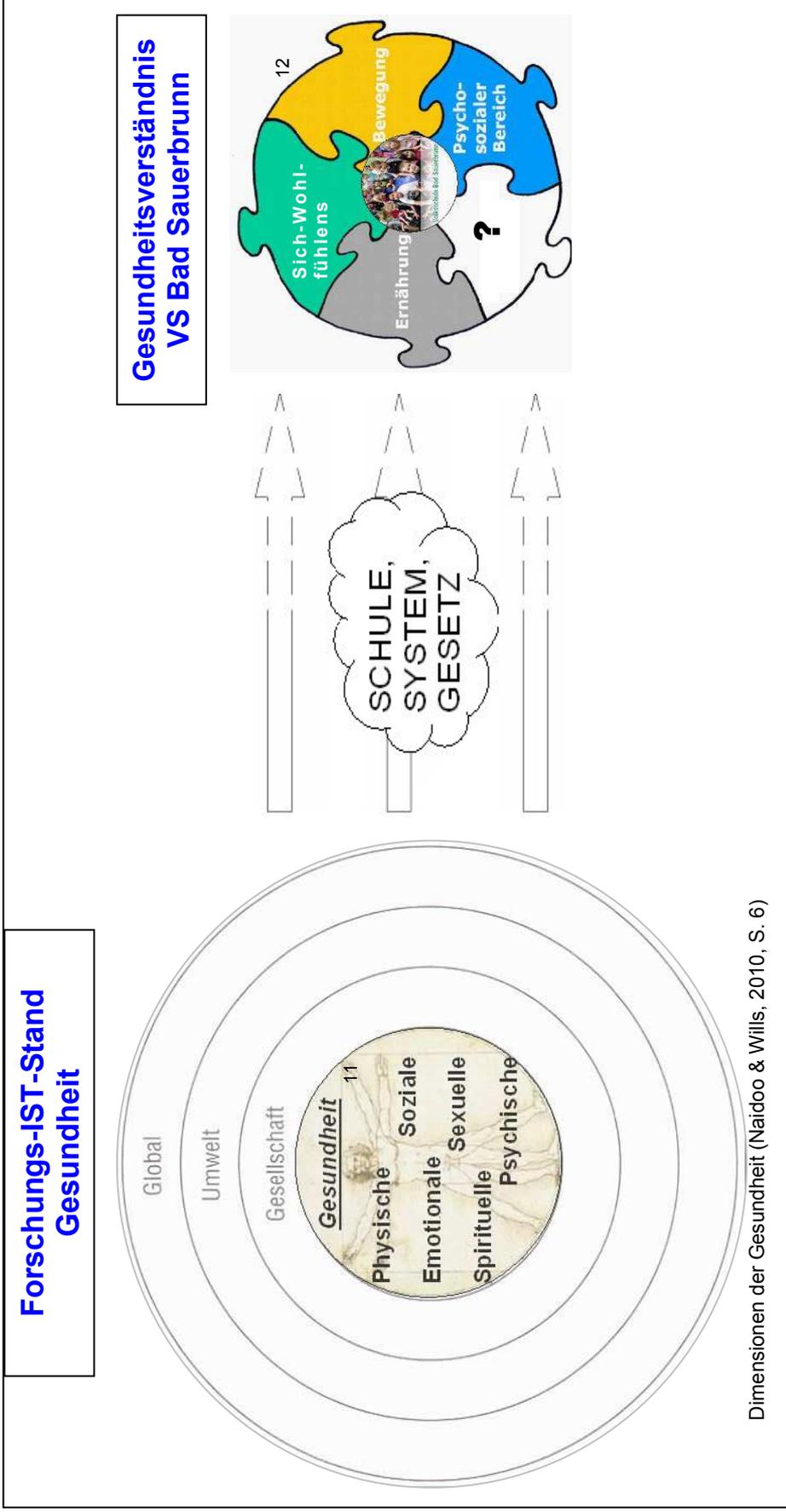


Abb. 10: Verhältnis des Gesundheitsverständnisses an der VS Bad Sauerbrunn zum aktuellen Forschungsstand (eigene Darstellung)

<sup>11</sup> Bilddownload. Zugriff am 11. August 2011 unter [http://www.saarland.de/bilder/thema\\_gesundheit/gesundheit\\_heute\\_rdx\\_234x248.gif](http://www.saarland.de/bilder/thema_gesundheit/gesundheit_heute_rdx_234x248.gif)

<sup>12</sup> Bilddownload. Zugriff am 11. August 2011 unter <http://www.mhskorneuburg.ac.at/PictsGesundeSchule/symbol.jpg>

Die Abbildung zehn zeigt das summative Verständnis von Gesundheit an der VS Bad Sauerbrunn. Der linke Kreis repräsentiert den aktuellen Forschungsstand in Hinsicht auf das Verständnis von Gesundheit. Hierzu wurde Naidoo & Wills (2010, S.6) Darstellung der Dimensionen der Gesundheit gewählt, die bereits in Kapitel 2.2 näher erläutert wurde. Sie bietet einen ganzheitlichen Zugang zu der Thematik und integriert einerseits physische, psychische, emotionale, soziale, sexuelle und spirituelle Aspekte eines Individuums und andererseits wird die Umgebung (wie Lebens- und Arbeitswelten, politische Situationen) einer Person im Sinne der Gesellschaft, der Umwelt und der globalen Welt inkludiert.

Da jedoch (Fach-)Wissen nicht direkt übertragbar ist und sich in einem ständigen Wandel und der Weiterentwicklung befindet, entsteht eine Diskrepanz zwischen dem Forschungsstand und der Meinungen bzw. Überzeugungen der Bevölkerung. Weiters entsprechen gesetzliche Grundlagen und Lehrpläne oftmals nicht diesem IST-Stand der Forschung, wodurch ebenfalls Abweichungen auftreten.

Aufgrund der durchgeführten Studie konnte erhoben werden, dass derzeit ein Gesundheitsverständnis an der VS Bad Sauerbrunn besteht, das dem Laienbegriff (Kap. 2.1) sehr nahe kommt<sup>13</sup>. Vorrangig wird Gesundheit mit dem Sich-Wohlfühlens, gesunder Ernährung, Bewegung und der psychischen Ausgeglichenheit gleich gesetzt. Diese Aspekte haben ihre Relevanz und sind entscheidend für die Gesundheit einer Person. Nichtsdestotrotz greift das Verständnis nicht weit genug und sollte um die fehlenden Faktoren, vorrangig die der Umwelt und der Gesellschaft, erweitert werden.

*Zusammenfassend kann gesagt werden, dass in diesem Kapitel die Ergebnisse der durchgeführten Studie präsentiert und diskutiert wurden. Dabei waren sowohl sehr positive Resultate zu erkennen als auch Ansatzpunkte für kommende Zielsetzungen. Beispiele für solche weiteren Aktionen werden im nächsten Kapitel gegeben.*

---

<sup>13</sup> In Gesprächen nach den Interviews konnte in Erfahrung gebracht werden, dass aktuelle, wissenschaftliche Ansätze bei den Lehrerinnen bekannt sind, jedoch werden diese nicht im aktiven Sprachgebrauch angesprochen, was vermuten lässt, dass dies noch nicht verinnerlicht wurden.

## 8 Conclusio

*In diesem abschließenden Kapitel werden einerseits die Ergebnisse nochmals kurz zusammengefasst und andererseits ein Ausblick für die Zukunft gegeben, der Verbesserungsvorschläge für das Gesundheitsförderungsprojekts anbietet.*

### 8.1 Zusammenfassung

Diese Arbeit hat gezeigt, dass sich das Verständnis des Begriffes „Gesundheit“ in den letzten Jahrzehnten sehr verändert hat. Gesundheit wird nicht mehr durch eine objektive Abwesenheit von Krankheit definiert, sondern vor allem durch ein subjektives Wohlbefinden in unterschiedlichen Bereichen. So werden mittlerweile die Determinanten der Gesundheit in die folgenden Bereiche eingeteilt: 1) individuelle Faktoren, 2) individuelle Lebens- und Verhaltensweise, 3) soziale und kommunale Netzwerke, 4) Lebens- und Arbeitsbedingungen und 5) allgemeine Bedingungen der sozioökonomischen, kulturellen und physischen Umwelt (FGÖ, 2005a).

Mit der Änderung des Gesundheitsbegriffes musste sich auch der Zugang zur Förderung der Gesundheit Adaptierungen unterziehen. Das Prinzip der Gesundheitsförderung löste als ganzheitliches, übergeordnetes Konzept die Prävention und die Gesundheitserziehung als Einzelmaßnahmen ab. Dennoch sind beide Ansätze erhalten geblieben, indem diese in die Gesundheitsförderung eingegliedert wurden. Somit stellt die Gesundheitsförderung Maßnahmen dar, die auf unterschiedlichen Ebenen wirken und heutzutage eng mit den Begriffen Setting, Partizipation und Empowerment verknüpft sind, die bereits in der Ottawa Charta Erwähnung fanden. Das Individuum soll einerseits „empowert“ (ermächtigt) werden selbst Einfluss auf den eigenen Gesundheitszustand nehmen zu können, damit die Voraussetzungen der Partizipation gegeben sind und andererseits werden (Struktur-)Veränderungen innerhalb eines Settings vorgenommen, wodurch die Umgebung positiv auf die Gesundheit wirken kann.

Es wurde gezeigt, dass seit 1997 Gesundheitsförderung in der Schule durch den Lehrplan fest verankert ist. Die Zielsetzungen entsprechen dem Setting-Ansatz, in dem die Schule als gesundheitsförderliche Umgebung für SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern gesehen werden. Weiters wurde gezeigt, dass Gesundheitsförderung bei den persönlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten ansetzt, was durch eine Verbindung von Schule und Umgebung, Förderung der sozialen Kompetenzen und die Dokumentation ergänzt wird. Zum größten Teil erfüllen diese Zielsetzungen auch die Dimensionen der Gesundheitsförderung, die von Hurrelmann und Nordlohne (1993, S. 106) als die curriculare, die soziale, die ökologische und die kommunale Dimension definiert wurden.

Faltermaier (2005, S. 320) hat diese vier Dimensionen um weitere vier Dimensionen (Organisation, Akzeptanz, Fort- und Weiterbildung der Lehrkräfte, Konzept) erweitert. Diese Bereiche ermöglichen ein breites Spektrum an möglichen Ansatzpunkten für Gesundheitsförderung in der Schule, auch wenn es unwahrscheinlich scheint, dass alle Aspekte innerhalb eines Projekts umgesetzt werden können.

Im Zentrum dieser Arbeit steht jedoch die qualitative Studie an der Volksschule Bad Sauerbrunn. Die wesentlichsten Ergebnisse<sup>14</sup> werden an dieser Stelle nochmals komprimiert in einer Aufzählung zusammengefasst.

1. Gesundheit hat bei allen Befragten einen hohen Stellenwert und alle assoziieren gesunde Ernährung und Bewegung mit dem Begriff, was im hohen Maße dem Laienbegriff entspricht.
2. Die meisten Lehrerinnen haben keine oder eine veraltete Ausbildung (im Bereich Ernährungslehre) auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung absolviert.
3. Das Internet und andere Medien dienen für alle Interviewten als Quelle der Information für Gesundheitsaspekte und Gesundheitsförderung.
4. Die zwei Schwerpunkte des Projekts sind „Ernährung“ und „Bewegung“.
5. Experten (eine Biobäuerin, Sportstudierende, ein Beratungslehrer) werden in den Unterricht integriert.
6. Das Fach „Gesunde Ernährung“ wird in den dritten Klassen vierzehntägig durchgeführt, das von den Kindern positiv aufgenommen wird.
7. Die Lehrerinnen gehen sehr unterschiedlich mit der Thematik um und vertreten unterschiedliche Richtlinien.
8. Der Bewegung- und Sportunterricht wird kaum von den Lehrerinnen angesprochen.
9. Die Lehrerinnen zweifeln an der Fähigkeit der SchülerInnen die Thematik der Gesundheitsförderung zu verstehen.
10. Die Kinder unterscheiden Nahrungsmittel und Aktivitäten nach gesund und ungesund.
11. Die SchülerInnen glauben, dass sie gesund werden oder bleiben, wenn sie täglich einen Apfel essen.
12. Die Eltern wissen wenig über das Ernährungsprogramm der Schule, stehen dem Projekt jedoch positiv gegenüber und engagieren sich ab und zu.
13. Nur die SchülerInnen sprachen die Thematiken der Hygiene, der Suchtmittel und ausreichend Schlaf an.

---

<sup>14</sup> Die detaillierte Ausführung der Ergebnisse kann in Kapitel sieben nachgelesen werden.

14. Das SchülerInnen-Lehrerinnen-Eltern-Verhältnis ist sehr gut, freundlich und offen, was den Lehrerinnen und Eltern sehr wichtig ist.
15. Die sozialen Kompetenzen der SchülerInnen werden von den Lehrerinnen und einem externen Beratungslehrer gefördert.
16. Die Gesundheitsförderung ist vor allem personenorientiert an der VS Bad Sauerbrunn.
17. Den Lehrerinnen und Eltern ist ein respektvoller, fairer und wertschätzender Umgang miteinander sehr wichtig und sie glauben, dass dies förderlich für ein gesundes Leben ist.
18. Die Gesundheit der Lehrerinnen ist derzeit kein vorrangiges Thema in Bezug auf Gesundheitsförderung an der Schule.
19. Laut der Lehrerinnen haben die Kinder öfters die Möglichkeit Freiräume in Form von Hofpausen für sich zu nutzen.
20. Methodisch gesehen wird oftmals ein theoretischer Input zum passenden Thema von den Lehrerinnen gegeben, bevor die Klasse selbst praktisch erleben kann.
21. Das große, persönliche Engagement der Lehrerinnen stellt eine Stärke des Projekts dar.
22. Es fällt allen Beteiligten schwer Verbesserungsvorschläge für das Projekt zu nennen.
23. Die Eltern meinen, dass das Gesundheitsprojekt keinen Einfluss auf ihr familiäres Leben hat.
24. Die Meinungen der Lehrerinnen finden sich oftmals in den Aussagen der SchülerInnen wieder.

Durch die mehrfache Reduktion und Generalisierung anhand von Mayrings (2000b) qualitativer Inhaltsanalyse, konnten in der Auflistung 24 essentielle Kernaussagen der Studie präsentiert werden. Werden diese kritisch betrachtet, bieten sich diese als Ausgangspunkte für Verbesserungsvorschläge an.

## **8.2 Ausblick**

Ziel dieser Arbeit ist es lösungsorientierte Ansätze zu präsentieren, wodurch eine Verbesserung des Gesundheitsverständnisses und der Gesundheitsförderung initiiert werden soll. Dabei wurden Faltermaiers (2005, S. 321) und Hurrelmann und Nordlohnes (1993, S. 106) Dimensionen als Orientierungshilfe verwendet um die folgenden Vorschläge zu kategorisieren. Die Auflistung folgt keiner Rangfolge. Vielmehr sind sie nach Themenbereichen wahllos angeordnet.

Diese Vorschläge sind persönlich erdachte, mögliche Ansatzpunkte für die weitere Vorgehensweise an der VS Bad Sauerbrunn. Aus diesem Grund werden gewisse Aspekte, die bereits an der Volksschule durchgeführt werden nicht genannt, wie das Fahrsicherheitstraining für Kinder oder die Kontakte zu den ExpertInnen.

### *Konzeptionelle Dimension*

#### **1. Schriftliche Erstellung eines Konzepts**

Es scheint derzeit keine allgemein gültigen bzw. akzeptierten Richtlinien innerhalb des Settings VS Bad Sauerbrunn zu geben (vgl. 8.1 Punkte 7 und 12). Das Erstellen eines Konzepts, das von allen Beteiligten (SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern) gelesen und in Form eines Vertrags unterschrieben wird, kann helfen allen TeilnehmerInnen des Projekts besser über die Vorgehensweise zu informieren.

#### **2. Organisation eines Elterninformationsabends**

Da die Eltern IEM und IEN wenig über das Gesundheitsförderungsprogramm wussten (vgl. Kapitel 8.1 Punkt 12), könnte ein Elternabend, bei dem die grundlegenden Richtlinien des Projekts besprochen werden, Aufschluss geben.

#### **3. Einführung eines Morgenkreises (im Garten)**

In einem Morgenkreis können die Kinder und die Lehrerinnen Themen ansprechen, die sie beschäftigen. So könnten täglich zehn bis 15 Minuten dafür aufgebracht werden um relevante Themen zu besprechen. Zum Beispiel kann sich jedes Kind mitteilen und erzählen wie es ihm/ ihr geht oder die Lehrerin spricht soziale Streitthemen an, die gerade in der Klasse aktuell sind. Einerseits soll die soziale Komponente der SchülerInnen dadurch gefördert werden und andererseits soll es einen Platz geben, an dem Problematiken offen angesprochen und gelöst werden können.

### *Curriculare Dimension*

#### **4. Anpassung der gesetzlichen Grundlagen an den aktuellen Wissensstand**

Die Bezeichnung „Gesundheitserziehung“ entspricht nicht mehr dem aktuellen Forschungszustand (vgl. Kapitel 4.1). Eine Adaption der Terminologie und der Unterrichtsprinzipien ist notwendig um die gesetzlichen Grundlagen für eine zeitgemäße Gesundheitsförderung zu bieten.

### **5. Entspannungskurs für SchülerInnen und Lehrerinnen**

Das Gefühl der Anspannung ist aufgrund des Lärmpegels in der Schule oft gegeben. Ein Kurs bei dem Entspannungsübungen für Lehrerinnen und SchülerInnen vermittelt werden, könnte dem entgegenwirken. Dies können unterschiedliche Übungen für Kinder und Erwachsene sein. Beispielweise könnte die Tennisballmassage eine neue Erfahrung für Kinder sein. Autogenes Training oder der Aufbau eines Ruhebildes erscheint passend für die LehrerInnen.

### *Soziale Dimension*

#### **6. Gesundheitsorientierter Lehrerinnenausflug**

Durch einen Gesundheitstag der Lehrerinnen sollen diese einerseits die Möglichkeit bekommen außerhalb ihres Arbeitsbereiches miteinander zu kommunizieren und sich besser kennen zu lernen und andererseits kann dies eine gesundheitsfördernde Aktivität für die Lehrerinnen sein. Bad Sauerbrunn bietet sich als Wellnessort sehr gut an, um Ausflüge unter dem Thema „Gesundheitsförderung“ (wie zum Beispiel ein „Schwimm- und Saunatag“ oder „ein Radausflug“) zu veranstalten.

#### **7. Klassen-GesundheitsinspektorIn**

Wöchentlich wird ein/e GesundheitsinspektorIn unter den SchülerInnen bestimmt, der/ die nur gesundes Verhalten der MitschülerInnen und der LehrerInnen hervorhebt und Punkte oder Sterne in einer Liste verteilt. Beispiele wären: gerades Sitzen, eine gesunde Jause, Bewegung, ... Dabei müssten die Kinder zuerst „lernen“ was gesund ist und wofür sie Punkte vergeben sollen. Das kann ein Anreiz für die gesamte Klasse sein, sich gesund zu verhalten.

#### **8. Buddy-System der SchülerInnen**

Alle neuen SchülerInnen der ersten Klassen erhalten einen Buddy aus den dritten Klassen, der unterstützend wirken soll und dies für zwei Jahre bleibt. Die älteren Kinder lernen in einem geschützten Setting, dass sie Verantwortung für eine zweite Person übernehmen müssen und die jüngeren Kinder haben ein Vorbild, das ihnen zur Seite steht. Nach zwei Jahren wird dann die Rolle des älteren Kindes übernommen.

## Fort- und Weiterbildung der Lehrkräfte

### 9. Fort- und Weiterbildungen auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung

Da das Internet und die Medien die einzige Grundlage für das Wissen um Gesundheitsförderung einiger Lehrerinnen darstellt (vgl. Kapitel 8.1 Punkte 2 und 3), sollte eine Ausbildung auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung den aktuellen Forschungsstand vermitteln und darüber hinaus Methoden, Konzepte und Übungen anbieten, die leicht von den Lehrerinnen umgesetzt werden können.

## Ökologische Dimension

### 10. Einführung von Sitzbällen

Dietscher (2001, S. 20-22) zeigt, dass Sitzbälle eine Möglichkeit der räumlichen Verbesserung in einer Schule sind. Da solche Anschaffungen immer mit Kosten verbunden sind, könnten zuerst Pilotklassen die Nachhaltigkeit oder Nützlichkeit testen bevor es für alle eingeführt wird oder die Sitzbälle werden vierzehntägig an andere Klassen weitergereicht.

### 11. Fitnessgeräte in einer Ecke

Um den Bewegungsdrang der Kinder zu befriedigen kann eine kleine Zahl von Fitnessgeräten (die unter Umständen von Eltern und Bekannten gespendet werden, die alte Geräte nicht mehr verwenden) in einer Klassenecke oder einer Gangecke aufgestellt werden. SchülerInnen, die vorzeitig mit einer Übung fertig werden oder die Pause haben, könnten sich auf den Geräten bewegen. – Vorausgesetzt die Geräte sind leise wie beispielsweise ein Stepper oder ein Hometrainer.

### 12. Tempelhüpfen in den Gängen oder Klassen

Tempelhüpfen (auch Himmel und Hölle oder Hickelkasten genannt) ist ein sehr altes Kinderspiel, das Kinder immer wieder zum Spielen anregt. So könnten in den Gängen der Schule mit Klebeband diese Hüpfparcours aufgeklebt werden. Der Vorteil wäre, dass kein Gerät den Weg versperrt und es die Kinder anregt sich ein wenig zu bewegen. Unterschiedlichste Formen sind möglich. Hier ist ein Beispiel:

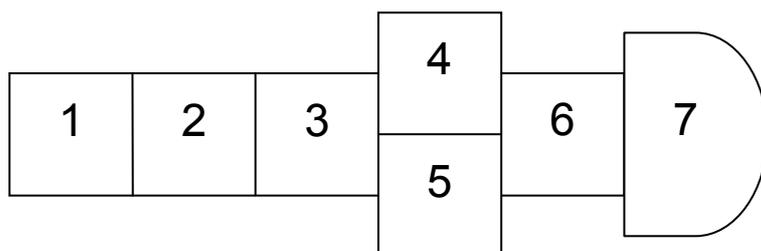


Abb. 11: Tempelhüpfen. Ein Beispiel (eigene Darstellung)

### **13. Ohropax für die LehrerInnen**

In SportlehrerInnenkreisen werden diese Spezialohropax bereits öfters verwendet. Lehrpersonen klagen oft über die Lärmbelastung im Sportunterrichtsbereich. Diese Ohropax filtern vor allem die hohen Töne, die beim Kreischen und Schreien von Kindern entstehen. Ansonsten ist alles gut zu verstehen.

### **14. Streichen einiger Wände in positiven, wärmen Farben**

Das Streichen einiger Wände in warmen Farben kann einen positiven Effekt auf die Stimmung der Menschen in der Schule haben.

## *Kommunale Dimension*

### **15. Miteinbeziehen der lokalen Sportvereine im Nachmittagsprogramm (Schulsportverein)**

Mit der Öffnung der Schule für Sportvereine könnte eine Kooperation entstehen (ILC, Z. 152-153 & Hurrelmann, 1993, S. 112). So können sich die SchülerInnen in eine unverbindliche Übung anmelden, die von professionellen TrainerInnen abgehalten wird. Der Vorteil wäre, dass die Kinder oftmals im Anschluss an den Unterricht Kurse besuchen könnten und sie keine andere Sportstätte aufsuchen müssten. – Die Kosten wären wahrscheinlich dieselben wie bei einem anderen Sportverein.

## *Organisatorische Dimension*

### **16. Erstellen eines fixen Zeitplans mit den Sportstudierenden**

Die Kooperation mit dem FDZ „Bewegung und Sport“ besteht seit Beginn des Projekts. Ein fixer Zeitplan kann für alle Beteiligten von Vorteil sein, da somit die Aktionen besser koordiniert werden können und auch die Lehrerinnen eine bessere und freie Einteilung vornehmen können (ILD, Z. 226-233), was von einer Lehrerin gewünscht wurde.

## *Dimension der Akzeptanz*

### **17. Durchführung von multikulturellen Projekten/ Wochen**

Das Kennenlernen anderer Kulturen ist sehr wichtig um Toleranz und Verständnis zu erlernen. So kann im Kochunterricht beispielsweise türkisches Brot, arabischer Couscous oder vietnamesische Frühlingsrollen gebacken/ gekocht werden und im Sachunterricht die Kulturen oder das Land vorgestellt werden. Ziel ist es andere Kulturen der MitschülerInnen kennen und verstehen zu lernen.

Als Alternative kann jedes Kind die eigene Nation (sowohl Kinder mit Migrationshintergrund als auch österreichische Kinder) oder das eigene Nationalitäten vorstellen.

Diese 17 Vorschläge dienen als Denkanstoß für zukünftige gesundheitsfördernde Aktivitäten an der VS Bad Sauerbrunn. Dennoch können sie an jeder Schule angewendet werden und sind als Möglichkeitenkatalog gedacht.

*In diesem abschließenden Kapitel wurden 24 Kernaussagen über die Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn aufgelistet und im Anschluss wurden 17 Vorschläge für weitere Ansatzpunkte in Hinsicht auf eine Verbesserung des Projekts angeboten.*

*An der Volksschule werden bereits eine Vielzahl an gesundheitsfördernden Aktionen gesetzt, die vor allem positiv auf die Gesundheit der SchülerInnen wirken. Für die Zukunft wäre es von Vorteil, wenn auch die Lehrerinnen vermehrt bei der Gesundheitsförderung bedacht werden und dabei unterstützt werden, da jene mit großem persönlichen Engagement das Projekt betreiben.*

## 9 Literaturverzeichnis

- Altgeld, T. (2011). Gesundheit gemeinsam fördern – Konzepte und Strategien der Gesundheitsförderung. In W. Dür & R. Felder-Puig (Hrsg.), *Lehrbuch Schulische Gesundheitsförderung* (S. 52-62). Bern: Huber.
- Altgeld, T. & Kolip P. (2004). Konzepte und Strategien der Gesundheitsförderung. In K. Hurrelmann, T. Klotz & J. Haisch (Hrsg.), *Lehrbuch Prävention und Gesundheitsförderung* (S. 41-51). Bern [u.a.]: Huber.
- Barić, L. & Conrad, G. (1999). *Gesundheitsförderung in Settings. Konzept, Methodik und Rechenschaftspflichtigkeit zur praktischen Anwendung des Settingsansatzes der Gesundheitsförderung*. Gamburg: Verl. für Gesundheitsförderung.
- Barkholz, U., Israel, G., Paulus, P. & Posse, N. (1997). *Gesundheitsförderung in der Schule. - Ein Handbuch für Lehrerinnen und Lehrer. Landesinstitut für Schule und Weiterbildung*. Zugriff am 15. Juli 2011 unter [http://www.bug-nrw.de/cms/front\\_content.php?idcat=113&idart=266](http://www.bug-nrw.de/cms/front_content.php?idcat=113&idart=266)
- Barkholz, U., Israel, G., Paulus P. & Posse N., Landesinstitut für Schule und Weiterbildung in Zusammenarbeit mit dem Gemeindeunfallversicherungsverband (GUVV) Westfalen-Lippe. (Hrsg.). (1998). *Gesundheitsförderung in der Schule. Ein Handbuch für Lehrerinnen und Lehrer aller Schulformen*. Bönen: Verl. für Schule und Weiterbildung, Dr.-Verl. Kettler.
- Baumgarten, K. & Joensson, N. (2005). *Wellness & Gesundheitsförderung. Konzepte, Angebote und Zusammenhänge*. Werbach-Gamburg: Verl. für Gesundheitsförderung.
- Bischof, H.-P. (1997). Bedingungen und Möglichkeiten der förderativen Zusammenarbeit im Bereich der Gesundheitsförderung. In W. Dür & J. Pelikan (Hrsg.), *Gesundheitsförderung regional. Projekte aus den österreichischen Bundesländern* (S. 30-36). Wien: Facultas Universitätsverlag.
- BMUKK (Hrsg.). (1997). *Grundsatzeserlaß zum Unterrichtsprinzip Gesundheitserziehung veröffentlicht mit GZ 27.909/15-V/3/96, Rundschreiben Nr, 7/1997*. Zugriff am 19.Juli 2011 unter [http://www.bmukk.gv.at/schulen/unterricht/prinz/GZ\\_27.909115-V396\\_Grunds1786.xml](http://www.bmukk.gv.at/schulen/unterricht/prinz/GZ_27.909115-V396_Grunds1786.xml)
- BMUKK (Hrsg.). (2006, 14. Juli). *Gesundheitsförderung in den Schulen Österreichs*. Zugriff am 19. Juli 2011 unter [http://www.bmukk.gv.at/schulen/pwi/init/gesundheitsfoerderung\\_schule.xml](http://www.bmukk.gv.at/schulen/pwi/init/gesundheitsfoerderung_schule.xml)
- BMUKK (Hrsg.). (2008). *Volksschullehrplan (BGBl. Nr. 134/1963 in der Fassung BGBl. II Nr. 290/2008*. Zugriff am 19.Juli 2011 unter [http://www.bmukk.gv.at/medienpool/14055/lp\\_vs\\_komplett.pdf](http://www.bmukk.gv.at/medienpool/14055/lp_vs_komplett.pdf)

- Dadaczynski, K. & Paulus, P. (2011). Gesundheitsmanagement in der guten gesunden Schule: Handlungsfelder, Prinzipien und Rolle der Schulleitung. In W. Dür & R. Felder-Puig (Hrsg.), *Lehrbuch Schulische Gesundheitsförderung* (S. 164-178). Bern: Huber.
- Dietscher, C. (2001). *Schritt für Schritt zur gesundheitsfördernden Schule. Ein Leitfaden für LehrerInnen und SchulleiterInnen*. Zugriff am 22. Juli 2011 unter [www.bmukk.gv.at/medienpool/14249/schrittfuerschritt.pdf](http://www.bmukk.gv.at/medienpool/14249/schrittfuerschritt.pdf)
- Dür, W. (2008). *Gesundheitsförderung in der Schule. Empowerment als systemtheoretisches Konzept und seine empirische Umsetzung*. Bern: Huber.
- Dür, W. (2011). Was ist Gesundheit? In W. Dür & R. Felder-Puig (Hrsg.), *Lehrbuch Schulische Gesundheitsförderung* (S. 12-20). Bern: Huber.
- Fäh, B. (2009). *Starke Eltern - starke Lehrer - starke Kinder. Wie psychische Gesundheit von Eltern und Lehrern Kindern hilft*. Marburg: Tectum-Verl.
- Faltermaier, T. (2005). *Gesundheitspsychologie*. Stuttgart: Kohlhammer.
- FGÖ – Fonds Gesundes Österreich. (2005a, 19. August). *Determinanten der Gesundheit*. Zugriff am 4. Juli 2011 unter <http://www.fgoe.org/gesundheitsfoerderung/begriffe-und-theorien/determinanten-der-gesundheit>
- FGÖ – Fonds Gesundes Österreich. (2005b, 19. August). *Empowerment..* Zugriff am 5. August 2011 unter <http://www.fgoe.org/gesundheitsfoerderung/glossar/empowerment>
- FGÖ – Fonds Gesundes Österreich. (2005c, 19. August). *Partizipation*. Zugriff am 5. August 2011 unter <http://www.fgoe.org/der-fonds/glossar/partizipation>
- Franzkowiak, P. [Red.], Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung Köln. (Hrsg.). (1996). *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden der Gesundheitsförderung*. Schwabenheim a.d. Selz: Peter Sabo.
- Friebertshäuser, B. (2003). Interviewtechniken – ein Überblick. In B. Friebertshäuser & A. Prengel (Hrsg.), *Handbuch Qualitative Forschungsmethoden in der Erziehungswissenschaft (Studienausgabe)* (S. 371-395). Weinheim & München: Juventa.
- Grossmann, R. & Scala, K. (2006). *Gesundheit durch Projekte fördern. Ein Konzept zur Gesundheitsförderung durch Organisationsentwicklung und Projektmanagement* (4. Aufl.). Weinheim [u.a.]: Juventa-Verl.
- Hähnel, J. (2011). *Die pädagogische Funktion der Belastungserziehung im gesundheitsfördernden Sportunterricht* (Schriften zur Sportwissenschaft Nr. 95). Hamburg: Kovač.

- Haller, B. (1996). Gesundheitsförderung als Beitrag zur Schulprofilbildung. In H. Lobnig & J. Pelikan (Hrsg.), *Gesundheitsförderung in Settings. Gemeinde, Betrieb, Schule und Krankenhaus. Eine österreichische Forschungsbilanz* (S.291-298). Wien: Facultas Universitätsverlag.
- Hanses, A. (2008). Zur Aktualität des Setting-Ansatzes in der Gesundheitsförderung. Zwischen gesundheitspolitischer Notwendigkeit und theoretischer Neubestimmung. In T. Bals, A. Hanses & W. Melzer (Hrsg.), *Gesundheitsförderung in pädagogischen Settings. Ein Überblick über Präventionsansätze in zielgruppenorientierten Lebenswelten*. Weinheim [u.a.]: Juventa-Verl.
- Hopf, C. (1995). Qualitative Interviews in der Sozialforschung. Ein Überblick. In U. Flick (Hrsg.), *Handbuch der qualitativen Sozialforschung* (S. 177-182). München: Psychologie Verlags Union.
- Hurrelmann, K. (1990). *Familienstreß, Schulstreß, Freizeitstreß. Gesundheitsförderung für Kinder und Jugendliche*. Weinheim [u.a.]: Beltz.
- Hurrelmann, K. & Nordlohne E. (1993) Gesundheitsförderung in der Schule – Konzeptionen, Erfahrungen und Evaluationsergebnisse. In J. Pelikan, H. Demmer & K. Hurrelmann (Hrsg.), *Gesundheitsförderung durch Organisationsentwicklung. Konzepte, Strategien und Projekte für Betriebe, Krankenhäuser und Schulen* (S. 100-118). Weinheim [u.a.]: Juventa-Verl.
- Hurrelmann, K., Klocke, W., Melzer, W. & Ravens-Sieberer, U. (2003). *Jugendgesundheitssurvey. Internationale Vergleichsstudie im Auftrag der Weltgesundheitsorganisation WHO*. Weinheim: Juventa.
- Hurrelmann, K. (2006). *Gesundheitssoziologie. Eine Einführung in sozialwissenschaftliche Theorien von Krankheitsprävention und Gesundheitsförderung* (6. völlig überarb. Aufl.). Weinheim, München: Juventa
- Jensen O. (2005). Induktive Kategorienbildung als Basis Qualitativer Inhaltsanalyse. In P. Mayring. & M. Gläser-Zikuda (Hrsg.), *Die Praxis der Qualitativen Inhaltsanalyse*. (S. 255-275). Weinheim [u.a.]: Beltz.
- Jerusalem, M. (2006). Theoretische Konzeptionen der Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter. In A. Lohaus, M. Jerusalem & J. Klein-Heßling (Hrsg.), *Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter* (S. 31-57). Göttingen [et al.]: Hogrefe.
- Krüger, H.-H. (2006). Forschungsmethoden in der Kindheitsforschung. *Diskurs Kindheits- und Jugendforschung* 1 (1), 91-115.
- Lamnek, S. (2005). *Qualitative Sozialforschung. Lehrbuch* (5. überarb. Aufl.). Weinheim: Beltz.

- Lohaus, A., Domsch, H. & Klein-Heßling, J. (2008). Gesundheitsförderung im Unterricht. In M. Schweer (Hrsg.), *Lehrer-Schüler-Interaktion. Inhaltsfelder, Forschungsperspektiven und methodische Zugänge* (2., vollst. überarb. Aufl.) (S. 499-516). Wiesbaden: Verl. für Sozialwissenschaften.
- Mayring, P. (1995). Analyseverfahren erhobener Daten. Qualitative Inhaltsanalyse. In U. Flick (Hrsg.), *Handbuch der qualitativen Sozialforschung* (S. 209-213). München: Psychologie Verlags Union.
- Mayring, P. (2000a). *Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken* (7. Aufl.). Weinheim: Deutscher Studien-Verl.
- Mayring, P. (2000b). Qualitative Inhaltsanalyse. *Forum Qualitative Sozialforschung /Forum: Qualitative Social Research*, 1 (2), (28 Absätze). Zugriff am 23. Juni 2011 unter <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0114-fqs0002204>.
- Mayring, P. (2002). *Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativem Denken* (5. überarb. u. neu ausgestattete Aufl.). Weinheim [u.a.]: BeltZ.
- Mitterbauer, E. (2007). *Gesundheitsförderung als pädagogisches Konzept*. Dissertation. Wien: Universität Wien.
- Naidoo, J. & Wills, J. (2010). *Lehrbuch der Gesundheitsförderung. Überarbeitete, aktualisierte und durch Beiträge zum Entwicklungsstand in Deutschland erweiterte Neuauflage* (2. Aufl. der dt. Ausg.) Gamburg: Verl. für Gesundheitsförderung.
- Nowak, P. (2011). Die Gesundheitsgesellschaft. In W. Dür & R. Felder-Puig (Hrsg.), *Lehrbuch Schulische Gesundheitsförderung* (S. 21-26). Bern: Huber.
- Paulus, P. (2010). Gesundheitsförderung in Kooperation von Schule, Jugendhilfe und anderen Partnern. In L. Behringer (Hrsg.), *Mehr Chancen für gesundes Aufwachsen. Gesundheitsförderung und gesundheitsbezogene Prävention in der Kinder- und Jugendhilfe*. München: Verl. Dt. Jugendinst.
- Paulus, P. (2007). Mit Gesundheit gute Schule machen. Die gute gesunde Schule als neues Rahmenkonzept für die schulische Gesundheitsförderung und Bildung. In I. Hunger & R. Zimmer (Hrsg.), *Bewegung Bildung Gesundheit. Entwicklung fördern von Anfang an* (S. 82-90). Schorndorf: Hofmann.
- Pelikan, J. (2011). Zur Entwicklung eines gesundheitsfördernden Settings. In W. Dür & R. Felder-Puig (Hrsg.), *Lehrbuch Schulische Gesundheitsförderung* (S. 63-72). Bern: Huber.
- Popp, C. (2006). *Gesundheitserziehung in der Grundschule. Theoretische Grundlegung und explorative Studie*. Hamburg: Kovač Verlag.
- Przyborski, A. & Wohlrab-Sahr, M. (2008). *Qualitative Sozialforschung. Ein Arbeitsbuch*. München: Oldenbourg.

- Reiß, W. (1996). *Kinderzeichnungen. Wege zum Kind durch seine Zeichnung*. Neuwied [u.a.]: Luchterhand-Verl.
- Richter, H.-G. (1997). *Die Kinderzeichnung. Entwicklung, Interpretation, Ästhetik*. Berlin: Cornelsen.
- Schwartz, F.W. (Hrsg.). (1998). *Das Public Health Buch. Gesundheit und Gesundheitswesen*. München, Wien, Baltimore: Urban & Schwarzenberg.
- Schwarzer, R. (1996). *Psychologie des Gesundheitsverhaltens* (2. überarbeitete und erweiterte Ausg.). Göttingen: Hogrefe.
- Seidel, C. (2007). *Leitlinien zur Interpretation der Kinderzeichnung. praxisbezogene Anwendung in Diagnostik, Beratung, Förderung und Therapie*. Lienz: Journal-Verl.
- St. Leger, L. (2005). Protocols and Guidelines for Health Promoting Schools. *Promotion & Education*, 12 (3-4), 145-147.
- Stark, W. (1996a). Empowerment. In P. Franzkowiak, [Red.], *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden der Gesundheitsförderung* (S. 17-18). Schwabenheim a.d. Selz: Sabo.
- Stark, W. (1996b). Partizipation. In P. Franzkowiak, [Red.], *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden der Gesundheitsförderung* (S. 81-84). Schwabenheim a.d. Selz: Sabo.
- Steinbach, H. (2007). *Gesundheitsförderung. Ein Lehrbuch für die Pflege- und Gesundheitsberufe* (2. aktualisierte Aufl.). Wien: Facultas Universitätsverlag.
- WHO – World Health Organization. (1946). *Constitution of the World Health Organization*. Zugriff am 31. Juli 2011 unter [http://www.searo.who.int/LinkFiles/About\\_SEARO\\_const.pdf](http://www.searo.who.int/LinkFiles/About_SEARO_const.pdf)
- WHO – World Health Organization. (1986). *Ottawa Charter for Health Promotion*. Zugriff am 17. Juli 2011 unter [http://www.who.int/hpr/NPH/docs/ottawa\\_charter\\_hp.pdf](http://www.who.int/hpr/NPH/docs/ottawa_charter_hp.pdf)
- WHO – World Health Organization. (1998). *Health Promotion Glossary*. Genf WHO.
- Wright, M.T., Von Unger, H. & Block, M. (2010). Partizipation der Zielgruppe in der Gesundheitsförderung. In M.T. Wright (Hrsg.), *Partizipative Qualitätsentwicklung in der Gesundheitsförderung und Prävention*. Bern: Huber.

## 10 Abbildungs- und Tabellenverzeichnis

### Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: Der Einfluss von Experten- und Laiendefinitionen auf die Definition von Gesundheit der WHO (Steinbach, 2007, S. 28) .....	18
Abb. 2: Abhängigkeits- und Bestimmungsfelder der Gesundheit (Hurrelmann, 1990, S. 63) .....	20
Abb. 3: Dimensionen der Gesundheit (Aggelton & Homans, 1987; und Ewles & Simnett 1999; zit.n. Naidoo & Wills, 2010, S. 6) .....	20
Abb. 4: Determinanten für Gesundheit (nach Whitehead & Dahlgren, 1991) Darstellung. Fonds gesundes Österreich (2005a) .....	22
Abb. 5: Das lineare Disseminationsmodell der autoritativen Gesundheitserziehung (Hurrelmann, 2006, S. 204) .....	26
Abb. 6: Stufenmodell der Partizipation (Wright, Von Unger & Block, 2010 S. 42) .....	33
Abb. 7: Die „Gesundheitsfördernde Schule“ (Naidoo & Wills, 2010, S. 319) .....	37
Abb. 8: Dimensionen schulischer Gesundheitsförderung (Hurrelmann & Nordlohne, 1993, S. 106) .....	38
Abb. 9: Handlungsfelder (innen) und Prinzipien (außen) der Gesundheitsfördernden Schule (Paulus, 2010, S. 558) .....	40
Abb. 10: Verhältnis des Gesundheitsverständnisses an der VS Bad Sauerbrunn zum aktuellen Forschungsstand (eigene Darstellung) .....	117
Abb. 11: Tempelhüpfen. Ein Beispiel (eigene Darstellung) .....	124

### Tabellenverzeichnis

Tab.1: Vergleich von Prävention, Gesundheitserziehung und Gesundheitsförderung Mitterbauer (2007, S.138-139) .....	29
Tab 2: Makro-, Meso- und Mikroebenen der Betrachtung des Gesundheitsverständnisses (eigene Tabelle) .....	51

## 11 Anhang

*Dieses Kapitel beinhaltet die Transkriptionen der Interviews und Aufsätze, die eingescannten Originaltexte, die eidesstattliche Erklärung und den Lebenslauf.*

### 11.1 Transkription der Interviews

#### Interview 1 – ILA

##### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011  
Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn  
Dauer des Interviews: 18 Minuten  
Interviewerin: Elisabeth Steindl  
Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich  
Beruf: Klassenlehrerin  
Alter: 34

##### **Transkription**

- 1 I: Wie lange arbeiten Sie bereits an der VS Bad Sauerbrunn?  
2 A: Ein Jahr mittlerweile.  
3 I: Welche berufliche Position haben Sie an der VS Bad Sauerbrunn?  
4 A: Klassenlehrerin in der 1b.  
5 I: Was bedeutet für Sie Gesundheit?  
6 A: Wohlbefinden, gesunde Ernährung, Sport.  
7 I: Was gehört für Sie alles zu Gesundheit?  
8 A: Ja eben die gesunde Ernährung, dass man sich regelmäßig bewegt.  
9 I: Woher haben Sie ihr Wissen über Gesundheitsförderung?  
10 A: Ich hab vor der PÄDAK die HLA absolviert und in Ernährungslehre maturiert und ich  
11 glaub das hat mir sehr weitergeholfen in dem ganzen Gesundheitsprojekt. Ich mach jetzt  
12 auch das Freifach „Gesunde Ernährung“ in der dritten Klasse und wie gesagt aus den  
13 Medien und was man halt nebenbei alles so mitkriegt.  
14 I: Ja, also Sie haben Sie eine Ausbildung auf dem Gebiet, das war die HLA? Wann haben  
15 Sie diese abgeschlossen?  
16 A: 1998, nein 1995, Entschuldigung, 1998 war die PÄDAK.  
17 I: Welche Themen wurden während der Ausbildung in Bezug auf Gesundheitsförderung  
18 angesprochen?  
19 A: Bei mir war es speziell die Ernährung und da waren es eben die ganzen Grundlagen  
20 der Ernährung, und dann eben gesunde Ernährung, Diätberatung, diese Dinge.  
21 I: Hatten Sie am Anfang dieses Projekts das Gefühl, dass Sie gut vorbereitet waren auf  
22 die Aufgabe der Gesundheitsförderung?  
23 A: Ja schon. Das erste Jahr gesunde Ernährung war schon so ein Sprung ins kalte  
24 Wasser, aber man findet im Internet irrsinnig viel, ich hab mich eingelesen, und dadurch  
25 dass ich das in der Schule früher auch schon gemacht habe, war es kein Problem.  
26 I: Hat sich dieses Gefühl geändert?  
27 A: Sicherer bin ich jetzt geworden. Jetzt haben wir so ein halbes Jahr hinter uns, die  
28 Sicherheit ist jetzt da.  
29 I: Welchen Stellenwert hat Gesundheitsförderung in der VS Bad Sauerbrunn?  
30 A: Ja einen sehr hohen Stellenwert. Wir schauen in den Klassen, dass die Bewegung  
31 immer regelmäßig da ist, wir haben Gesundheitserziehung im Sachunterricht.

32 I: Wie wichtig ist Ihnen Gesundheitsförderung und wie wichtig ist Gesundheitsförderung  
33 generell an der VS Bad Sauerbrunn? Beschreiben Sie bitte ausführlich.

34 A: Also mir persönlich ist es sehr wichtig. Ich versuche regelmäßig mich zu bewegen und  
35 auf die Ernährung zu schauen. In der Schule finde ich schon dass es einen hohen  
36 Stellenwert hat und ich versuch es im Unterricht auch immer einzubringen. Speziell bei  
37 den Erstklässlern kann man noch so von unten her ansetzen.

38 I: Wie sieht Gesundheitsförderung in Ihrer Klasse aus? Können sie eine typische Einheit  
39 beschreiben?

40 A: Wir haben speziell einmal über die gesunde Jause gesprochen, in der ersten Klasse ist  
41 das einmal Thema, was nehme ich als Jause mit. Außerdem versuchen wir uns  
42 zwischendurch immer wieder zu bewegen, das heißt auch wenn keine Turnstunde auf  
43 dem Plan steht, versuchen wir einmal zehn Minuten in den Turnsaal zu gehen und einfach  
44 ein Bewegungsspiel zu machen. Auch die Körperpflege kommt jetzt im zweiten Halbjahr  
45 dran, angefangen mit den Zähnen usw.

46 I: Sie machen auch Ernährung, haben Sie gesagt, was machen Sie da in den Einheiten,  
47 was wird da durchgenommen, wie sieht so eine Einheit aus?

48 A: Also wir haben begonnen mit dem Ernährungskreis, der ist ja abgelöst worden von  
49 dieser Pyramide, die hat es früher gegeben, jetzt haben wir den Ernährungskreis, dass  
50 die Kinder halt wissen, welche Lebensmittel brauch ich mehr oder weniger und jetzt ist es  
51 so, dass wir jedes Lebensmittel oder jede Gruppe einfach aufrollen und das genauer  
52 anschauen. Wir haben letztes Mal den Tag der Kartoffel gehabt, angefangen von woher  
53 kommt die Kartoffel, wie setzt sie sich zusammen und auch zum Thema passend wird  
54 dann immer irgendetwas gekocht. Das Gemüse haben wir in drei Einheiten  
55 durchgenommen, da war einmal eine Biobäuerin bei uns und hat etwas mitgebracht. Es  
56 ist eh oft traurig, dass die Kinder viele Sachen gar nicht mehr kennen, Karfiol, Brokkoli, ist  
57 oft gar nicht so leicht zu unterscheiden.

58 I: Welche Themen werden bei Ihren gesundheitsfördernden Einheiten behandelt?

59 A: Ja die einzelnen Ernährungsgruppen, was dazugehört, wie sie sich zusammensetzen  
60 und wie man das im alltäglichen Leben umsetzen kann.

61 I: Und in Bezug auf die Bewegungseinheiten? Sie haben auch Bewegungseinheiten mit  
62 der ersten Klasse nehme ich an?

63 A: Genau. Also ich hab die gesunde Ernährung nur in der dritten Klasse, da haben wir so  
64 ein Projekt laufen, das nur in der dritten Klasse veranstaltet wird, und in der ersten Klasse  
65 ist es so, dass wir einfach viel auf die Bewegung schauen, weil die Kleinen brauchen die  
66 Bewegung. Manche sind es ja von zu Hause nicht mehr so gewöhnt, aber wir versuchen,  
67 wir waren jetzt erst Eislaufen, wir gehen Bob fahren, wenn genug Schnee ist, also wir  
68 schauen viel an der frischen Luft zu sein, nicht nur im Turnsaal.

69 I: Wie oft führen Sie gesundheitsfördernde Einheiten durch?

70 A: Na ja ich würd schon sagen wöchentlich auf jeden Fall.

71 I: Wie lange dauern die Einheiten ungefähr?

72 A: Das ist unterschiedlich, manchmal sind es 50 Minuten, also eine Einheit, manchmal  
73 gehen sich zwei Einheiten aus, das hängt vom Thema ab, von der Woche, von den  
74 Feiertagen, was ausfällt, aber wir schauen, dass wir es wöchentlich unterbringen.

75 I: Welche Methoden und Konzepte wenden Sie an für Gesundheitsförderung,  
76 selbstständig erarbeiten, offenes Lernen, wird das direkt vermittelt?

77 A: Ja bei den Kleinen ist es so, dass zuerst einmal der direkte Kontakt da ist, dass ich das  
78 Thema vorgebe. Wir haben aber schon einmal versucht, auch das projektorientiert zu  
79 machen, was bei den Kleinen noch ein bisschen schwierig ist, weil einfach dieses  
80 Vorwissen einfach noch nicht da ist. Grundlegende Sachen wissen die Kinder, aber es  
81 gehört von sehr viel aufgebaut bei den Kleinen.

82 I: Wie wichtig ist das Erleben in solchen Einheiten, also das selbst wahrnehmen?

83 A: Also sehr wichtig. Denn was die Kinder nicht selbst erleben, das nehmen sie auch nicht  
84 mit nach Hause.

85 I: Wir haben es zum Teil schon besprochen, aber welche Schwerpunkte setzen Sie in  
86 Ihren gesundheitsfördernden Einheiten? Bitte begründen Sie.

- 87 A: Also in der ersten Klasse jetzt speziell den Bewegungsschwerpunkt und in der dritten  
88 Klasse eher den Ernährungsschwerpunkt.
- 89 I: Welche Materialien verwenden Sie in den Einheiten? Gibt es da Besonderheiten?
- 90 A: Eigentlich nicht. Es wird zusammengetragen.
- 91 I: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Kindern beschreiben?
- 92 A: Offenes Verhältnis, ich versuch das eher freundschaftlich zu machen, das geht nicht  
93 immer aber meistens, ja und ich bin eher der konfliktlösende Typ, also ich setz mich auch  
94 mit den Kindern zusammen und bespreche das, bevor wir die Eltern einschalten.
- 95 I: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Eltern beschreiben?
- 96 A: Im Prinzip genauso. Also auch offen, mir ist es recht, es sollen alle kommen und mir  
97 alles sagen, bevor da irgendwie ein Blödsinn herauskommt, also sehr kommunikativ.
- 98 I: Wie wichtig ist Ihnen die Schüler-Lehrer-Eltern-Beziehung?
- 99 A: Ist sehr wichtig, weil dadurch der Unterricht sehr erleichtert wird, wenn dieses Dreieck  
100 harmonisiert und funktioniert.
- 101 I: Welche Einstellung haben die Eltern zu der Gesundheitsförderung und wie engagieren  
102 Sie sich in der Schule in Bezug auf Gesundheitsförderung und gesundheitsfördernde  
103 Projekte?
- 104 A: Wie soll man sagen, der Großteil der Eltern ist sehr engagiert, macht auch mit was  
105 Jause betrifft. Da brauchen wir die Eltern auch dazu, wenn es eine gesunde Jause geben  
106 soll, das funktioniert es nur in Zusammenarbeit mit den Eltern. Es sind sicher vereinzelt  
107 welche dabei, die im Prinzip kein Interesse haben, aber ich muss sagen, der Großteil ist  
108 da schon sehr mit dabei und unterstützt die Kinder auch zu Hause.
- 109 I: Wie reagieren die Kinder auf die gesundheitsfördernden Einheiten?
- 110 A: Ja eigentlich sehr positiv. Bewegungsschwerpunkte gefallen den Kindern einfach, das  
111 ist kindgerecht, und sind immer sehr motiviert, also speziell jetzt die Erstklässler. In der  
112 dritten Klasse ist es so, dass die Kinder irrsinnig gern beim Kochen mit dabei sind und  
113 dann die Rezepte verlangen, und das zu Hause nachkochen wollen, also die nehmen das  
114 auch viel mit nach Hause.
- 115 I: Was kommt in diesen Einheiten bei den Kindern gut an?
- 116 A: Die Bewegung einfach, der Spaß dabei und ja wie gesagt, wenn man irgendetwas tun  
117 kann, wo man beschäftigt ist, wo man mit den Händen etwas begreifen kann, egal ob das  
118 jetzt Ernährung, Gesundheit oder bei der Bewegung ist, immer wenn es etwas zu tun gibt.
- 119 I: In welcher Art und Weise involvieren Sie Experten in die Gesundheitsförderung?
- 120 A: Wir haben eben die Studenten, die uns dabei unterstützen. Speziell bei der Ernährung  
121 haben wir auch noch eine Biobäuerin, mit der wir zusammenarbeiten, die regelmäßig in  
122 die Schule kommt, immer zu anderen Themen. Wir gehen auch bei uns ins Kurzentrum  
123 zur Diätologin, die mit den Kindern Salate oder so etwas macht, das wissen wir noch nicht  
124 so genau, wir haben das vor. Und wir fahren auf einen Biobauernhof mit den Kindern.
- 125 I: Welche allgemeinen Verhaltensregeln gelten in der Schule? Was ist wichtig für dieses  
126 Miteinander.
- 127 A: In Bezug auf die Kollegen?
- 128 I: Allgemein, also sowohl unter den Kollegen aber auch mit den Schülern.
- 129 A: Es steht dieser Bewegungsschwerpunkt schon sehr stark im Raum, das heißt wir  
130 versuchen viel auf Bewegung zu setzen. Das ist eigentlich unser großes Leitziel,  
131 Steckenpferd, wie man dazu sagen soll, in jeder Schule ist es etwas anderes, bei uns wird  
132 wirklich darauf sehr viel Wert gelegt.
- 133 I: Und in Hinblick auf Toleranz, Rücksichtnahme, auch vielleicht dieses höfliche  
134 Miteinander, was ist da wichtig an der Schule?
- 135 A: Prinzipiell ist das überhaupt find ich eines der wichtigsten Dinge und man versucht das  
136 schon immer wieder den Kindern so zu vermitteln, nachdem wir untereinander auch  
137 diesen Umgang haben, fließt das dann weiter zu den Kindern, und ich glaub schon, dass  
138 das dann so Früchte trägt.
- 139 I: Gibt es Freiräume oder gewisse Zeiten, in denen die Kinder sich selbst frei bewegen  
140 können? (Ich denke beispielsweise an Hofpausen)

141 A: Ja in der großen Pause, wir haben 20 Minuten große Pause, weil die ersten zwei  
142 Stunden haben wir zusammengehängt, also Klogehen oder einmal jausen zwischendurch  
143 ist kein Problem, aber so eine 5-Minuten-Pause gibt es nicht. Aber in den 20 Minuten  
144 versuchen wir schon, wenn das Wetter passt, hinauszugehen, weil einfach in der frischen  
145 Luft ist die Pause dann entspannter als herinnen. Aber wie gesagt, die Kinder dürfen sich  
146 in der großen Pause auch bewegen, sie müssen nicht in der Klasse oder am Platz sein,  
147 die ersten Klassen sind im Gang zum Turnsaal, die dürfen den ganzen Gang auf und ab  
148 flitzen.

149 I: Würden Sie das Schulklima für die SchülerInnen als förderlich für ein gesundes Leben  
150 empfinden?

151 A: Ja, auf jeden Fall, weil ich glaub, dass die Kinder schon viel davon mit nach Hause  
152 nehmen, ich hoffe es zumindest, dass der Großteil da irgendwas mit nach Hause trägt.

153 I: Wie wichtig ist das für Sie? Glauben Sie, dass das Schulklima sehr wichtig ist für die  
154 Gesundheitsförderung?

155 A: Na auf jeden Fall. Das hat sicher einen sehr hohen Stellenwert.

156 I: Zur Gesundheit gehört ja auch so etwas wie soziale Kompetenz, also dass man  
157 selbstständig ist und solche Dinge. Versuchen Sie auch die soziale Kompetenz der  
158 SchülerInnen zu stärken? Wenn, ja wie?

159 A: Das auf alle Fälle. Ich versuche einmal in der Woche so eine Einheit zu mache, wo das  
160 Klassenklima in den positiven Dingen bestärkt wird und wir haben einen Kollegen, der  
161 Beratungslehrer ist, der kommt an die Schule, der ist für den Bezirk angestellt und der  
162 macht in den Klassen Projekte. Das heißt der kommt einmal in der Woche und man macht  
163 sich mit ihm aus, was gerade Thema in der Klasse ist, der stärkt das Wir-Gefühl, versucht  
164 den Selbstwert der Kinder zu steigern und das kommt eigentlich bei den Kindern sehr gut  
165 an.

166 I: Wie wichtig sind Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht an Ihrer Schule?

167 A: Sehr wichtig, weil ich den Eindruck habe, dass das bei vielen Kindern zu Hause sehr  
168 zu kurz kommt. Man versucht das in der Schule so hinüberzubringen, funktioniert auch  
169 nicht immer, aber ich denk mir, wenn es manche in der Schule nicht lernen, dann  
170 vielleicht gar nicht mehr.

171 I: Welche Aktionen setzen Sie um das Selbstwertgefühl zu steigern und Selbstständigkeit  
172 zu fördern?

173 A: Speziell jetzt in meiner Klasse mach ich es so, dass ich den Kindern oft Arbeitspläne  
174 anbiete, auch schon in der ersten Klasse, wo sie einfach selber wählen können, sich  
175 selber einschätzen lernen müssen, wie lange brauch ich für welche Arbeit, es gibt auch  
176 Stunden wo man wirklich frei wählen kann, da liegen dann vorne mehrere Möglichkeiten  
177 und das Kind wählt dann frei was es machen möchte. Dadurch müssen die Kinder auch  
178 lernen, vielleicht muss ich einmal auf das greifen, was ich nicht so gerne mag, weil sonst  
179 bleibt halt das immer liegen, und mein Stoß wird immer höher, also ich versuch da schon,  
180 dass die Kinder lernen, sich selber einzuschätzen.

181 I: Wird Teamtraining in Ihrem Unterricht betrieben? Wie sieht das aus?

182 A: Ich versuch immer wieder eben Partnerarbeiten einzubauen, Gruppenarbeiten haben  
183 wir auch schon gemacht, wir haben so ein Dinosaurierprojekt gestaltet, wo immer drei vier  
184 Kinder in einer Gruppe waren, das ist in der ersten Klasse irrsinnig schwierig, weil es ist  
185 jeder der Chef und jeder will sich durchsetzen, aber ja, immer wieder durch die Übung  
186 wird es dann passen – bis in die Vierte wahrscheinlich.

187 I: Was halten Sie von der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?

188 A: Sehr viel eigentlich, weil ich bin selber der Typ, der sehr auf das Wert legt und gesunde  
189 Ernährung beschäftigt mich schon immer, seit ich ein Kind habe noch viel mehr, weil man  
190 ja schauen muss, was man einkauft und was auf den Teller kommt. Die Bewegung ist  
191 einfach irrsinnig wichtig, weil ich find, dass viele Kinder viel zu viel daheim vorm  
192 Fernseher sitzen oder vorm Computer. Ich merk das wenn wir mit den Kindern Bob fahren  
193 gehen, die sind nach einer Stunde erledigt und ich denk mir, früher waren die Kinder  
194 einen ganzen Nachmittag draußen und sind irgendwo runtergerodelt, aber das ist jetzt oft

- 195 schon ein Kampf. Also spielt eine große Rolle prinzipiell in meinem Leben, dadurch passt  
196 das jetzt auch, dass es in der Schule so ist. Da fühl ich mich sehr wohl.
- 197 I: Was sehen Sie als die Stärken bei der Umsetzung von Gesundheitsförderung an Ihrer  
198 Schule?
- 199 A: Was mir irrsinnig gefällt ist, dass das wirklich mit nach Hause genommen wird und die  
200 Gesundheitsförderung an der Schule jetzt auch weiter Früchte trägt, das heißt vielleicht  
201 kann man dadurch zu Hause mehr Leute motivieren, das ist jetzt nicht nur die Arbeit am  
202 Schüler, sondern das geht ja weiter, das greift weiter.
- 203 I: Welche Verbesserungsvorschläge hätten Sie in Hinsicht auf die Gesundheitsförderung  
204 an der VS Bad Sauerbrunn?
- 205 A: Ich glaub, da gibt's bald nichts mehr zu verbessern. Wir probieren so viel aus, durch  
206 die Studenten kriegen wir so viel Neues geboten und immer wieder, ja mit den Unterlagen  
207 dazu, man hätte jetzt nicht für vier Jahre Volksschule was zu tun, sondern für acht, weil es  
208 so viele Angebote jetzt gibt und Themen, die man aufgreifen kann, also es ist irrsinnig viel  
209 da.
- 210 I: Zum Abschluss frage ich gerne die zentrale Frage meiner Diplomarbeit und die lautet:  
211 Welches Verständnis von Gesundheit besteht an der VS Bad Sauerbrunn? Würden Sie  
212 meinen, dass es ein richtiges Verständnis, wissen die Leute, was ist Gesundheit, wie wird  
213 es umgesetzt, ist das gegeben, oder müsste da noch in der Hinsicht gearbeitet werden?
- 214 A: Also ich denk mir, es wäre sicher nicht schlecht, wenn es Fortbildungen in diese  
215 Richtung geben würde, wie gesagt die Fortbildungen können wir uns eh immer selber  
216 wählen, aber meistens ist es halt dann so, dass man eher auf die wichtigeren Fächer sag  
217 ich jetzt einmal unter Anführungszeichen, auf Mathematik oder Deutsch, und jetzt mit den  
218 neuen Bildungsstandards muss man sich einmal dort mehr reinknien, aber es wäre sicher  
219 nicht schlecht, wenn wir noch mehr Kursangebot hätten, also wir würden es sicher nützen.
- 220 I: Vielen lieben Dank.

## **Interview 2 – ILB**

### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 23 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Direktorin

Alter: 60

### **Transkription**

- 1 I: Wie lange arbeiten Sie bereits an der VS Bad Sauerbrunn?  
2 B: Seit 1984.  
3 I: Welche berufliche Position haben Sie an der VS Bad Sauerbrunn?  
4 B: Zur Zeit bin ich Schulleiterin, und vorher eben als Klassenlehrerin.  
5 I: Was bedeutet für Sie Gesundheit?  
6 B: Ja, ich meine in erster Linie körperliche und psychische Gesundheit, Sozialkompetenz.  
7 I: Was gehört für Sie alles zu Gesundheit, welche Themen fallen Ihnen dazu ein spontan?  
8 B: Gesunde Bewegung, gesunde Ernährung, gesunde Umwelt, Persönlichkeit,  
9 Selbstbewusstsein auch.  
10 I: Woher haben Sie ihr Wissen über Gesundheitsförderung?  
11 B: Durch persönliche Weiterbildung, Literatur, Medien.  
12 I: Haben Sie eine Ausbildung auf dem Gebiet?  
13 B: Nicht sehr umfassend. Ich habe in meiner Schulzeit für zwei Semester  
14 Ernährungslehre gehabt.  
15 I: Welche Art von Ausbildung haben Sie, also in der Lehrerinnenbildung so wie ich das  
16 verstanden habe?  
17 B: In der HLA.  
18 I: Und wann haben Sie die ungefähr abgeschlossen?  
19 B: Ja das war vor der Matura.  
20 I: Welche Themen wurden während der Ausbildung in Bezug auf Gesundheitsförderung  
21 angesprochen? Ich glaub in dem Bereich war es Ernährung.  
22 B: Ja, Ernährung.  
23 I: Hatten Sie am Anfang dieses Projekts das Gefühl, dass Sie gut vorbereitet waren auf  
24 die Aufgabe der Gesundheitsförderung?  
25 B: Schon, weil das Projekt hat eine Kollegin geleitet, die eine spezielle Ausbildung hatte  
26 als Ernährungsberaterin und die Kooperation mit der Sportuni natürlich. Das war  
27 ausschlaggebend, muss ich sagen.  
28 I: Hat sich dieses Gefühl geändert in irgendeiner Art und Weise?  
29 B: Nein.  
30 I: Welchen Stellenwert hat Gesundheitsförderung in der VS Bad Sauerbrunn?  
31 B: Einen sehr großen.  
32 I: Wie wichtig ist Ihnen Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn und wie wichtig  
33 ist Gesundheitsförderung generell an der Schule? Könnten Sie da etwas dazu sagen.  
34 B: Na ich find es ist einfach generell sehr wichtig, weil das sind eigentlich  
35 Voraussetzungen, die alles weitere ermöglichen.  
36 I: Wie sieht Gesundheitsförderung in Ihrer Klasse aus? Machen Sie da Einheiten? Als  
37 Direktorin werden Sie viel Administratives tun müssen.  
38 B: Ja, also erstens einmal die Sporttage, wo immer Schwerpunkte gesetzt werden, also  
39 für Haltung und die diversen Bereiche abgedeckt werden und dann haben wir in der  
40 dritten Klasse immer ein Ernährungsprojekt integrativ, das machen zwei Kolleginnen, also  
41 die Klassenlehrerin und eine Kollegin, die speziell im Ernährungsbereich gut vorbereitet  
42 ist und das zieht sich über das ganze dritte Schuljahr. Und da machen wir auch

- 43 Exkursionen, Besuch von Biobäuerinnen zum Beispiel um bodenständige Produkte den  
44 Kindern einmal näher zu bringen und den Wert von regionalen Produkten ein bisschen  
45 klarzumachen. So richtig verstehen sie das eh nicht, aber dass sie einen Einblick haben,  
46 dass Produkte eben umweltschonend aus der Nähe verwendet werden sollen. Dann eben  
47 die Zusammenarbeit mit dem Gesundheitszentrum, mit der Diätassistentin, solche Dinge.  
48 I: Welche Themen werden bei Ihren gesundheitsfördernden Einheiten behandelt? Welche  
49 Themenbereiche sind das?  
50 B: Getränke ist zum Beispiel so ein Schwerpunkt, den Wert des Wassers, wir haben eine  
51 sehr gute Wasserqualität, dass die Kinder nicht immer auf Limonaden und so  
52 überzuckerte Getränke greifen, oder auch gesunde Jause zum Beispiel, Obst und  
53 Gemüse. Die Biobäuerin war unlängst da mit dem Schwerpunkt Milchprodukte aus der  
54 Region.  
55 I: In Bezug zum Beispiel auf Bewegung, welche Themen werden da behandelt?  
56 B: Das letzte Aktuelle war gerade Haltungsschulung und Fallschule, Wirbelsäulentraining  
57 – da fallen mir jetzt gar nicht alle ein.  
58 I: Kein Problem. Wie oft führen Sie gesundheitsfördernde Einheiten durch?  
59 B: In punkto Bewegung?  
60 I: Generell. Also vielleicht auch in punkto Bewegung, oder auch Ernährung, wie oft pro  
61 Woche, pro Monat, pro Schuljahr?  
62 B: Das Ernährungsprojekt ist wöchentlich und es ist so, dass in den meisten Klassen mit  
63 Unterstützung der Eltern eine gesunde Jause organisiert ist, da gibt es immer Obst,  
64 Rohkost, Vollkornbrot und so, als wirklich lauter gesunde Sachen, und die werden  
65 eigenartigerweise von den Kindern da in der Schule da eher angenommen als zu Hause,  
66 das ist auch irgendwie interessant. Und die Kinder fungieren da auch ein bisschen als  
67 Multiplikatoren, das glaubt man gar nicht, welche Impulse da gesetzt werden. Und das  
68 Bewegungsprogramm ist so, dass wir meistens monatlich, manchmal auch in kürzeren  
69 Intervallen, aber generell monatlich einen Tag mit dem Herrn Professor und mit den  
70 Sportstudenten haben und die Lehrerinnen das aber dann auch weitertragen und  
71 einbauen in ihren Turnunterricht.  
72 I: Wie lange dauern die Einheiten ungefähr? Also auch wieder generell gesehen oder  
73 vielleicht speziell auf die Sporteinheiten?  
74 B: Pro Klasse meinen Sie?  
75 I: Ja, pro Klasse.  
76 B: Ja nachdem wir siebenklassig sind geht sich da nur eine Unterrichtseinheit pro Klasse  
77 aus an so einem Schwerpunkttag. Generell haben die Kinder drei Turnstunden pro Woche  
78 und da wird das von den Lehrerinnen dann auch fortgesetzt teilweise dieses Programm  
79 und das Ernährungsprogramm einmal wöchentlich.  
80 I: Welche Methoden und Konzepte wenden Sie an bei der Gesundheitsförderung? Wird  
81 da sehr viel vorgegeben den Schülern oder ist das mehr Hilfe zur Selbsthilfe?  
82 B: Natürlich. Das ist teilweise im offenen Lernen, teilweise wird es eben auch vorgegeben  
83 und angeregt. Die Kinder arbeiten in Gruppen und das ist auch immer Theorie und Praxis.  
84 Wir haben eine kleine Schulküche und da werden dann irgendwelche gesunden Sachen  
85 eben hergestellt, oder eine Kräuterwanderung, ja.  
86 I: Sehr wichtig ist auch der Aspekt des Erlebens der Kinder.  
87 B: Ja, dass sie das kennenlernen, es werden meistens einfache Gerichte hergestellt, die  
88 die Kinder auch selber herstellen können dann.  
89 I: Wir haben das eh schon zum Teil besprochen, aber um es noch mal konkret zu  
90 formulieren: Welche Schwerpunkte setzen Sie in Ihrer Gesundheitsförderung? Es gibt ja  
91 viele Aspekte von Gesundheit und was sind so die Schwerpunkte, die Sie setzen und  
92 warum setzen Sie diese Schwerpunkte?  
93 B: Ja eben gesunde Bewegung und gesunde Ernährung.  
94 I: Welche Materialien verwenden Sie in den Einheiten?  
95 B: Keine besonderen. Wir haben einen sehr gut ausgestatteten Turnsaal und bei der  
96 gesunden Ernährung, ja, Arbeitsmappen natürlich und das Material.

- 97 I: Jetzt zu einem ganz anderen Themenbereich. Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den  
98 Kindern beschreiben?
- 99 B: Ein sehr, wie soll ich sagen, Wertschätzendes, auf einer guten Vertrauensbasis,  
100 gegenseitige Achtung, aber keine also nicht eine große Distanz, aber ein respektvoller  
101 Umgang miteinander.
- 102 I: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Eltern beschreiben?
- 103 B: Ebenso.
- 104 I: Wie wichtig ist Ihnen die Schüler-Lehrer-Eltern-Beziehung?
- 105 B: Sehr wichtig, weil ich finde wenn das funktioniert, sind einfach die besten  
106 Voraussetzungen geschaffen.
- 107 I: Welche Einstellung haben die Eltern zu der Gesundheitsförderung und wie engagieren  
108 Sie sich in der Schule in Bezug auf Gesundheitsförderung und gesundheitsfördernde  
109 Projekte?
- 110 B: Es wird sehr positiv aufgenommen von den Eltern und sie unterstützen uns auch  
111 dahingehend, dass also jede Mutter einer Klasse bereitet einmal in der Woche eine  
112 gesunde Jause vor und das funktioniert wirklich tadellos, lückenlos, und wird sehr gut  
113 angenommen. Und man merkt auch, es ändert sich doch etwas, nämlich die  
114 Ernährungsgewohnheiten, und vor allem auch die Trinkgewohnheiten der Kinder. Und sie  
115 achten dann natürlich auch schon gegenseitig ein bisserl aufeinander.
- 116 I: Wie reagieren die Kinder auf die gesundheitsfördernden Einheiten?
- 117 B: Sehr positiv. Dadurch, dass sie auch sehr ansprechend gestaltet werden und sehr  
118 abwechslungsreich, kommt das den Kindern natürlich total entgegen und sie sind mit  
119 Begeisterung dabei. Das ist jetzt wirklich keine Übertreibung.
- 120 I: Was kommt in diesen Einheiten bei den Kindern gut an oder sehr gut an?
- 121 B: Ja natürlich der abwechslungsreiche Sport. Die Studentinnen und Studenten bringen  
122 immer neue Sportgeräte, neue Materialien mit, neue Spiele, das wird natürlich immer  
123 schon sehr mit Spannung erwartet und begeistert die Kinder.
- 124 I: In welcher Art und Weise involvieren Sie Experten in die Gesundheitsförderung?
- 125 B: Ja eben durch die Kooperation mit der Universität, durch die Zusammenarbeit mit dem  
126 Gesundheitszentrum, mit den Fachleuten, Ernährungsberaterin, Diätologin, Biobäuerin,  
127 also auch die Hersteller, die den Kindern den Weg der Nahrungsmittel vor Augen führen.
- 128 I: Welche allgemeinen Verhaltensregeln gelten in der Schule? Wie verhalte ich mich  
129 einem Lehrer gegenüber, wie verhalte ich mich einem Schüler gegenüber?
- 130 B: Ja, wir achten schon sehr darauf, dass die Kinder fair und wertschätzend und  
131 respektvoll miteinander umgehen, auch Lehrer mit Kindern und umgekehrt, aber die  
132 Kinder haben so viel Vertrauen, dass sie mit allen Anliegen sofort zu den Lehrerinnen  
133 kommen oder auch zu mir, also da gibt es keine besonderen Hürden.
- 134 I: Gibt es Freiräume oder gewisse Zeiten, in denen die Kinder sich selbst frei bewegen  
135 können? (Ich denke beispielsweise an Hofpausen)
- 136 B: Im offenen Lernen zum Beispiel, in den Pausen sowieso und am Nachmittag sind  
137 immer wieder so Einheiten eingebaut, wo Kinder Freiraum haben, sich wenn es die  
138 Witterung erlaubt, im Garten frei bewegen, oder wenn nicht eben im Turnsaal und im  
139 Nachmittagsbereich.
- 140 I: Würden Sie das Schulklima für die SchülerInnen als förderlich für ein gesundes Leben  
141 empfinden?
- 142 B: Das hoffe ich schon.
- 143 I: Wie wichtig sehen Sie das Schulklima in Hinsicht auf Gesundheitsförderung?
- 144 B: Sehr wichtig. Es ist schon einmal wichtig für die Leute, die hier arbeiten, für die  
145 Kolleginnen, die wirklich gerne zur Arbeit kommen, das ist wirklich so. Untereinander  
146 herrscht ein total gutes Teamklima, sie unterstützen sich gegenseitig und ich bemühe  
147 mich auch, dass ich sie unterstützen kann und das wirkt sich natürlich auf den Unterricht  
148 aus. Wenn die Kinder mit Freude kommen, sind sie einfach ganz anders motiviert und  
149 nehmen alles ganz anders an. Das ist schon sehr wichtig und das ist uns gelungen, dass  
150 wir das wirklich so halten können und dass das so passiert bei uns.

- 151 I: Versuchen Sie auch die soziale Kompetenz der SchülerInnen zu stärken? Wenn, ja  
152 wie?
- 153 B: Wir haben eigentlich von der ersten Klasse an soziales Lernen integriert, teilweise als  
154 Projekt mit einem Beratungslehrer, der da ein sehr gutes Konzept hat, und im Alltag eben  
155 mit den Klassenlehrerinnen, mit Spielen und mit Einheiten, zum Beispiel mit  
156 Rollenspielen. Unlängst hatten wir ein Projekt „jeux dramatique“, das hat auch wirklich  
157 sehr gut getan, um die soziale Kompetenz zu stärken und in der Gruppe etwas zu  
158 schaffen. Gruppenarbeit in diese Richtung eben.
- 159 I: Wie wichtig sind Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht an Ihrer Schule?
- 160 B: Sehr wichtig, das hat wirklich einen sehr hohen Stellenwert an unserer Schule und das  
161 wird auch immer wieder trainiert und in der Praxis eben geübt.
- 162 I: Welche Aktionen setzen Sie um das Selbstwertgefühl zu steigern und Selbstständigkeit  
163 zu fördern?
- 164 B: Ja, das kann immer wieder nur durch positive Verstärkung, eben auch durch  
165 Rollenspiele oder verschiedene Spiele in diesem Bereich.
- 166 I: Wird Teamtraining in Ihrem Unterricht betrieben? Wie sieht das aus? So  
167 Gruppenfindungsprozesse.
- 168 B: Fallweise. Bei den kleineren Kindern schaut das ein bisschen anders aus. Aber es  
169 werden schon immer wieder so Projekte durchgeführt, die eben teambildend und  
170 gruppenstärkend funktionieren.
- 171 I: Was halten Sie von der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?
- 172 B: Na die ist mir auf alle Fälle sehr wichtig und das ist auch ein bisschen unser Profil und  
173 unser Aushängeschild, denn ich finde zunehmend ändern sich Ernährungsgewohnheiten,  
174 es wird zum Beispiel in vielen Familien gar nicht mehr richtig gekocht. Und die Kinder  
175 haben zur Ernährung eine etwas vernachlässigende Haltung in vielen Familien mit  
176 Fertigprodukten, Fast-food und so weiter. Es wird diesem Bereich nicht mehr der Raum  
177 oder diese Stellung eingeräumt, die es haben sollte, finde ich. Und dem wollen wir  
178 entgegenwirken.
- 179 I: Was sehen Sie als die Stärken bei der Umsetzung von Gesundheitsförderung an Ihrer  
180 Schule?
- 181 B: Ja die Stärken sind einfach die Einstellung der Lehrer dazu, die positive Annahme auch  
182 durch die Eltern und Kinder und vor allem auch die Kooperationen, die wir zum Glück  
183 haben, also die Unterstützung der Uni ist schon eine ganz tolle Geschichte.
- 184 I: Welche Verbesserungsvorschläge hätten Sie in Hinsicht auf die Gesundheitsförderung  
185 an der VS Bad Sauerbrunn?
- 186 B: Darüber habe ich noch gar nicht so stark nachgedacht, weil wir eben gerade dabei  
187 sind, das alles aufzubauen und das noch nicht richtig evaluiert haben. Vielleicht wäre  
188 einmal eine Evaluation sinnvoll, aber ich denke, dass sollte vorher ein paar Jahre greifen,  
189 dass man das wirklich erheben kann.
- 190 I: Zum Abschluss, das ist die Kernfrage meiner Diplomarbeit, wir haben es zum Teil schon  
191 behandelt: Was meinen Sie, welches Verständnis von Gesundheit besteht an der VS Bad  
192 Sauerbrunn? Was verstehen die Leute darunter, welchen Stellenwert hat das, eine  
193 ganzheitliche Geschichte sozusagen.
- 194 B: Wir wollen ganz einfach die Gesundheitskompetenz stärken und in den Kindern das  
195 Bewusstsein wecken, wie wichtig die Gesundheit ist und was sie selber dazu beitragen  
196 können in Eigenverantwortung.
- 197 I: Vielen lieben Dank.

### **Interview 3 – ILC**

#### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 15 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Klassenlehrerin

Alter: 49

#### **Transkription**

- 1 I: Wie lange arbeiten Sie bereits an der VS Bad Sauerbrunn?  
2 C: 17 Jahre.  
3 I: Welche berufliche Position haben Sie an der VS Bad Sauerbrunn?  
4 C: Klassenlehrerin.  
5 I: In welcher Schulstufe unterrichten Sie?  
6 C: 3.  
7 I: Was bedeutet für Sie Gesundheit?  
8 C: Wohlfühlen.  
9 I: Was gehört für Sie alles zu Gesundheit?  
10 C: Die Ernährung, Bewegung, das Umfeld natürlich, die Menschen, mit denen man zu tun  
11 hat.  
12 I: Woher haben Sie Ihr Wissen über Gesundheitsförderung?  
13 C: Na das kann ich jetzt gar nicht so genau sagen. Irgendwie hat mich das irgendwann  
14 einmal interessiert und ich denke, als ich zu kochen begonnen hab und mir die ersten  
15 Kochbücher gekauft hab, da bin ich irgendwie hineingewachsen und habe auch über  
16 Ernährung ziemlich viel gelesen und natürlich was man so hört in Büchern, Medien und so  
17 weiter.  
18 I: Haben Sie eine Ausbildung auf dem Gebiet?  
19 C: Nein.  
20 I: Hatten Sie am Anfang dieses Projekts das Gefühl, dass Sie gut vorbereitet waren auf  
21 die Aufgabe der Gesundheitsförderung?  
22 C: Ja, von mir aus vorbereitet, glaub schon.  
23 I: Hat sich dieses Gefühl geändert?  
24 C: Nein, könnte ich nicht sagen.  
25 I: Welchen Stellenwert hat Gesundheitsförderung in der VS Bad Sauerbrunn?  
26 C: Ich denke schon einen wichtigen, denn wenn man den Kindern so zuhört, wenn sie  
27 erzählen, was sie alles naschen und in der Freizeit machen, sollte man vielleicht von der  
28 Schule her versuchen sie aufmerksam zu machen, dass es gesunde Ernährung gibt und  
29 dass Bewegung auch gesund ist und diese Dinge. Also ich denke schon einen wichtigen,  
30 wie überall halt in der Schule.  
31 I: Wie wichtig ist (Ihnen) Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn? Beschreiben  
32 Sie bitte ausführlich.  
33 C: Na ja schon sehr wichtig.  
34 I: Können Sie das irgendwie ausführen?  
35 C: Naja, im Hinblick darauf, was man so mitkriegt, wenn die Kinder was erzählen. Ja,  
36 dass sie eben auch offen werden für das, was eben gesund ist und dass sie das zu  
37 Hause auch weitervermitteln.  
38 I: Wie sieht Gesundheitsförderung in Ihrer Klasse aus? Können sie eine typische Einheit  
39 beschreiben?  
40 C: Na wir haben da ein Projekt laufen in der dritten Klasse, das heißt gesunde Ernährung,  
41 findet vierzehntägig statt. Da wird immer ein Kapitel herausgegriffen, zum Beispiel

42 Getreide und zu diesem Getreide eine theoretische Einheit gemacht, da wird erklärt,  
43 welche Arten es gibt, und was die Kinder von zu Hause mitbringen, was sie schon wissen,  
44 und dann wird etwas Praktisches damit gemacht und verkostet auch.

45 I: Welche Themen werden bei Ihren gesundheitsfördernden Einheiten behandelt?

46 C: Ja eben Ernährung und alle 14 Tage etwas anderes, natürlich auch Sport, die  
47 Turnstunden sind sehr wichtig. Da haben wir auch das Projekt mit der Uni Wien laufen.  
48 Die Kinder werden immer wieder darauf hingewiesen, sobald wir ein Lesestück haben  
49 oder im Sachunterricht irgendetwas, das man dahin lenken kann, wird sofort darüber  
50 gesprochen und ausgebaut.

51 I: Wie oft führen Sie gesundheitsfördernde Einheiten durch?

52 C: Vierzehntägig und die Turnstunden dreimal in der Woche. Immer wenn man  
53 theoretisch spricht. Wir besuchen auch Bauernhöfe. Ich hab auch vor noch in diesem  
54 Schuljahr noch ins Kurhaus zu gehen und auch dort ein bisschen mit einer Diätologin  
55 möglicherweise zu sprechen.

56 I: Wie lange dauern die Einheiten ungefähr?

57 C: Naja 50 Minuten, aber wir haben dann Doppelstunden auch.

58 I: Welche Methoden und Konzepte wenden Sie an? Das klingt ein wenig kompliziert, aber  
59 es geht darum, wie wird vermittelt, selbstständiges Erlernen, wird da frontal unterrichtet,  
60 wie wird Gesundheit unterrichtet, ist es mehr auf Erleben ausgelegt?

61 C: Ja beides. Man bietet einmal das Thema an und schaut, was die Kinder wissen, was  
62 sie erzählen, und dann ordnet man das irgendwie, je nachdem wie sich das ergibt, was  
63 die Kinder interessiert. Dann kommt ein praktischer Teil, das wird gekocht und zubereitet.

64 I: Welche Schwerpunkte setzen Sie in Ihren gesundheitsfördernden Einheiten? Was ist da  
65 besonders wichtig bei der Bewegung, bei gesunder Ernährung?

66 C: Die Kinder wissen ja ohnehin, was gesund ist. Immer wieder darauf hinweisen, immer  
67 wieder erzählen lassen, na was können wir noch machen. Oder bei der Bewegung, dass  
68 nicht nur Fußball spielen gesund ist, sondern dass auch andere Sportarten wichtig sind.  
69 Oder Spaziergehen in der frischen Luft, dass das auch sehr wichtig ist. Auch auf  
70 Umweltschutz weisen wir hin, dass man halt schauen soll, dass wir die Luft sauber halten,  
71 dass wir biologische Produkte auch verwenden sollen usw.

72 I: Welche Materialien verwenden Sie in den Einheiten?

73 C: Ja, das was so im Alltag vorkommt, Lebensmittel.

74 I: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Kindern beschreiben?

75 C: Ja ich glaube schon kollegial. Wir kommen ganz gut aus.

76 I: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Eltern beschreiben?

77 C: Ja auch so.

78 I: Wie wichtig ist Ihnen die Schüler-Lehrer-Eltern-Beziehung?

79 C: Naja schon wichtig, weil wenn das funktioniert, kann man alles besprechen, auch über  
80 eventuelle Probleme, und versuchen einen gemeinsamen Weg zu finden.

81 I: Welche Einstellung haben die Eltern zu der Gesundheitsförderung und wie engagieren  
82 Sie sich in der Schule in Bezug auf Gesundheitsförderung und gesundheitsfördernde  
83 Projekte?

84 C: Also wenn man mit ihnen spricht, sind sie natürlich voll dafür. Manchmal sieht man  
85 schon, dass die Kinder dann doch wieder was zum Naschen mithaben oder ein  
86 ungesundes Getränk, aber auf der anderen Seite merkt man auch wieder, die Kinder  
87 kommen auch zwischendurch und sagen: „Schau Frau Lehrer, ich hab heute eine  
88 gesunde Jause mit“ oder: „Schau, das haben wir selbst gebacken“. Also da merkt man  
89 schon, die Kinder erzählen das auch zu Hause und sie bringen auch die Rezepte mit nach  
90 Hause, die wir in der Schule durchprobieren, da hab ich schon gehört: „Das eine oder  
91 andere haben wir schon gekocht“. Also ich glaub schon, dass die Eltern das gut finden,  
92 dass wir das machen.

93 I: Wie reagieren die Kinder auf die gesundheitsfördernden Einheiten (freudig, gelangweilt,  
94 ..)?

95 C: Es gefällt ihnen.

96 I: Was kommt in diesen Einheiten bei den Kindern gut an?

- 97 C: Die Bewegung auf jeden Fall. Ich stell da fest, sie sind wirklich voll dabei, sind mit  
98 Freude dabei, sie machen alle mit, egal welche Sportart gerade durchgeübt wird. Das  
99 Kochen, das Praktische, das gefällt ihnen.
- 100 I: In welcher Art und Weise involvieren Sie Experten in die Gesundheitsförderung?
- 101 C: Von Zeit zu Zeit laden wir eine Biobäuerin ein, die eben mit den Kindern auch arbeitet,  
102 auch Speisen zubereitet und auch erklärt, was alles drinnen ist. Wir besuchen  
103 Biobauernhöfe. Vom Sport her kommen eben die Studenten aus Wien, die immer wieder  
104 andere Sportarten durchprobieren, Schnupperstunden von verschiedenen Vereinen, vom  
105 Tennisverein.
- 106 I: Es ist ja nicht nur Ernährung und Bewegung wichtig für die Gesundheit sondern auch  
107 das Schulklima und das Zwischenmenschliche, also wie man miteinander umgeht.  
108 Welche allgemeinen Verhaltensregeln gelten in der Schule?
- 109 C: Ja, die Höflichkeit zueinander, auch unter den Schülern, Hilfsbereitschaft wollen wir  
110 auch fördern, nicht auslachen, diese üblichen Dinge.
- 111 I: Gibt es Freiräume oder gewisse Zeiten, in denen die Kinder sich selbst frei bewegen  
112 können? (Ich denke beispielsweise an Hofpausen)
- 113 C: Na sicher. In der Hofpause auf jeden Fall. Es ist auch so, ich hab ziemlich viele  
114 Burschen in meiner Klasse, die wollen gerne Fußball spielen, jetzt haben wir uns  
115 ausgemacht, jeden Montag dürfen sie zu Beginn der Turnstunde zehn Minuten Fußball  
116 spielen. Die Mädchen machen in der Zeit was anderes. Auch manchmal die Turnstunden,  
117 die draußen stattfinden, dürfen sie sich auch aussuchen, ob sie jetzt Fußball spielen oder  
118 ob sie mit mir zu den Spielgeräten gehen, also diese Dinge, solange es klappt machen wir  
119 es so, solange nicht gerauft wird.
- 120 I: Würden Sie das Schulklima für die SchülerInnen als förderlich für ein gesundes Leben  
121 empfinden?
- 122 C: Soweit wir das machen können schon.
- 123 I: Wie wichtig sehen Sie das Schulklima in Hinsicht auf Gesundheitsförderung?
- 124 C: Na schon wichtig.
- 125 I: Versuchen Sie auch die soziale Kompetenz der SchülerInnen zu stärken? Wenn, ja  
126 wie?
- 127 C: Ja positiv verstärken, wenn man merkt, der hat etwas Gutes getan, der hat jemandem  
128 geholfen, das immer wieder verstärken und das erwähnen. Nicht immer nur sagen, das  
129 hast jetzt wieder falsch gemacht und du musst grüßen und du musst bitte und danke  
130 sagen, sondern auch hervorheben, wenn die Kinder das von selbst machen. So kann man  
131 sie schon motivieren.
- 132 I: Wie wichtig sind Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht an Ihrer Schule?
- 133 C: Wichtig.
- 134 I: Welche Aktionen setzen Sie um das Selbstwertgefühl zu steigern und Selbstständigkeit  
135 zu fördern?
- 136 C: Ja eh Lob, positive Verstärker, und die Selbstständigkeit. Ich lass die Kinder so oft es  
137 geht zuerst selber versuchen, eine Aufgabe zu lösen oder eine Übung durchzuführen.
- 138 I: Wird Teamtraining in Ihrem Unterricht betrieben? Wie sieht das aus?
- 139 C: Ja, Gruppenarbeit in den verschiedenen Gegenständen. Jeder bekommt eine Aufgabe  
140 zugeteilt und damit man das am Ende präsentieren kann.
- 141 I: Was halten Sie von der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?
- 142 C: Ich find es toll.
- 143 I: Was sehen Sie als die Stärken bei der Umsetzung von Gesundheitsförderung an Ihrer  
144 Schule?
- 145 C: Na ja, dass man die Möglichkeit hat, das zu machen auch, dass man Projekte  
146 durchführen kann, dass die Möglichkeit einmal da ist. Und mit der Zeit kommen einem  
147 dann halt immer mehr Ideen und ja, eigentlich der Anfang einmal, dass das gewährleistet  
148 ist, dass man die Möglichkeit hat, dass man was machen darf, und das kann man im  
149 Laufe der Jahre dann ausbauen.
- 150 I: Welche Verbesserungsvorschläge hätten Sie in Hinsicht auf die Gesundheitsförderung  
151 an der VS Bad Sauerbrunn?

- 152 C: Na vielleicht mit den Vereinen zusammenzuarbeiten, könnte ich mir vorstellen, ein  
153 Sportfest oder diese Dinge.
- 154 I: Als Abschluss frage ich immer gerne die Kernfrage meiner Diplomarbeit und die heißt  
155 so: Welches Verständnis von Gesundheit besteht an der VS Bad Sauerbrunn? Das klingt  
156 jetzt vielleicht ein bisschen kompliziert, da geht's eher darum, ist das eine realistische  
157 Darstellung von Gesundheit? Also ist das was hier unterrichtet wird, entspricht das auch  
158 dem was man allgemein oder in der Wissenschaft als Gesundheit versteht oder würden  
159 Sie sagen, dass das weiter her geholt ist?
- 160 C: Na ja ich find schon, dass hier das Richtige vermittelt wird, natürlich kindgemäß, so  
161 weit die Kinder das verstehen. Also nicht hochtrabend wissenschaftlich, sondern eben am  
162 Level der Kinder.
- 163 I: Vielen lieben Dank.

### **Interview 4 – ILD**

#### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 21 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Klassenlehrerin

Alter: 45

#### **Transkription**

- 1 I: Wie lange arbeiten Sie bereits an der VS Bad Sauerbrunn?  
2 D: Das ist das achte Jahr.  
3 I: Welche berufliche Position haben Sie an der VS Bad Sauerbrunn?  
4 D: Ich bin Klassenlehrerin in der vierten Klasse.  
5 I: Was bedeutet für Sie Gesundheit?  
6 D: Das bedeutet für mich sich wohl fühlen, ausgeglichen sein und Harmonie für Körper,  
7 Geist und Seele.  
8 I: Was gehört für Sie alles zu Gesundheit?  
9 D: Gesunde Ernährung ist für mich persönlich auch einmal sehr wichtig, Bewegung, Zeit  
10 für sich selber einplanen, positive Einstellung zu den Dingen, positive Lebenseinstellung,  
11 sich motivieren können, also weg von Überforderungen und Prioritäten setzen.  
12 I: Woher haben Sie ihr Wissen über Gesundheitsförderung?  
13 D: Ich muss sagen, das Interesse bei mir ist schon recht groß und wie meine Kinder zur  
14 Welt gekommen sind, meine Große ist jetzt 20, da ist dieses Thema mal brisant  
15 geworden. So Ernährung und Ernährung im Kleinkindalter oder das Stillen oder so, so hat  
16 das angefangen mit dem ersten Kind.  
17 I: Haben Sie eine Ausbildung auf dem Gebiet?  
18 D: Ausbildung hab ich nicht wirklich, aber es war immer das Interesse da, und ich hab mir  
19 dann Vorträge angehört, hab Seminare gemacht, nichts Großartiges, so zwei drei Abende  
20 oft oder so.  
21 I: Hatten Sie am Anfang dieses Projekts das Gefühl, dass Sie gut vorbereitet waren auf  
22 die Aufgabe der Gesundheitsförderung?  
23 D: Durch mein Interesse an dem Thema Gesundheit ja, hab ich mir gedacht, ist eigentlich  
24 okay, und das passt für mich und ich kann sicherlich damit umgehen und das auch  
25 irgendwie weitergeben.  
26 I: Hat sich dieses Gefühl geändert?  
27 D: Es hat sich irgendwie verstärkt und es fließt überall mit ein, das Thema Gesundheit.  
28 I: Welchen Stellenwert hat Gesundheitsförderung in der VS Bad Sauerbrunn?  
29 D: Ja ich glaube einen sehr hohen Stellenwert und es fließt in vielen Gegenständen mit  
30 ein.  
31 I: Wie wichtig ist (Ihnen) persönlich Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?  
32 Beschreiben Sie bitte ausführlich.  
33 D: Ja eigentlich ist es für mich ein Unterrichtsprinzip, das sich durchzieht in vielen  
34 Gegenständen, sag ich eh schon dauernd, und diesen Schwerpunkt haben wir eigentlich  
35 in der dritten Klasse. Da haben wir jede zweite Woche zwei Stunden Praxis und da gibt es  
36 eben die Theorie zu den verschiedensten Themen, wenn ich jetzt sagen darf das Thema  
37 Korn oder Vollkorn. Das wird zuerst mit den Kindern in der Theorie behandelt, da geht's  
38 einmal die Arbeit des Bauern am Feld draußen und der Aufbau vom Korn und dann gibt's  
39 eben einen Praxisteil dazu. Zum Beispiel kann ich mich da an letztes Jahr erinnern, da ist  
40 eine Milchschnitte, nein Müslischnitte und Apfelmuffins haben wir dann gemacht zum  
41 Thema Obst oder zum Thema Vollkorn. Da gibt's immer einen theoretischen Teil und  
42 einen praktischen Teil.

43 I: Wie sieht Gesundheitsförderung in Ihrer Klasse aus? Können sie eine typische Einheit  
44 beschreiben?

45 D: Ja eben von diesem Schwerpunkt in der dritten Klasse her.

46 I: Unterrichten Sie den?

47 D: Wir haben das gemeinsam gemacht, die Kollegin und ich, die ist aber heuer leider nicht  
48 mehr an unserer Schule. Das macht jetzt die Evi, die das sicher auch recht kompetent  
49 macht in der dritten Klasse, ja. Und so, dieser Schwerpunkt, so fließt das schon mit ein  
50 überall. Also wenn es jetzt kalt ist draußen, gehen wir Bob fahren. Das hat jetzt nichts mit  
51 Ernährung zu tun, sondern Bewegung und raus in die Natur, so in die Richtung. Oder in  
52 der zweiten Klasse haben wir gehabt den Schwerpunkt Lebensraum und Wald. Also  
53 Lebensraum Wald und diese Waldwerkstatt, da waren wir viermal zu den verschiedenen  
54 Jahreszeiten in der Waldwerkstatt, und auch den Bezug zur Natur herstellen, sich in die  
55 Natur zurückziehen, als Erholungsraum quasi wahrnehmen. Das find ich auch einen recht  
56 wichtigen Bereich. Ich mein das war jetzt nicht wirklich diese Antwort auf das Thema, aber  
57 wie gesagt, es fließt immer mit ein halt. Oder wenn es kalt ist, gehen wir Bob fahren. Dass  
58 man immer schaut, dass man verschiedenste Aspekte von Gesundheit erfüllt.

59 I: Welche Themen werden bei Ihren gesundheitsfördernden Einheiten behandelt? Zum  
60 Teil haben Sie das eh schon gesagt, aber dass man es vielleicht noch mal konkret bei  
61 einer Antwort haben. Was sind so wichtige Gesundheitsthemen bei Ihnen?

62 D: Richtige Ernährung ist für mich einmal wichtig, auch vollwertige Ernährung, den  
63 Kindern immer wieder, wenn ich vorbei gehe sag ich: „Ah, gute Jause, super, heute gibt's  
64 ein Vollkornwecker!“, oder wenn ich die Kinder zwischendurch naschen sehe: „Auch gut,  
65 aber heb dir das Naschen für später auf“, oder dass ich immer wieder auch  
66 zwischendurch sag: „Tu Leitungswasser trinken oder Wasser trinken und diese Säfte  
67 weißt eh die trink zwischendurch einmal“. Ich verbiete es auch nicht, und ich glaub es ist  
68 auch nicht meine Aufgabe etwas zu verbieten, weil alles was man verbietet, wird dann  
69 interessant, denk ich mir einmal. Aber so der Umgang mit dem Thema, immer wieder so  
70 im Vorbeigehen fast das ansprechen. Und diese positiven Verstärker einsetzen: „Ah,  
71 super, heut gibt's bei dir was Gutes.“ So diese positiven Verstärker so rundherum, auch in  
72 der Pause oder so zwischendurch immer wieder fallenlassen.

73 I: Wie oft führen Sie gesundheitsfördernde Einheiten durch?

74 D: Wie gesagt, bei mir gibt's das nicht in Einheiten, immer nur so zwischendurch und ich  
75 denk mir, Gesundheitsförderung das hat jetzt für mich auch, Thema Strom haben wir jetzt  
76 gemacht und Kraftwerke und Windkraftwerk und Sonnenkraftwerk und das zählt für mich  
77 alles zur Gesundheit oder in diesen Bereich quasi. Vor ein zwei Wochen war das erst  
78 wieder Schwerpunkt. Und dass es halt so wichtig ist, auf solche alternative Energien  
79 zurückzugreifen.

80 I: Wie lange dauern die Einheiten ungefähr?

81 D: Also dieser Schwerpunkt gesunde Ernährung, das ist klar, der war immer so zwei  
82 Stunden. Oder wenn man diese Ausflüge macht, diese Projekte, die wir auch gemacht  
83 haben, da haben wir letztes Jahr zwei Tage Waldprojekt gemacht, da waren wir im Wald  
84 auf der BOKU auf der Rosalia oben, das ist eher schwerpunktmäßig. Und zwischendurch.

85 I: Welche Methoden und Konzepte wenden Sie an? Das klingt ein bisschen kompliziert,  
86 es geht eher darum, wird den Kindern eher vorgegeben was sie zu tun haben oder sollen  
87 sie erleben, ist das in Eigenregie, dass sie das erlernen sollen? Wie vermitteln sie das,  
88 wie bringen sie den Stoff rüber?

89 D: Ja, das ist so ein Miteinander. Ja es soll was von den Kindern kommen, man gibt  
90 einmal Anregungen, und es soll halt dann von den Kindern kommen, es ist ein  
91 Miteinander, Gewisses wird vorgegeben, an gewissen Sachen sollen die Kinder  
92 experimentieren oder selbstständig arbeiten, ich denk mir das ist so eine gesunde  
93 Mischung aus dem. Ja es ist oft auch anders. Manchmal nimmt man sich was ganz toll  
94 vor, stellt man sich das ganz toll vor, dann wird es nicht so. Manchmal kommt ganz viel  
95 von den Kindern, steigen einem die besser ein auf ein Thema, da kommt viel mehr von  
96 den Kindern, das ist immer so interessensabhängig oder wie es gerade passt.

- 97 I: Ich nehme stark an, Sie unterrichten Bewegung und Sport in Ihrer Klasse. Welche  
98 Schwerpunkte setzen Sie in Ihren gesundheitsfördernden Einheiten? Bitte begründen Sie.  
99 D: Die Bewegung ist mir ganz ganz wichtig. Und auch Gymnastik einmal, das Aufwärmen,  
100 ich mach gerne Spiele ohne Gewinner und Verlierer, so Gruppenwettspiele hin und  
101 wieder, es gehört auch dazu, aber bei mir ist das eher nicht vorrangig.  
102 I: Welche Materialien verwenden Sie in den Einheiten?  
103 D: Besondere Materialien ... fällt mir jetzt nichts ein, nein.  
104 I: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Kindern beschreiben?  
105 D: Ich bemühe mich, ein freundschaftliches Verhältnis zu den Kindern zu haben. Ein  
106 offenes Verhältnis, ja ich denk mir, die Kinder sollen keine Angst vor mir haben, das ist  
107 mir immer sehr wichtig. Dass man miteinander reden kann, dass das Soziale halt auch  
108 immer im Vordergrund steht, das Miteinander halt.  
109 I: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Eltern beschreiben?  
110 D: Ja ich denk mir, wenn es Themen gibt, kommen die Eltern. Das ist auch ganz okay das  
111 Verhältnis mit den Eltern.  
112 I: Wie wichtig ist Ihnen die Schüler-Lehrer-Eltern-Beziehung?  
113 D: Ja ich denk mir das ist ganz wichtig, dass das Verhältnis passt, dass das Miteinander  
114 passt. Die Kinder sind die nächsten Erwachsenen. Und auch die Sachen, die die Kinder  
115 mit nach Hause bringen, sind für die Eltern ganz interessant einmal, dass das Kind sagt:  
116 „Du, wir sollten jetzt wirklich den Müll trennen“ oder „kaufen wir doch einmal ein  
117 Vollkornmehl oder ein Vollkornbrot“ oder so, „das haben wir in der Schule gemacht und  
118 könnten wir das nicht auch“ oder wenn die Kinder mit Rezepten von der Schule nach  
119 Hause kommen, das kommt auch ganz gut an, dass die Mütter dann mit den Kindern  
120 backen. Wir haben da eben eine Mappe gemacht mit Rezepten, da ist immer alles  
121 aufgeschrieben worden und das ist sehr gut angekommen. Also die Rückmeldungen von  
122 den Eltern und Kindern.  
123 I: Welche Einstellung haben die Eltern zu der Gesundheitsförderung und wie engagieren  
124 Sie sich in der Schule in Bezug auf Gesundheitsförderung und gesundheitsfördernde  
125 Projekte?  
126 D: Ich denke, dass die Eltern schon sehr interessiert sind. Die Bewegungsstunde, die  
127 zusätzliche, die wir da haben, Dienstag Nachmittag gibt's eine zusätzliche Bewegung,  
128 wird glaub ich gerne angenommen, auch alles was zusätzlich angeboten wird an  
129 Bewegung, sei es jetzt Fußball oder Gymnastik oder sonstige Aktivitäten. Die Eltern  
130 kommen auch zu uns in die Schule mit gesunder Jause, so alle paar Wochen oder einmal  
131 im Monat oder manchmal auch öfter. Da können sie sich in eine Liste eintragen und  
132 bringen für die ganze Klasse gesunde Jause. Das kommt auch sehr gut an.  
133 I: Wie reagieren die Kinder auf die gesundheitsfördernden Einheiten (freudig, gelangweilt,  
134 ..)?  
135 D: Ja sie sind begeistert. Das ist ihnen ja gar nicht so bewusst, worum es da eigentlich  
136 geht, glaub ich. Und das fließt so ein, dass das eigentlich so das Normale ist und sie  
137 kriegen das einfach mit. Gesunde Ernährung ist ganz wichtig, und sich draußen bewegen,  
138 viel Bewegung, das fließt so ein und das ist glaub ich, ja.  
139 I: Was kommt in diesen Einheiten bei den Kindern gut an?  
140 D: Das Selbstständig-Arbeiten, das Kreativ-Sein, auch im Turnunterricht vielleicht, wenn  
141 sie sich selber Übungen einfallen lassen, oder wenn wir Aufstriche machen, da dürfen sie  
142 selber schmieren oder den Aufstrich machen oder selber die Kekse ausstechen oder  
143 sonst irgendetwas. Also nicht ganz genau vorgegeben, natürlich gewisse Sachen sind  
144 vorgegeben, aber dass auch eine Kreativität gefragt ist. Und das Tun halt, das ist immer  
145 ganz wichtig, dass sie nicht nur was hören, sondern auch tun, sei es jetzt ein Puzzle  
146 zusammenstellen zu einem Thema oder Blätter dazu suchen oder Bilder dazu suchen zu  
147 einem Thema, eine Collage machen oder so, das Tun halt.  
148 I: In welcher Art und Weise involvieren Sie Experten in die Gesundheitsförderung?  
149 D: Wir haben Ausflüge gemacht zur Biobäuerin nach Wiesen, da haben wir eben das  
150 Getreide noch einmal gehört und haben und haben dort auch Weckerl gebacken, wir  
151 haben einen Ausflug gemacht zum Biobauern nach St. Margarethen, der hat Kühe,

152 verschiedenste Tiere. Da haben wir einmal so einen Tag beim Bauern erlebt, auch die  
153 Milch ist zentrifugiert worden, das haben die Kinder machen dürfen, so wirklich das Leben  
154 auf dem Bauernhof. Wir sind mit dem Bauern aufs Feld rausgefahren, der hat uns den  
155 Acker gezeigt, das war wirklich total ansprechend für die Kinder. Spiele waren da  
156 eingeplant, ja.

157 I: Es ist ja nicht nur Ernährung und Bewegung wichtig, sondern eben auch so soziale  
158 Aspekte und da ist eben die Frage nach dem Schulklima. Welche allgemeinen  
159 Verhaltensregeln gelten in der Schule?

160 D: Ja, das gegenseitige Akzeptieren, die Wertschätzung, dass man sich wertschätzt, dass  
161 die Kinder eine Gemeinschaft bilden, dass man eben Kinder, die vielleicht Außenseiter  
162 sind, immer wieder schaut dass die auch zur Gruppe gehören, dass man da immer positiv  
163 ein bisschen Fäden spinnt, dass wirklich wir eine Gemeinschaft sind, das Grüßen, die  
164 Höflichkeit, ja ich denk mir das ist alles sehr sehr wichtig. Das Lächeln auch, hin und  
165 wieder wenn man nur so „guten Morgen“, das Grüßen, nur das Begrüßen einmal, und der  
166 Tag startet schon einmal ganz anders, als wenn ich mir denk alle sind zuwider. So einmal  
167 ausgehen von dem auch.

168 I: Gibt es Freiräume oder gewisse Zeiten, in denen die Kinder sich selbst frei bewegen  
169 können? (Ich denke beispielsweise an Hofpausen)

170 D: Ja also wenn es schön ist, sind wir immer draußen, der Winter war heuer sehr lange,  
171 es ist noch recht gatschig, leider können wir nicht raus, aber sobald es das Wetter zulässt,  
172 sind wir draußen, ja und das gefällt den Kindern natürlich. Da wird Fußball gespielt und  
173 wir haben Turngeräte draußen und ja.

174 I: Würden Sie das Schulklima für die SchülerInnen als förderlich für ein gesundes Leben  
175 empfinden?

176 D: Ja würde ich schon sagen. Allein die positive Lebenseinstellung, die wir versuchen zu  
177 vermitteln, die Freude am Tun, die Freude, dass wir jetzt da sind, ich glaub das spüren die  
178 Kinder auch.

179 I: Wie wichtig sehen Sie das Schulklima in Hinsicht auf Gesundheitsförderung?

180 D: Na ganz wichtig. Das ist schon einmal der erste Einstieg, ich sag jetzt nicht ins  
181 Berufsleben, aber in das Leben miteinander. Es ist immer, es spinnt sich fort.

182 I: Versuchen Sie auch die soziale Kompetenz der SchülerInnen zu stärken? Wenn, ja  
183 wie? Also Selbstständigkeit, Selbstwertgefühl und diese Dinge.

184 D: Selbstständigkeit, ja die Kinder übernehmen verschiedene Aufgaben in der Klasse, die  
185 verschiedenen Ordnerbereiche. Selbstwert, ja dass die Kinder sich auch trauen, sich vor  
186 die Klasse hinzustellen, ein Buch vorzustellen, oder die Kinder haben zu zweit, zu dritt ein  
187 Referat vorbereitet. Den Mut einmal sich hinzustellen, und das sag ich auch immer, „du  
188 wir üben das jetzt nur einmal, das ist das erste Üben, stell dich hin einmal“, und wir sagen  
189 auch, was ist dir gut gelungen. Wenn etwas nicht so gut gelungen ist, sag ich „du das  
190 nächste Mal, es war ein bisschen zu schwierig“. Ich sag es schon, was nicht gepasst hat,  
191 aber ich versuch halt immer, das sehr vorsichtig das zu sagen, und das was gepasst hat,  
192 schon auch sagen, „du, es ist sehr mutig und das hast du toll gemacht und das haben wir  
193 gut verstanden, das Plakat ist dir gut gelungen“. Oder manche machen dann ein Rätsel  
194 dazu, da haben die Kinder dann Spaß. Ja, dass man sie ganz einfach so stärkt und ja,  
195 vorbereiten auf das, was die Kinder dann im Laufe der Jahre erwartet.

196 I: Wie wichtig sind Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht an Ihrer Schule?

197 D: Ja auch in der Schule. Es steht bei mir sehr im Vordergrund und auch bei uns in der  
198 Schule. Also das man sich wirklich respektiert gegenseitig, dass man die Meinung der  
199 anderen gelten lässt, ja und wenn einmal irgendein Vorfall ist, dass man die Kinder  
200 anhört, wie es dazu gekommen ist oder egal halt. Dass man nicht immer gleich rein fährt,  
201 sondern sich einmal das anhört, wie ist das zustande gekommen, wenn einmal ein  
202 Konflikt oder so ist.

203 I: Wird Teamtraining in Ihrem Unterricht betrieben? Wie sieht das aus?

204 D: Ja Teamtraining, Teamarbeit, meinen Sie da Partnerarbeit, Gruppenarbeit, ja. Das ist  
205 bei mir ganz wichtig, dass sich die Kinder gegenseitig unterstützen, dass ich sag setzt  
206 euch zusammen, besprich mit dem Partner, auch wenn es im Rechnen einmal ist, wenn

207 wir eine Sachaufgabe besprochen haben, wo ich merk, die war jetzt ein bisschen  
208 schwierig, haben es alle verstanden? Sag ich „besprecht erst einmal, ich bin da, wenn ihr  
209 euch nicht auskennt, aber tauscht euch aus, habt ihr das verstanden, oder red noch  
210 einmal mit deinem Nachbarn drüber. Und auch Gruppenarbeit, das sind ganz wichtige  
211 Sachen, die schon bei mir ständig im Unterricht eingesetzt sind.

212 I: Was halten Sie von der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?

213 D: Ja ich denk mir, dass es ganz gut läuft und dass wir da unbedingt weitermachen  
214 müssen und sollen, zum Wohle unserer Kinder und für die Zukunft ganz einfach.

215 I: Was sehen Sie als die Stärken bei der Umsetzung von Gesundheitsförderung an Ihrer  
216 Schule?

217 D: Na Stärken natürlich haben wir die Unterstützung der Studenten, was bei den Kindern  
218 ganz gut ankommt, das ist einmal so ein Schwerpunkt so ein ganz ein toller.  
219 Ernährungsmäßig haben wir den Schwerpunkt in der dritten Klasse, da wird alle zwei  
220 Wochen gekocht und gibt's die verschiedensten Themen in Theorie und Praxis. Ja das  
221 Raus mit den Kindern, dass man einmal Exkursionen macht einmal, in den Wald oder so  
222 Waldwerkstätte, raus in die Natur, dass man die Pausen wirklich draußen verbringt, wenn  
223 es das Wetter erlaubt, den Bezug zur Natur ganz einfach aufbaut.

224 I: Welche Verbesserungsvorschläge hätten Sie in Hinsicht auf die Gesundheitsförderung  
225 an der VS Bad Sauerbrunn?

226 D: Verbesserungsvorschläge – das ist immer so individuell jetzt für mich, ich würde mir in  
227 der vierten Klasse etwas mehr Freiraum wünschen. Es sind halt so viele Themen, die in  
228 der vierten Klasse unterzubringen sind, das Mathematik, Deutsch, und da ist oft ein  
229 bisschen wenig Zeit dann für dieses Thema. Also wie gesagt, das fließt dann halt mehr  
230 ein. Erste, zweite, dritte Klasse nimmt man sich mehr Freiraum, geht es auch besser zu  
231 organisieren, und oft denk ich mir, wie schaffe ich das jetzt von meinem Terminplan, dass  
232 man da das auch ein bisschen besser in der vierten Klasse umsetzt. Vielleicht ist das so  
233 ein Organisationsproblem oder ein Thema. Problem nicht, Thema vielleicht.

234 I: Zum Abschluss frag ich immer gern die Kernfrage meiner Diplomarbeit, die kann jetzt  
235 vielleicht ein bisschen kompliziert klingen, sie lautet: Welches Verständnis von  
236 Gesundheit besteht an der VS Bad Sauerbrunn? Was ich damit meine, ist das eine  
237 realistische Darstellung von Gesundheit, die da unterrichtet wird, fehlt da was, ist das  
238 vielleicht ein bisschen gefärbt von zu sehr in Richtung Ernährung, zu sehr in Bewegung,  
239 oder fehlt das etwas? Wie würden Sie das einschätzen? Wie wird Gesundheit hier  
240 verstanden oder gelehrt oder gelebt?

241 D: Ja ich denk mir, Bewegung ist sehr wichtig, der Schwerpunkt, dem wird  
242 nachgekommen. Ernährung ist ganz wichtig, ich denk mir das ist auch gut abgedeckt.  
243 Hinaus in die Natur, die Bewahrung des Lebensraumes, ich glaub das ist auch ganz gut  
244 abgedeckt. Wir versuchen das auch gemeinsam mit den Kindern das nahezubringen, das  
245 erleben ganz einfach. Ja, ich denk mir, es ist ganz gut abgedeckt.  
246 Verbesserungsvorschläge gibt's immer natürlich, irgendwelche Ideen, die von außen oft  
247 auch einfließen, an die man gar nicht denkt, a ja das wär vielleicht auch noch ein tolles  
248 Thema, könnten wir auch noch, vielleicht kommt noch was, was auch gut dazupassen  
249 würde und was man noch einfügen könnte.

250 I: Vielen lieben Dank.

## **Interview 5 – ILE**

### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011  
Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn  
Dauer des Interviews: 11 Minuten  
Interviewerin: Elisabeth Steindl  
Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich  
Beruf: Volksschullehrerin  
Alter: 45

### **Transkription**

- 1 I: Darf ich fragen wie alt Sie sind?  
2 E: 45.  
3 I: Wie lange arbeiten Sie bereits an der VS Bad Sauerbrunn?  
4 E: Ja das sind jetzt schon 16 Jahre.  
5 I: Welche berufliche Position haben Sie an der VS Bad Sauerbrunn?  
6 E: Volksschullehrerin.  
7 I: In welcher Schulstufe unterrichten Sie?  
8 E: Zweite Klasse.  
9 I: Was bedeutet für Sie Gesundheit?  
10 E: Gesundheit ist sehr wichtig, um sich wohl zu fühlen.  
11 I: Was gehört für Sie alles zu Gesundheit?  
12 E: Sport machen, sich gesund ernähren, ja, das sind eigentlich die Hauptkomponenten.  
13 I: Woher haben Sie ihr Wissen über Gesundheitsförderung?  
14 E: Gelesen, die Medien, hauptsächlich die Medien eigentlich.  
15 I: Haben Sie eine Ausbildung auf dem Gebiet?  
16 E: Nein.  
17 I: Hatten Sie am Anfang dieses Projekts das Gefühl, dass Sie gut vorbereitet waren auf  
18 die Aufgabe der Gesundheitsförderung?  
19 E: Am Anfang, na gut vorbereitet könnte ich nicht sagen, das Interesse war sicher  
20 vorhanden.  
21 I: Hat sich dieses Gefühl geändert?  
22 E: Ja, mein Gefühl hat sich insofern geändert, als dass ich jetzt vielleicht noch neugieriger  
23 bin und schon auch vieles gelernt habe, gewisse Dinge eben gesehen und gehört habe,  
24 die ich vorher nicht wusste.  
25 I: Welchen Stellenwert hat Gesundheitsförderung in der VS Bad Sauerbrunn?  
26 E: Meine persönliche Meinung? Ich glaub das hat einen sehr hohen Stellenwert, weil wir  
27 alle interessiert und engagiert sind, speziell unsere Direktorin, die ist da sehr offen und  
28 aufgeschlossen und interessiert.  
29 I: Wie wichtig ist (Ihnen) Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn? Beschreiben  
30 Sie bitte ausführlich.  
31 E: Ist sehr wichtig eigentlich für mich, weil ich seh, dass viele Kinder oder einige Kinder  
32 nicht viel Bewegung machen, da ist Sport sehr wichtig, oder von der Ernährung her ist es  
33 auch so, dass manche Kinder nicht das Richtige mithaben, ich glaub das Bewusstsein  
34 sollte man schon rechtzeitig in die Kinder einpflanzen.  
35 I: Wie sieht Gesundheitsförderung in Ihrer Klasse aus? Können sie eine typische Einheit  
36 beschreiben?  
37 E: Ja also wir haben das Projekt gesunde Ernährung, das ist mit den Eltern abgemacht,  
38 da bringen sie einmal in der Woche ein gesundes Frühstück und da frühstücken wir  
39 gemeinsam. Das wird sehr gut angenommen, das haben die Kinder sehr gern, ja.  
40 I: Welche Themen werden bei Ihren gesundheitsfördernden Einheiten behandelt?  
41 E: Themen, na ja eben Körper, Körperbewusstsein, Körperteile, Ernährung, dann auch  
42 Sport.

- 43 I: Wie oft führen Sie gesundheitsfördernde Einheiten durch?  
44 E: Na schon wöchentlich.  
45 I: Wie lange dauern die Einheiten ungefähr?  
46 E: Puh, unterschiedlich, ich würde sagen ein bis zwei Wocheneinheiten.  
47 I: Welche Methoden und Konzepte wenden Sie an? Was gemeint ist, ist wie wird das  
48 vermittelt?  
49 E: Durch Praxis. Einfach durch Praxis, durch Handeln. Das beschreibt es glaub ich am  
50 besten.  
51 I: Welche Schwerpunkte setzen Sie in Ihren gesundheitsfördernden Einheiten? Bitte  
52 begründen Sie.  
53 E: Eh auch Ernährung und Bewegung. Begründung ist, weil es sehr wichtig für den Körper  
54 ist und die Kinder das eigentlich lernen sollten von klein auf.  
55 I: Welche Materialien verwenden Sie in den Einheiten?  
56 E: Ja eben das Material dazu was wir brauchen, sprich das Frühstück und eben die  
57 Medien, die wir zur Verfügung haben.  
58 I: Jetzt ein anderer Themenbereich: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Kindern  
59 beschreiben?  
60 E: Mein Verhältnis zu den Kindern – ist glaub ich sehr gut.  
61 I: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Eltern beschreiben?  
62 E: Passt auch dieses Jahr. Ich bin jetzt in der zweiten, ich hab eine sehr brave Klasse und  
63 mit den Eltern gibt es auch kein Problem.  
64 I: Wie wichtig ist Ihnen die Schüler-Lehrer-Eltern-Beziehung?  
65 E: Sehr wichtig, dass wir zusammenarbeiten, da schaut glaub ich am meisten heraus,  
66 wenn es keine Probleme gibt und wenn man an einem Strang zieht.  
67 I: Welche Einstellung haben die Eltern zu der Gesundheitsförderung und wie engagieren  
68 Sie sich in der Schule in Bezug auf Gesundheitsförderung und gesundheitsfördernde  
69 Projekte?  
70 E: Also die meisten Eltern habe eine sehr positive Einstellung und sind froh, dass etwas  
71 gemacht wird, bis auf einzelne, denen es nicht so wichtig ist, wobei ich das auf eine  
72 vielleicht beschränken könnte. Sonst ist ihnen das sehr wichtig, sie engagieren sich und  
73 bringen Jause und denken auch nach, was sie bringen.  
74 I: Wie reagieren die Kinder auf die gesundheitsfördernden Einheiten (freudig, gelangweilt,  
75 ..)?  
76 E: Sie sind sehr interessiert und sie machen auch mit.  
77 I: Was kommt in diesen Einheiten bei den Kindern gut an?  
78 E: Sehr gut kommt an, wenn die Sportstudenten uns besuchen, also da fragen die Kinder  
79 schon immer wieder, das gefällt ihnen sehr gut, die bemühen sich auch immer, das taugt  
80 ihnen sehr. Und das gemeinsame Frühstück gefällt ihnen auch.  
81 I: In welcher Art und Weise involvieren Sie Experten in die Gesundheitsförderung?  
82 E: Experten, ja das sind die Sportstudenten.  
83 I: Es ist ja nicht nur Ernährung und Bewegung sehr wichtig für ein gesundes Leben,  
84 sondern auch so Dinge wie soziale Kompetenz oder Schulklima. Deshalb meine Frage:  
85 Welche allgemeinen Verhaltensregeln gelten in der Schule?  
86 E: Was mir persönlich wichtig ist oder allgemein?  
87 I: Was allgemein einmal da ist. Und dann vielleicht auch was Ihnen persönlich wichtig ist.  
88 E: Also ich glaub allgemein ist schon sehr wichtig die Freundlichkeit, die Höflichkeit, das  
89 Rücksichtnehmen, mir persönlich ist das auch sehr wichtig, und das Aufeinander-  
90 Achtgeben und Zusammenhelfen.  
91 I: Gibt es Freiräume oder gewisse Zeiten, in denen die Kinder sich selbst frei bewegen  
92 können? (Ich denke beispielsweise an Hofpausen)  
93 E: Natürlich, es gibt Pause, die haben die Kinder 20 Minuten. Beziehungsweise ganz  
94 freien Unterricht, da gibt dann diese Form offenes Lernen, da können sie auch  
95 bestimmen, was sie wann machen. Das ist kein ganz freies Bewegen, sie können es sich  
96 auch einteilen, was sie wann machen.

- 97 I: Würden Sie das Schulklima für die SchülerInnen als förderlich für ein gesundes Leben  
98 empfinden?  
99 E: O ja, das würde ich schon sagen.
- 100 I: Wie wichtig sehen Sie das Schulklima in Hinsicht auf Gesundheitsförderung?  
101 E: Das ist sehr wichtig, sowohl für die Lehrer, also für das Personal, als auch für die  
102 Kinder. Da ist das Erproben recht angenehm.
- 103 I: Versuchen Sie auch die soziale Kompetenz der SchülerInnen zu stärken? Wenn, ja  
104 wie?  
105 E: Ja wir haben da ein Projekt mit einem Betreuungslehrer, mit einem Mediator, der war  
106 ein paar Mal da und hat mit den Kindern in die Richtung gemacht, eben  
107 zusammenarbeiten, zusammenhelfen, auch ein bisschen Richtung Konzentration, Spiele  
108 gemacht, also das ist dieses Projekt. Und er kommt dann noch einmal im zweiten  
109 Halbjahr.
- 110 I: Wie wichtig sind Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht an Ihrer Schule?  
111 E: Sehr wichtig.
- 112 I: Welche Aktionen setzen Sie um das Selbstwertgefühl zu steigern und Selbstständigkeit  
113 zu fördern?  
114 E: Das versuche ich im Unterricht zu verwirklichen. Selbstständig arbeiten lassen, selber  
115 kreativ sein, Ideen finden, selber auf Lerninhalte draufkommen.
- 116 I: Wird Teamtraining in Ihrem Unterricht betrieben? Wie sieht das aus?  
117 E: Sicher, bei Spielen, auch im Unterricht Partnerarbeit, Gruppenarbeit, und dann  
118 auswerten.
- 119 I: Was halten Sie von der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?  
120 E: Halt ich sehr viel und ich bin froh, dass es gemacht wird. Es ist eine schöne Sache und  
121 irgendwo ziehen wir da alle an einem Strang und das ist find ich ganz wertvoll.
- 122 I: Was sehen Sie als die Stärken bei der Umsetzung von Gesundheitsförderung an Ihrer  
123 Schule?  
124 E: Die Stärken ist vielleicht doch, dass mehr Augenmerk auf die Bewegung gelegt wird als  
125 früher war und dass das den Kindern auch bewusst wird und sie Spaß an der Bewegung  
126 haben eigentlich.
- 127 I: Welche Verbesserungsvorschläge hätten Sie in Hinsicht auf die Gesundheitsförderung  
128 an der VS Bad Sauerbrunn?  
129 E: Verbesserungsvorschläge – ich würde sagen so beibehalten und weitermachen  
130 einfach.
- 131 I: Am Ende frage ich immer gern die Kernfrage meiner Diplomarbeit, die klingt jetzt  
132 vielleicht ein bisschen kompliziert, aber das werde ich gleich näher erklären. Welches  
133 Verständnis von Gesundheit besteht an der VS Bad Sauerbrunn? Und was damit gemeint  
134 ist, ist das realistisch, was hier für Gesundheit unterrichtet wird, ist das wirklich  
135 Gesundheit mit Ernährung und Bewegung oder würden Sie eher sagen, dass das nicht so  
136 passt? Wir haben alles schon behandelt, nur zusammengefasst.  
137 E: Es passt schon für mich, ich würde das gern so beibehalten, vielleicht noch ein  
138 bisschen forcieren in die Richtung, dass da wirklich auf Bewegung Augenmerk gelegt  
139 wird, die Kinder sich bewusst gezielt bewegen jetzt in alle Richtungen, Geschicklichkeit  
140 usw. Dass auf die Ernährung weiterhin Augenmerk gelegt wird.
- 141 I: Vielen lieben Dank.

## **Interview 6 – ILF**

### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 16 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Lehrerin

Alter: 45

### **Transkription**

- 1 I: Darf ich fragen wie alt Sie sind?  
2 F: 45.  
3 I: Wie lange arbeiten Sie bereits an der VS Bad Sauerbrunn?  
4 F: Ich habe gerade überlegt vorhin, das muss seit 1997 oder 1998 sein, schon über zehn  
5 Jahre.  
6 I: Welche berufliche Position haben Sie an der VS Bad Sauerbrunn?  
7 F: Ich bin da jetzt Volksschullehrerin, also altersbedingt schon Volksschuloberlehrerin. 25  
8 Dienstjahre.  
9 I: In welcher Schulstufe unterrichten Sie?  
10 F: Ich hab momentan 1a, also erste Schulstufe.  
11 I: Was bedeutet für Sie Gesundheit?  
12 F: Also für mich ist das sehr wichtig. Also ohne Gesundheit geht gar nichts, das merkt  
13 man immer wieder, wenn man zwischendurch krank ist, dass man eigentlich, wenn man  
14 sich nicht wirklich fit fühlt, das ganze gar nicht so schafft, den ganzen Arbeitsalltag, in der  
15 Schule, zu Hause, den Haushalt, alles drum herum. Also ich schätz die Gesundheit für  
16 sehr wichtig ein und schätze das auch und schau, dass ich das möglichst erhalten kann  
17 so gut es geht.  
18 I: Was gehört für Sie alles zu Gesundheit?  
19 F: Ja, angefangen, man weiß es ja, die gesunde Ernährung sowieso, aber natürlich auch  
20 ohne Verbote. Ich bin eine ziemliche Naschkatze, ich liebe Süßes, da schaut man halt  
21 dann, dass man das irgendwie ausgleicht mit Obst und Gemüse zwischendurch. Auch  
22 Bewegung sowieso als Ausgleich, ich habe eine Hund und wenn ich mit dem Hund nicht  
23 jeden Tag eine dreiviertel Stunde, Stunde rauskomme zum Ausgleich für die Schule,  
24 einfach zum Ausrasten, zum Kopf freibekommen, dann bin ich unrund irgendwo. Also von  
25 Ernährung und Bewegung her gesehen natürlich Schlaf wäre auch sehr gut, da erwisch  
26 ich, glaub ich, immer zu wenig. Ja, es sollte halt eigentlich alles, dass man nebenbei  
27 schaut, dass man nicht zu angespannt immer ist, dass man irgendwie zum Entspannen  
28 auch kommt, dass man für sich selber einen Ausgleich schafft, ob das jetzt für mich ist es  
29 der Hund zum Ausrauchen, oder einfach Hinsetzen ein bisschen zum Zeitung  
30 durchblättern oder so, also der Ausgleich ist für mich wichtig. Man ist schon ziemlich  
31 angespannt in der Schule vom Reingehen bis zum Rausgehen.  
32 I: Woher haben Sie ihr Wissen über Gesundheitsförderung?  
33 F: Ja eigentlich interessehalber selber angeeignet. Früher, wie ich noch keine Kinder  
34 gehabt habe und nicht verheiratet war, war ich selber im Fitness-Studio und hab mich für  
35 gesunde Ernährung und Bewegung sehr interessiert. Was man so aus den Medien und  
36 aus den Sachbüchern mitkriegt, von der Schule, was man mit den Kindern laut Lehrplan  
37 halt so durchnimmt immer wieder.  
38 I: Haben Sie eine Ausbildung auf dem Gebiet?  
39 F: Nein, Ausbildung habe ich keine.  
40 I: Hatten Sie am Anfang dieses Projekts das Gefühl, dass Sie gut vorbereitet waren auf  
41 die Aufgabe der Gesundheitsförderung?  
42 F: Ja eigentlich schon, weil ich mich selber dafür interessiert habe vorher schon immer

43 I: Hat sich dieses Gefühl geändert?

44 F: Geändert nicht, aber ich bin dankbar für jeden Besuch, den die Sportuni bei uns macht,  
45 weil da wird immer besonders drauf Wert gelegt, sowohl Ernährung, gesunde Jause, und  
46 von den Bewegungssachen her, da freu ich mich immer wieder, weil man immer wieder  
47 Neues erfährt und anwenden lernt.

48 I: Welchen Stellenwert hat Gesundheitsförderung in der VS Bad Sauerbrunn?

49 F: Ich finde einen großen, weil jetzt eben dadurch, dass wir mit der Sportuni  
50 zusammenarbeiten, wird das immer wieder neu aufgefrischt, mit jedem Besuch wird was  
51 anderes gemacht und also ich finde, dass das an der Schule ganz gut gefördert und  
52 gehandhabt wird und jederzeit irgendwie angewendet wird oder eingesetzt wird.

53 I: Wie wichtig ist (Ihnen) Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn? Beschreiben  
54 Sie bitte ausführlich.

55 F: Sehr wichtig, weil es immer wieder zwischendurch eingebaut wird.

56 I: Wie sieht Gesundheitsförderung in Ihrer Klasse aus? Können sie eine typische Einheit  
57 beschreiben?

58 F: Einheiten in dem Sinn mache ich nicht, ich schau nur, da fällt mir zum Beispiel ein der  
59 Buchstabetag, den Buchstaben eben mit allen Sinnen irgendwie erleben, da schau ich,  
60 als Belohnung irgendeine kleine Süßigkeit, die zum Buchstaben passt, aber als Ausgleich  
61 als Vitaminspender oder Kraftspender irgendetwas Gesundes, das dazu passt, Obst oder  
62 Gemüse oder so irgendwie. Aber so gezielte oder geplante Einheiten, ich tu das eher so  
63 wie es sich ergibt, wie es in den Tageslauf dazupasst, die Kinder warten ja schon  
64 irgendwie, „was hast heute für uns für eine Überraschung, eine gesunde oder nicht  
65 gesunde“, sie warten schon irgendwo drauf immer, dass da irgendwas kommt.

66 I: Welche Themen werden bei Ihren gesundheitsfördernden Einheiten behandelt?

67 F: Beispiel jetzt nur vom Trinken her, da haben wir in Sauerbrunn das gesunde  
68 Sauerwasser, wir haben keine Schulmilch, und dass wir das immer wieder betonen, die  
69 Kinder dürfen jederzeit zwischendurch trinken, wenn sie wollen, oder abbeißen, wenn sie  
70 Hunger haben oder so. Wir besprechen das immer wieder, was sie für eine Jause  
71 mithaben, keine Zuckerlimonade, keine Dosen, also dass sie eher nur Wasser und  
72 Fruchtsäfte mitbringen sollen und trinken sollen. Zwischendurch machen wir so  
73 Auflockerungs- und Bewegungsübungen, wenn ich merk, dass sie nicht mehr können,  
74 oder Entspannungsübungen oder so.

75 I: Welche Methoden und Konzepte wenden Sie an? Wie wird Gesundheit vermittelt, durch  
76 eigenes Erleben oder wird da sehr viel vorgegeben oder wie setzen Sie das selbst um?

77 F: Also mehr durch gemeinsames Erleben, zuerst besprechen und dann selber essen,  
78 trinken, kosten. Aber in Sachunterricht gibt es dann natürlich auch Arbeitsmaterial,  
79 Arbeitsblätter und so dazu.

80 I: Welche Schwerpunkte setzen Sie persönlich in Ihren gesundheitsfördernden Einheiten?  
81 Bitte begründen Sie.

82 F: Ja ich kann da immer nur das Gleiche sagen, dass ich immer wieder sag, dass eben  
83 die kurzen Pausen inzwischen wichtig sind, ob das jetzt Lüften, Frischluft ist, ob das  
84 Trinken ist, ob das Apfelspalterl essen ist, dass man das halt zwischendurch braucht bei  
85 dem konzentrierten Arbeiten und bei dem anstrengenden Vormittag.

86 I: Verwenden Sie irgendwelche speziellen Materialien in den Einheiten?

87 F: Hab ich eigentlich keine außer den Unterlagen, die wir so von der Sportuni  
88 dazubekommen.

89 I: Zur Gesundheit gehört ja nicht nur Ernährung und Bewegung, sondern auch das  
90 Miteinander und die soziale Kompetenz, deshalb gehe ich jetzt ein auf das Verhältnis zu  
91 den Kindern. Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Kindern beschreiben?

92 F: Ja ich bin eigentlich eher so der freundschaftliche Typ, der jede Gelegenheit aufgreift,  
93 die sich im Alltag ergibt, es gibt jeden Tag irgendeine Kleinigkeit, die geschlichtet gehört,  
94 eine kleine Auseinandersetzung, dass ich das eigentlich nicht plane, sondern wenn das  
95 der Fall ist, ich aktuell aufgreife und sehr wohl alle Beteiligten aber auch die ganze Klasse  
96 immer daran teilhaben lasse, wenn das irgendein Problem ist, dass man das versucht,  
97 gemeinsam zu besprechen und zu lösen.

- 98 I: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Eltern beschreiben?  
99 F: Wie gesagt, das ist jetzt eine erste Klasse, wir sind noch ziemlich neu, aber wir werden  
100 jetzt Kontakte pflegen. Die Eltern sind an mich herangetreten, ob wir uns außerschulisch  
101 auch zusammensetzen oder treffen könnten, das werden wir jetzt nach den Ferien  
102 starten. Aber bis jetzt hat es keine Probleme gegeben, da bin ich mit allen ganz  
103 problemlos zurechtgekommen und ausgekommen.  
104 I: Wie wichtig ist Ihnen die Schüler-Lehrer-Eltern-Beziehung?  
105 F: Das ist sehr wichtig, weil wenn nicht alle drei Seiten an einem Strang ziehen oder  
106 wirklich gut zusammenarbeiten, dann ist das für das Kind natürlich nicht ideal, und  
107 deshalb ist mir der Kontakt zu den Eltern auch wichtig, weil ich immer sage, wenn es was  
108 gibt, bitte sofort zu mir, es muss nicht wegen jeder Kleinigkeit sein, was sich die Kinder  
109 untereinander ausmachen, aber wenn sie glauben, dass ihr Kind zu Hause irgendwas  
110 belastet oder wo es Probleme gibt, sofort zu mir und ich bin jederzeit vor oder nach dem  
111 Unterricht bereit, da zur Verfügung zu stehen und das zu klären.  
112 I: Welche Einstellung haben die Eltern zu der Gesundheitsförderung und wie engagieren  
113 Sie sich in der Schule in Bezug auf Gesundheitsförderung und gesundheitsfördernde  
114 Projekte?  
115 F: Ich glaub das ist ganz unterschiedlich, ich mein bemühen tut sich jeder, ob sie den  
116 Kinder dann ein Geld mitgeben und die kaufen sich dann statt etwas Ordentlichem etwas  
117 Anderes, das kann ich nicht immer beurteilen. Aber ich glaube, dass im Grunde jeder  
118 bemüht ist, dass er für sein Kind das Beste gibt, wenn er Zeit hat was Gescheites  
119 einzupacken, eine Jause mitzugeben, und im Notfall, falls es sich nicht ausgeht, Geld  
120 mitzugeben. Aber ich glaube, dass eigentlich jeder bereit ist, da für sein Kind sich  
121 einzusetzen.  
122 I: Wie reagieren die Kinder auf die gesundheitsfördernden Einheiten (freudig, gelangweilt,  
123 ..)?  
124 F: Ich glaube, dass sie auch neugierig darauf sind und mitmachen, weil mit den anderen  
125 zusammen ist das immer spannender und interessanter, als wenn man alleine sagt „du  
126 sollst das oder du sollst das nicht“, aber wenn man sagt „schaut, wir machen das jetzt  
127 gemeinsam, wir probieren das jetzt gemeinsam“, dass das schon ein Ansporn für die  
128 Kinder ist und dass sie da bereitwillig mitmachen.  
129 I: Was kommt in diesen Einheiten bei den Kindern gut an?  
130 F: Immer was kosten und probieren, zum Austesten, sie sagen zwar „i, das mag ich  
131 nicht“, dann sag ich „probier ein kleines Stückerl, man muss das öfter kosten, dass man  
132 weiß ob das gut schmeckt oder nicht“. Also sie wollen immer etwas zum selber  
133 Ausprobieren und zum selber Kosten.  
134 I: In welcher Art und Weise involvieren Sie Experten in die Gesundheitsförderung?  
135 F: Wir haben zum Beispiel wie gesagt, Sportuni erwähne ich immer wieder, das sind  
136 unsere Highlights, unsere Experten, auf die freuen wir uns schon immer, ah wann  
137 kommen die wieder, wir haben aber auch eine Biobäuerin zum Beispiel oder  
138 Biobauernhöfe, wo wir hinkönnen mit den Kindern, arbeiten, backen, anschauen. Also da  
139 schauen wir schon, dass wir rundherum die Möglichkeiten, die es gibt, ausnützen können.  
140 I: Es ist ja, wie ich schon gesagt habe, das Schulklima sehr wichtig. Welche allgemeinen  
141 Verhaltensregeln gelten in der Schule?  
142 F: Ja ich würde einmal sagen, dass schon von Haus aus alle versuchen, gut miteinander  
143 auszukommen, dass jeder mit jedem irgendwie kann, und wenn es nur das Notwendigste  
144 ist. Ich meine, dass es jemanden gibt, mit dem man nicht so gut kann, dann halt das  
145 Notwendigste, macht man einen Bogen, aber im Grunde find ich ist in der Schule ein  
146 ziemlich humanes angenehmes Klima, wo jeder mit jedem kann jetzt unter Kollegen, mit  
147 den Schülern. Also ich muss sagen, ich war schon an vielen Schulen, aber ich fühl mich  
148 da echt so richtig wohl und ich möchte gar nicht mehr woanders hin, in eine andere  
149 Schule.  
150 I: Gibt es Freiräume oder gewisse Zeiten, in denen die Kinder sich selbst frei bewegen  
151 können? (Ich denke beispielsweise an Hofpausen)

152 F: Also wir schauen jetzt, wenn das Wetter wieder schöner wird, sind wir auf alle Fälle in  
153 der großen Pause sowieso immer draußen, und ansonsten in der Klasse. Die Kinder, die  
154 fertig sind, dürfen sich auch irgendwo in einem Winklerl oder so frei bewegen jetzt unter  
155 Anführungszeichen, dass die anderen halt nicht gestört sind, aber die Pausen nützen wir  
156 auf alle Fälle aus und auch nachmittags schauen sie je nach Wetter, dass sie mit den  
157 Kindern raus kommen an die frische Luft.

158 I: Würden Sie das Schulklima für die SchülerInnen als förderlich für ein gesundes Leben  
159 empfinden?

160 F: Ja, auf alle Fälle.

161 I: Wie wichtig sehen Sie das Schulklima in Hinsicht auf Gesundheitsförderung?

162 F: Als sehr wichtig, weil wenn ich mich wohl fühle, dann lerne ich besser und dann gehe  
163 ich gerne her. Ja, weil wenn ich mich nicht wohl fühle, das Gegenteil, gehe ich nicht gern  
164 hin, fühl mich nicht wohl und lern auch nicht so gut. Also für mich ist das sehr wichtig,  
165 dass die Umgebung, das Klima passt.

166 I: Ich hab vorher schon angedeutet, soziale Kompetenz, so wie Selbstständigkeit,  
167 Selbstwertgefühl, ist auch ein Teil der Gesundheit. Versuchen Sie auch die soziale  
168 Kompetenz der SchülerInnen zu stärken? Wenn, ja wie?

169 F: Ja in der ersten Klasse eher auf spielerische Art, dass man da verschiedenste Spiele,  
170 je nachdem jetzt zum Probleme lösen, zum Beruhigen, zum Konzentrieren macht. Da  
171 haben wir jetzt einen Herrn Lehrer da gehabt, der einmal in jeder Klasse beginnt, fünf  
172 Einheiten für Wochen hintereinander zu kommen und eine Stunde mit den Kindern was zu  
173 machen und wir versuchen dann, das was gut angekommen ist, was er glaubt, dass wir  
174 brauchen können, dann immer wieder zwischendurch einzubauen.

175 I: Wie wichtig sind Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht an Ihrer Schule?

176 F: Sehr wichtig, weil wenn ich das nicht beachte, dann kann ich eben nicht gut  
177 miteinander arbeiten und es kommt auch nichts Gescheites raus dann.

178 I: Welche Aktionen setzen Sie um das Selbstwertgefühl zu steigern und Selbstständigkeit  
179 zu fördern?

180 F: Ja das versucht man immer wieder, im Schulalltag darauf hinzuweisen, nicht die Mama  
181 ist jetzt Schuld, dass du das nicht mit hast oder eingepackt hast oder in Ordnung hast, du  
182 sollst dir das merken, man redet halt immer wieder davon und weist darauf hin, dass das  
183 wichtig wäre, es selber zu machen und sich nicht immer auf die Mama auszureden.

184 I: Wird Teamtraining in Ihrem Unterricht betrieben? Wie sieht das aus?

185 F: Ja, also bei mir ist es so, ich habe eine Einschulungshilfe drinnen, eine Dame, und eine  
186 Integrationslehrerin, das heißt ich habe ein sehr unterschiedliches Lerngefüge in der  
187 Klasse überhaupt und da bietet sich es eigentlich an, dass eigentlich gar nicht so wenig in  
188 Einzelarbeit gearbeitet wird als wie in Partnerarbeit und in kleinen Gruppen je nach  
189 Lernfortschritten und so, und da arbeiten wir eigentlich auch in Kleingruppen zusammen.

190 I: Was halten Sie von der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?

191 F: Ich finde, dass das bis jetzt ganz gut geklappt hat und ich finde auch, dass man auf  
192 dem weiteren Weg jetzt so weiter machen werden und dass man eben nur in kleinen  
193 Schritten das so wirklich gut aufbauen kann. Also wie gesagt, die Arbeit mit der Sportuni  
194 ist natürlich super, weil uns die immer wieder neue Anregungen und Ideen bringen, die wir  
195 dann in der Klasse umsetzen können.

196 I: Was sehen Sie als die Stärken bei der Umsetzung von Gesundheitsförderung an Ihrer  
197 Schule?

198 F: Da weiß ich jetzt nicht, was ich sagen soll. Ich mach es immer wieder zwischendurch,  
199 weil es mir selber wichtig ist. Also deshalb greife ich es immer wieder zwischendurch auf  
200 und versuch da irgendwas einfließen zu lassen. Aber so richtig die Stärke kann ich jetzt  
201 nicht definieren.

202 I: Welche Verbesserungsvorschläge hätten Sie in Hinsicht auf die Gesundheitsförderung  
203 an der VS Bad Sauerbrunn?

204 F: Ich glaub, dass das jetzt so okay ist wie das läuft und dass man das sowieso immer im  
205 Monat ein paar Male aufgreift und macht, ich find das so okay. Also mir würde jetzt  
206 momentan nichts einfallen.

207 I: Jetzt die letzte Frage, da stell ich immer die Kernfrage meiner Diplomarbeit, die klingt  
208 ein bisschen kompliziert, aber ich werde sie kurz erklären und zwar: Welches Verständnis  
209 von Gesundheit besteht an der VS Bad Sauerbrunn? Und was damit gemeint ist, ist,  
210 Gesundheit hat ja so viele Aspekte und das, was hier unterrichtet wird, entspricht das  
211 eben diesem ganzheitlichen Ansatz, dass man sagt, Gesundheit ist nicht nur sagen wir  
212 am Tag eine Stunde laufen oder Sport, sondern dass das ganz ganz viele Dinge  
213 beinhaltet. Glauben Sie, dass das hier auch vermittelt wird und dass Gesundheit vielfältig  
214 ist?

215 F: Ich glaub schon, weil das eben wie ich gesagt habe, immer wieder zu Wort gebracht  
216 wird und immer wieder was gemacht wird, dass man immer wieder daran erinnert wird,  
217 wie wichtig das ist und dass man sich eben nur wohl fühlt, wenn das alles passt. Und die  
218 regelmäßigen Abstände, die wir da eben haben, mit der Uni-Zusammenarbeit, kommt das  
219 eigentlich immer wieder zur Sprache, man wird immer wieder darauf hingewiesen, da  
220 mitzumachen.

221 I: Vielen lieben Dank.

222 F: Gerne.

## **Interview 7 – ILG**

### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 10.02.2011  
Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn  
Dauer des Interviews: 10 1/2 Minuten  
Interviewerin: Elisabeth Steindl  
Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich  
Beruf: Klassenlehrerin  
Alter: 57

### **Transkription**

- 1 I: Darf ich Sie fragen, wie alt Sie sind?  
2 G: 57.  
3 I: Wie lange arbeiten Sie bereits an der VS Bad Sauerbrunn?  
4 G: Sechs Jahre.  
5 I: Welche berufliche Position haben Sie an der VS Bad Sauerbrunn?  
6 G: Klassenlehrerin.  
7 I: In welcher Schulstufe unterrichten Sie?  
8 G: In der zweiten.  
9 I: Was bedeutet für Sie Gesundheit?  
10 G: Sich wohl fühlen, am gesellschaftlichen Leben teilnehmen.  
11 I: Was gehört für Sie alles zu Gesundheit? Welche Themen und welche Schwerpunkte?  
12 G: In der Schule?  
13 I: Nein, für Sie.  
14 G: Für mich. Die körperliche und die seelische Gesundheit.  
15 I: Woher haben Sie ihr Wissen über Gesundheitsförderung?  
16 G: Aus den Medien.  
17 I: Haben Sie eine Ausbildung auf dem Gebiet?  
18 G: Nein.  
19 I: Hatten Sie am Anfang dieses Projekts das Gefühl, dass Sie gut vorbereitet waren auf  
20 die Aufgabe der Gesundheitsförderung?  
21 G: Nein, eigentlich nicht vorbereitet.  
22 I: Hat sich dieses Gefühl geändert?  
23 G: Also ich komme gut damit zurecht.  
24 I: Welchen Stellenwert hat Gesundheitsförderung in der VS Bad Sauerbrunn?  
25 G: Einen hohen Stellenwert, ja. Die gesunde Ernährung, Bewegung, das wird alles sehr  
26 intensiv.  
27 I: Wie wichtig ist (Ihnen) Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn? Beschreiben  
28 Sie bitte ausführlich.  
29 G: Ja, auch sehr wichtig, ja.  
30 I: Wie sieht Gesundheitsförderung in Ihrer Klasse aus? Können sie eine typische Einheit  
31 beschreiben?  
32 G: Na ja, es gibt jede Woche ein gesunde Ernährung, da bringen die Eltern Obst und  
33 Gemüse, das können die Kinder in der großen Pause essen und ansonsten gibt es halt,  
34 ja, die verschiedenen Themen, also der Körper, da gehört eben die Körperpflege, die  
35 gesunde Ernährung dazu. Ja und dann haben wir von der Uni dieses Sport und  
36 Bewegung, diese Tage.  
37 I: Das hat auch gleich meine nächste Frage beantwortet schon, wie oft führen Sie solche  
38 gesundheitsfördernde Einheiten durch?  
39 G: Die gesunde Jause ist jede Woche, diese Tage von der Uni sind einmal im Monat und  
40 ansonsten, das ist eigentlich ein Thema im Frühling immer, diese gesunde Ernährung, die  
41 mit dem Körper zusammenhängt, die Zahnhygiene kommt auch noch dazu. Gefühle und

- 42 so, darüber sprechen wir auch, und hat es so ein Projekt gegeben, das waren sechs  
43 Einheiten über soziales Lernen.
- 44 I: Wie lange dauern die Einheiten ungefähr? Man kann es wahrscheinlich nicht pauschal  
45 sagen, aber ...
- 46 G: Na ja, wenn es ein Projekt ist, mehrere Wochen.
- 47 I: Welche Methoden und Konzepte wenden Sie an bei der Gesundheitsförderung? Das  
48 heißt selbstständiges Erleben, Erlernen, gemeinschaftlich oder wird das frontal  
49 unterrichtet? Wie machen Sie das, wie setzen Sie das um?
- 50 G: Ja es kommt auf das Thema drauf an. Manche Dinge werden frontal unterrichtet mit  
51 Arbeitsblättern, manche Dinge werden praktisch durchgeführt, Obstsalat gemacht und  
52 solche Dinge. Ja, das ist verschieden eigentlich.
- 53 I: Welche Schwerpunkte setzen Sie persönlich in Ihren gesundheitsfördernden Einheiten?  
54 Bitte begründen Sie.
- 55 G: Wichtig ist mir die Bewegung. Wir sind dann auch viel im Garten im Sommer, also im  
56 Frühling, wenn es möglich ist und die Bewegung ist mir sehr wichtig, und auch dass sich  
57 die Kinder frei bewegen können und nicht immer sich anstellen müssen und irgendwo  
58 warten, bis sie drankommen, sondern die freie Bewegung.
- 59 I: Verwenden Sie irgendwelche spezielle Materialien für solche Einheiten?
- 60 G: Nein.
- 61 I: Zur Gesundheit gehört ja mehr als nur Ernährung und Bewegung und da habe ich eben  
62 auch die Themen soziale Kompetenz und Schulklima. Und da sind jetzt die Fragen in der  
63 Hinsicht: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Kindern beschreiben?
- 64 G: Ein gutes, vertrauensvolles Verhältnis.
- 65 I: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Eltern beschreiben?
- 66 G: Ja, ich muss sagen zu den Eltern hab ich gar nicht so viel Kontakt, sie kommen, wenn  
67 irgendeine Beschwerde oder irgendein Anliegen ist, aber an und für sich ist mit den Eltern  
68 der Elternsprechtag und ansonsten gibt es da nicht so viel Kontakt.
- 69 I: Wie wichtig ist Ihnen die Schüler-Lehrer-Eltern-Beziehung?
- 70 G: Na schon sehr wichtig. Es ist wichtig, dass die Eltern schon kommen, wenn sie  
71 irgendein Anliegen haben und dass sie auch sofort kommen und nicht so hinterrücks dann  
72 reden, das ist schon wichtig, ja.
- 73 I: Welche Einstellung haben die Eltern zu der Gesundheitsförderung und wie engagieren  
74 Sie sich in der Schule in Bezug auf Gesundheitsförderung und gesundheitsfördernde  
75 Projekte?
- 76 G: Ja sie sind sehr begeistert davon und sie verlangen das auch, sie wollen das auch für  
77 ihre Kinder.
- 78 I: Wie reagieren die Kinder auf die gesundheitsfördernden Einheiten (freudig, gelangweilt,  
79 ..)?
- 80 G: Auch gut, ja, vom Sport sind sie sowieso begeistert und mit der gesunden Ernährung  
81 das klappt auch sehr gut, ja das nehmen sie sehr gut an.
- 82 I: Was kommt in diesen Einheiten bei den Kindern gut an?
- 83 G: Also was sie gewohnt sind, die gesunde Jause da warten sie schon drauf, und manche  
84 haben gar keine Jause mit, weil sie verlassen sich dann drauf, dass sie in der Schule was  
85 bekommen. Ja und die Sportstudenten, da sind sie sowieso begeistert.
- 86 I: In welcher Art und Weise involvieren Sie Experten in die Gesundheitsförderung?
- 87 G: Na eben die Uni und ja, da kommt immer eine Bäuerin auch, wir fahren auch nach  
88 Wiesen zur Biobäuerin, da dürfen sie dann Brot backen und kriegen auch so Information  
89 über Getreide.
- 90 I: In Bezug auf das Schulklima, weil das auch sehr wichtig ist für Gesundheit: Welche  
91 allgemeinen Verhaltensregeln gelten in der Schule?
- 92 G: Na Rücksichtnahme, gegenseitiger Respekt, und ich glaub das Schulklima ist bei uns  
93 sehr gut, das funktioniert sehr gut.
- 94 I: Gibt es Freiräume oder gewisse Zeiten, in denen die Kinder sich selbst frei bewegen  
95 können? (Ich denke beispielsweise an Hofpausen)

- 96 G: Ja, große Pause im Hof und manche Turnstunden auch im Garten, wo sie frei sein  
97 können.
- 98 I: Würden Sie das Schulklima für die SchülerInnen als förderlich für ein gesundes Leben  
99 empfinden?
- 100 G: Ja, schon.
- 101 I: Wie wichtig sehen Sie das Schulklima in Hinsicht auf Gesundheitsförderung?
- 102 G: Also das Schulklima ist sehr wichtig. Ich kenne auch ein anderes Klima, und wo die  
103 Kinder immer so eingengt werden und sie müssen sich immer disziplinieren, müssen  
104 immer warten und anstehen, und das ist bei uns frei und ich glaub, das tut ihnen sehr gut.
- 105 I: Zu dem Bereich soziale Kompetenz der Schüler: Versuchen Sie auch die soziale  
106 Kompetenz der SchülerInnen zu stärken? Selbstständigkeit, Selbstwertgefühl und solche  
107 Dinge?
- 108 G: Ja da haben wir eben dieses Sozialprojekt, wo man mit Spielen, ja eigentlich  
109 hauptsächlich mit verschiedenen Spielen, das versucht hat, das zu stärken.
- 110 I: Wie wichtig sind Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht an Ihrer Schule?
- 111 G: Das ist eigentlich selbstverständlich an unserer Schule.
- 112 I: Welche Aktionen setzen Sie um das Selbstwertgefühl zu steigern und Selbstständigkeit  
113 zu fördern?
- 114 G: Ja Anerkennung und dass sie auch selbstständig was tun dürfen, selbstständige  
115 Arbeit.
- 116 I: Wird Teamtraining in Ihrem Unterricht betrieben? Wie sieht das aus? Eben  
117 Gruppenarbeit, Gruppenfindung und solche Dinge.
- 118 G: Ja eher Partnerarbeit.
- 119 I: Was halten Sie von der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn? Was ist Ihre  
120 persönliche Einstellung?
- 121 G: Ja ich glaube, dass das eine gute Sache ist und auch gut angenommen wird.
- 122 I: Was sehen Sie als die Stärken bei der Umsetzung von Gesundheitsförderung an Ihrer  
123 Schule?
- 124 G: Dass viele Leute zusammen helfen.
- 125 I: Welche Verbesserungsvorschläge hätten Sie in Hinsicht auf die Gesundheitsförderung  
126 und die Zukunft?
- 127 G: Na eigentlich Verbesserungsvorschläge habe ich keine, nein.
- 128 I: Zum Abschluss als allerletzte Frage stelle ich gern die Kernfrage meiner Diplomarbeit,  
129 die klingt ein bisschen kompliziert, aber ich werde erklären, was ich damit meine: Welches  
130 Verständnis von Gesundheit besteht an der VS Bad Sauerbrunn? Und es geht darum,  
131 dass die Gesundheit so viele Aspekte hat und nicht nur Sport und nicht nur Ernährung  
132 und nicht nur soziale Kompetenz, sondern alles, und wird das hier realistisch gezeigt, zum  
133 Beispiel mehrschichtig, Gesundheit ist ja nicht nur eine Stunde laufen pro Tag.
- 134 G: Na das schon. Dass das nicht nur für die Schule gilt, sondern dass das eigentlich für  
135 das ganze Leben praktisch gilt. O ja, ich glaub, das ist ihnen schon bewusst. Und es gibt  
136 ja auch Nachmittagsangebote viele, für Bewegung und verschiedene Sachen.
- 137 I: Und ist das ein Realistisches, also dass man sagt, Gesundheit wie sie hier unterrichtet  
138 wird, ist wirklich Gesundheit und nicht einfach, dass man irgendwas vorschiebt und sagt.
- 139 G: Nein, nein, ich glaub schon dass das wirklich grundlegend ist.
- 140 I: Vielen lieben Dank.

### **Interview 8 – IEM**

#### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 25.05.2011

Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn

Dauer des Interviews: 12 1/2 Minuten

Interviewerin: Elisabeth Steindl

Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich

Beruf: Eingliederungshilfe

Alter: 28

#### **Transkription**

- 1 I: Wie alt sind Sie?  
2 M: 28.  
3 I: Welchen Beruf üben Sie aus?  
4 M: Eingliederungshilfe.  
5 I: Wie viele Kinder haben Sie an der VS Bad Sauerbrunn?  
6 M: Eines.  
7 I: In welcher Schulstufe ist/sind Ihr(e) Kind(er)?  
8 M: In der Zweiten.  
9 I: Was bedeutet für Sie persönlich Gesundheit?  
10 M: Wohlbefinden, natürliche, biologische Produkte zu bevorzugen, auch wenn die leider  
11 halt des Öfteren doch noch ziemlich teuer sind, das ist halt einfach so. Ja Gesundheit  
12 bedeutet eigentlich alles, das kann man nicht so einzeln aufzählen. Wenn man gesund ist,  
13 dann läuft alles andere auch besser. Wenn man irgendein Handicap hat, da hängt alles  
14 anderes dann auch dran.  
15 I: Welche Themen gehören für Sie zu Gesundheit?  
16 M: Ja die Ernährung, die Körperpflege, die Bewegung, ja.  
17 I: Woher haben Sie ihr Wissen über Gesundheitsförderung?  
18 M: Verschiedenes, was man hört, was man erlesen kann, was weitergegeben wird von  
19 Generationen, Omas Tipps, das ist alles noch sehr natürlich.  
20 I: Welches Gefühl hatten Sie bezüglich des Gesundheitsförderungsprojekts als dieses  
21 gestartet wurde? Haben Sie da ein Gefühl dazu gehabt?  
22 M: Ja, eigentlich ein gutes. Ich bin da immer für solche Projekte offen und finde das immer  
23 sehr interessant.  
24 I: Hat sich dieses Gefühl geändert?  
25 M: Nein, eigentlich nicht.  
26 I: Welchen Stellenwert hat Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?  
27 M: Na eigentlich einen sehr hohen. Es wird den Kindern geraten, Leitungswasser zu  
28 trinken oder Sauerwasser, und keine Zuckersäfte mit in die Schule zu bringen. Die  
29 meisten Kinder haben auch Becher in der Klasse. Dann wird in den verschiedensten  
30 Klassen gesunde Jause angeboten, das ist natürlich auch hervorragend, den Kindern  
31 schmeckt es auch gleich viel besser, wenn die anderen das Gesunde essen, und da  
32 macht der eine oder andere auch mit.  
33 I: Wie wichtig ist Ihnen Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?  
34 M: Ja, mir ist es wichtig.  
35 I: Können Sie das vielleicht beschreiben?  
36 M: Ich biete mich auch als Elternteil an, mich um die gesunde Jause zu kümmern, mein  
37 Kind bekommt im höchsten Fall einen Verdünnsaft mit in die Schule.  
38 I: Wissen Sie, wie Gesundheitsförderung in der Klasse Ihres/Ihrer Kind(er) aussieht?  
39 M: Genau weiß ich es nicht, ich kenn nur die allgemeinen Richtlinien.  
40 I: Können Sie diese vielleicht beschreiben, diese allgemeinen Richtlinien?  
41 M: Ja das eben mit den süßen Getränken, oder auch mit den Süßigkeiten. Sonst fällt mir  
42 da nichts ein.

- 43 I: Welche Themen werden bei Ihren gesundheitsfördernden Einheiten behandelt?  
44 M: Ich glaube von Zähneputzen, von der Körperpflege he, über gesunde Ernährung, von  
45 bis.  
46 I: Wissen Sie, welche Methoden und Konzepte angewendet werden?  
47 M: Nein.  
48 I: Was erzählt Ihr Kind von GF Zuhause?  
49 M: Verschiedenes. Also er kommt öfter mit kleinen Ausschnitten nach Hause, die für ihn  
50 halt am Wichtigsten gewesen sind.  
51 I: Fällt Ihnen da ein Beispiel ein?  
52 M: Händewaschen. Das ist immer so das Grundding, dass man sich die Hände wäscht.  
53 I: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Lehrerinnen beschreiben?  
54 M: Gut.  
55 I: Wie wichtig ist Ihnen die Schüler-Lehrer-Eltern-Beziehung?  
56 M: Sehr wichtig.  
57 I: Und warum ist Ihnen die sehr wichtig?  
58 M: Ich glaub, weil man einfach gegenseitig sich immer wieder informiert, dass dann alles  
59 andere, ja ich weiß es nicht – ein Lehrer nimmt das Kind anders wahr als die Mutter oder  
60 der Vater. Und wenn da der Austausch einfach vorhanden ist, funktioniert glaub ich alles  
61 en bisschen besser.  
62 I: Wie engagieren Sie sich (und andere Eltern) in der Schule in Bezug auf  
63 Gesundheitsförderung und gesundheitsfördernde Projekte?  
64 M: Mit Helfen.  
65 I: Würden Sie das Schulklima für die SchülerInnen als förderlich für ein gesundes Leben  
66 empfinden? Das Schulklima, hilft das den Kindern, ein gesundes Leben zu führen?  
67 M: Ja teilweise. Es ist halt, ja, sehr viel Staub, sag ich jetzt einmal, in dieser Schule. Das  
68 ist schon ein längeres Problem, aber das wird sich nächstes Jahr vielleicht aufhören. Und  
69 da haben die Kinder, die eine Allergie haben oder anfällig sind auf Staub halt schon ein  
70 bisschen ein Problem. Aber sonst ist, wie gesagt, alles immer top. Also die Lehrerinnen,  
71 wenn die was unternehmen mit den Kindern, in Bezug auf Gesundheitsförderung, hat das  
72 immer Hand und Fuß und das gefällt den Kindern auch.  
73 I: Wie wichtig sehen Sie das, dass da eine gute Beziehung zwischen Schülern, Lehrern,  
74 Eltern oder vor allem Schülern und Lehrern besteht in Hinsicht auf Gesundheitsförderung.  
75 Wie wichtig ist das?  
76 M: Ja schon sehr wichtig, weil ja die Kinder auch im Lehrer eine gewisse Vorbildwirkung  
77 sehen.  
78 I: Wie wichtig ist Ihnen persönlich die Förderung der sozialen Kompetenz in Hinsicht auf  
79 Gesundheitsförderung?  
80 M: Ja, das ist auch sehr wichtig.  
81 I: Wie wichtig sind Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht an der Schule?  
82 M: Am wichtigsten für mich persönlich, was ich auch meinem Kind immer vermittele, ist der  
83 Respekt. Weil wenn der Respekt gegenseitig vorhanden ist, dann kommt alles andere  
84 auch.  
85 I: Glauben Sie, dass Aktionen gesetzt werden, die das Selbstwertgefühl steigern und  
86 Selbstständigkeit fördern?  
87 M: Ja.  
88 I: Wissen Sie vielleicht was da gemacht wird?  
89 M: Also mein Kind zum Beispiel hat große Probleme mit der Feinmotorik. Nur das Beispiel  
90 Werken: Die Werklehrerin weiß Bescheid, es ist einfach so, er kann nun mal nicht diese  
91 kleinen Sachen herumdädeln. Sie weiß, dass er sich bemüht, und um das geht es. Er wird  
92 da nicht abgestempelt, er kann das nicht, nein, sie sieht er bemüht sich, er ist gewillt, er  
93 fragt, er kommt „können Sie mir bitte helfen“, also er will ja. Und das zu sehen, ist auch  
94 schon mal ein großer Fortschritt. Weil früher was das glaub ich eher nicht so. Ein Kind,  
95 das nicht schön geschrieben hat, hat sich noch so bemühen können, aber das ist hier  
96 ganz anders.

- 97 I: Wissen Sie davon, wird Teamtraining im Unterricht betrieben, so Gruppenbildungen und  
98 solche Sachen?  
99 M: Weiß ich jetzt eigentlich nicht.  
100 I: Hat das GF-Projekt der Schule auch die Einstellung Ihrer Familie zu Gesundheit  
101 verändert?  
102 M: Ich hab schon immer geschaut, dass wir gesund leben (lacht). Natürlich sind Tipps  
103 auch dabei, die man dann zu Hause anwenden kann.  
104 I: Hat das Projekt direkte Auswirkungen auf das Leben Ihrer Familie?  
105 M: Da fällt mir jetzt eigentlich nichts ein.  
106 I: Was nimmt Ihr Kind in Bezug auf Gesundheitsförderung mit nach Hause, Wissen,  
107 Einstellung?  
108 M: Ja immer wieder Verschiedenes, was er dann eben so einbringt.  
109 I: Was tun Sie Zuhause in Bezug auf Gesundheitsförderung?  
110 M: Banales Beispiel zur Ernährung: Meine Kinder haben nie Käse gegessen, hab ich  
111 einfach den aufgeschnittenen Käse mit dem Kekssternausstecher ausgestochen und  
112 dann waren das eben nette Sterne und die wurden dann gegessen. Das ist auch mit dem  
113 Gemüse so. Wenn man das einem Kind anrichtet einfach, weil das Auge bei einem Kind  
114 isst mit, wenn ich jetzt die Gurke nur im Ganzen hinleg, wird das Kind sich nie da was  
115 selber runterschneiden, wenn ich sie aber irgendwie aufschneide und in einer  
116 Schlangenform auflege, egal, dann wird das viel lieber gegessen (lacht).  
117 I: Welche Schwerpunkte sollten bei gesundheitsfördernden Einheiten vermehrt gesetzt  
118 werden? Was sollte mehr gemacht werden? Bitte begründen Sie.  
119 M: Was sollte mehr gemacht werden – da fällt mir jetzt spontan nichts ein (lacht).  
120 I: Was halten Sie persönlich von der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?  
121 M: Ja, also ich bin da begeistert, ich wirke da auch gerne mit und es wäre schön, wenn  
122 das weiter so läuft.  
123 I: Was sehen Sie selbst als die Stärken hier bei der Umsetzung von  
124 Gesundheitsförderung an Ihrer Schule?  
125 M: Dass die Lehrerinnen einfach in einem Superteam arbeiten, da wird sich gegenseitig  
126 abgesprochen, ja das ist eigentlich für mich so das Wichtigste, wenn alle an einem Strang  
127 ziehen, dass das dann viel besser funktioniert.  
128 I: Welche Verbesserungsvorschläge hätten Sie in Hinsicht auf die Gesundheitsförderung  
129 an der VS Bad Sauerbrunn?  
130 M: Nein, da brauch ich länger zum Überlegen.  
131 I: Danke, dass Sie sich Zeit genommen haben.

## **Interview 9 – IEN**

### **Dokumentationsbogen**

Datum des Interviews: 25.05.2011  
Ort des Interviews: Volksschule Bad Sauerbrunn  
Dauer des Interviews: 8 1/2 Minuten  
Interviewerin: Elisabeth Steindl  
Geschlecht des/der Interviewten: Weiblich  
Beruf: Hausfrau  
Alter: 37

### **Transkription**

- 1 I: Wie alt sind Sie?  
2 N: 37.  
3 I: Welchen Beruf üben Sie aus?  
4 N: Ich bin zu Hause bei den Kindern.  
5 I: Wie viele Kinder haben Sie an der VS Bad Sauerbrunn?  
6 N: An der Volksschule derzeit zwei.  
7 I: In welcher Schulstufe ist/sind Ihr(e) Kind(er)?  
8 N: Einer in der Dritten und einer in der Ersten.  
9 I: Was bedeutet für Sie Gesundheit?  
10 N: Sehr viel  
11 I: Was gehört für Sie alles zu Gesundheit?  
12 N: Ja im Grunde alles: Ernährung, Bewegung.  
13 I: Woher haben Sie ihr Wissen über Gesundheitsförderung?  
14 N: Aus dem Internet größtenteils, also ich beschäftigte mich sehr viel, mich interessiert  
15 auch die Medizin sehr.  
16 I: Welches Gefühl hatten Sie bezüglich des Gesundheitsförderungsprojekts als dieses  
17 gestartet wurde?  
18 N: War eigentlich sehr positiv, hat mir sehr gefallen.  
19 I: Und hat sich dieses Gefühl geändert?  
20 N: Eigentlich nicht. Sie machen zwar jetzt eigentlich weniger im Sportlichen, aber so von  
21 der gesunden Ernährung, die sie immer wieder haben, das find ich ganz klasse.  
22 I: Welchen Stellenwert hat Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?  
23 N: Im Gegensatz zu anderen Schulen, was ich so hör, einen ganz hohen eigentlich, muss  
24 ich sagen.  
25 I: Und wie wichtig ist (Ihnen) Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?  
26 Beschreiben Sie bitte ausführlich.  
27 N: Eigentlich sehr wichtig, ja. Ich bin froh, dass mit den Kindern was gemacht wird, dass  
28 da geredet wird drüber, dass die Kinder auch halt einen Bezug dazu kriegen, wie wichtig  
29 Gesundheit ist.  
30 I: Wissen Sie, wie Gesundheitsförderung in der Klasse Ihrer Kinder aussieht? Können sie  
31 eine typische Einheit beschreiben?  
32 N: Also beim Größeren weiß ich, die haben immer so gesunde Tage mit Ernährung, da  
33 kommt ein Biobauer und so, und auch vom Sport her, die Kleinen machen, was ich so  
34 weiß, noch ein bisschen weniger, weil die sind erst in der Ersten, aber haben auch schon  
35 so Sportprojekte im Turnsaal, wo allerhand gemacht wird mit Ihnen.  
36 I: Wissen Sie, wie da so eine typische Einheit aussieht?  
37 N: Das weiß genau nicht. Meine Kinder reden nicht viel zu Hause, ich hör nur immer „es  
38 war eine Biobäuerin da, die hat uns was zum Essen hergerichtet“, oder sie besuchen  
39 irgendeinen Biobauernhof, oder sie haben so Turnaktivitäten wie Golf oder solche Sachen  
40 halt, das erzählen sie mir, aber genau ...  
41 I: Gut. Welche Themen werden bei Ihren gesundheitsfördernden Einheiten behandelt?

- 42 N: Also was ich mitbekommen habe: Ernährung, Bewegung, also Sport, ja das sind sie  
43 gewesen.
- 44 I: Wissen Sie, welche Methoden und Konzepte angewendet werden?
- 45 N: Das genau weiß ich leider nicht, nein (lacht).
- 46 I: Was erzählen Ihre Kinder von der Gesundheitsförderung Zuhause?
- 47 N: Es gefällt ihnen. Es ist eine Abwechslung im Schulalltag, ja es schmeckt ihnen das  
48 Essen, das sie da kriegen, was sie zu Hause nicht so wollen, aber da essen sie es. Und  
49 auch diese Sportsachen, dass sie Golf ausprobieren können, dass sie Tennis  
50 ausprobieren können und so gewisse Workshops, das gefällt ihnen ganz gut.
- 51 I: Wie würden Sie Ihr Verhältnis mit den Lehrerinnen beschreiben?
- 52 N: Sehr gut, sehr gut.
- 53 I: Wie wichtig ist Ihnen die Schüler-Lehrer-Eltern-Beziehung?
- 54 N: Sehr wichtig.
- 55 I: Wie engagieren Sie sich (und andere Eltern) in der Schule in Bezug auf  
56 Gesundheitsförderung und gesundheitsfördernde Projekte?
- 57 N: Im Moment glaube ich gar nicht. Also in meinen zwei Klassen, glaube ich, tut da  
58 niemand etwas.
- 59 I: Würden Sie das Schulklima für die SchülerInnen als förderlich für ein gesundes Leben  
60 empfinden?
- 61 N: Ja. Meine Kinder gehen gerne in die Schule, sie fühlen sich wohl da.
- 62 I: Wie wichtig sehen Sie das Schulklima in Hinsicht auf Gesundheitsförderung?
- 63 N: Na schon sehr wichtig. Denn wenn ich mich wohl fühle, tue ich auch etwas gern und  
64 das trägt natürlich auch zur Gesundheit bei.
- 65 I: Wie wichtig ist Ihnen die Förderung der sozialen Kompetenz in Hinsicht auf  
66 Gesundheitsförderung?
- 67 N: Auch sehr wichtig, ja.
- 68 I: Können Sie da was beschreiben, was Sie sich dazu denken?
- 69 N: Da fällt mir jetzt nichts ein.
- 70 I: Wie wichtig sind Höflichkeit, Toleranz und Rücksicht an dieser Schule?
- 71 N: Ich würde sagen es wird einiges gemacht, es könnte aber noch mehr sein.
- 72 I: Glauben Sie, dass Aktionen gesetzt werden, die das Selbstwertgefühl steigern und  
73 Selbstständigkeit fördern bei den Kindern?
- 74 N: Ja, das auf alle Fälle. Sie müssen viel selbstständig erarbeiten in den Stunden. Sie  
75 müssen ein gewisses Tagespensum schaffen, wenn sie es nicht schaffen, müssen sie es  
76 zu Hause fertig machen, also das find ich schon ganz gut, ja.
- 77 I: Wissen Sie davon, wird Teamtraining im Unterricht betrieben?
- 78 N: Das wäre mir bis jetzt noch nicht aufgefallen, dass sie so in Gruppen arbeiten. Es kann  
79 sein vereinzelt, aber wie gesagt, meine Kinder erzählen nicht alles (lacht).
- 80 I: Jetzt zu Ihrer Situation zu Hause: Hat das GF-Projekt der Schule auch die Einstellung  
81 Ihrer Familie zu Gesundheit verändert?
- 82 N: Wir waren eigentlich schon immer sehr auf Gesundheit bedacht, also mein Mann und  
83 ich.
- 84 I: Also nicht eigentlich.
- 85 N: Nein, weil das eigentlich immer schon da war.
- 86 I: Hat das Projekt direkte Auswirkungen auf das Leben Ihrer Familie?
- 87 N: Nein, eigentlich nicht, nein.
- 88 I: Was nehmen Ihre Kinder in Bezug auf Gesundheitsförderung mit nach Hause, so an  
89 Wissen, was sie tun?
- 90 N: Sie probieren sag ich einmal beim Essen verschiedene Sachen aus, zum Beispiel  
91 Schnittlauch, was sie früher überhaupt nicht gegessen haben, Kräuter und Salate, da  
92 kriegen sie jetzt einen Bezug dazu. Wenn das wer anderer sagt, sag ich einmal, probiert  
93 man es eher. Und von den Sportsachen eigentlich, sportlich sind meine Kinder eh  
94 eigentlich alle.
- 95 I: Was tun Sie Zuhause in Bezug auf Gesundheitsförderung?

- 96 N: Ja eben gesunde Ernährung, schauen, dass viele Vitamine, sie kriegen auch Vitamine  
97 in Tablettenform verabreicht, viel frische Luft, Bewegung, ja.
- 98 I: Welche Schwerpunkte sollten bei gesundheitsfördernden Einheiten vermehrt gesetzt  
99 werden? Was glauben Sie sollte man mehr machen?
- 100 N: Auf alle Fälle die Kinder zu mehr Bewegung treiben, weil man halt schon die Tendenz  
101 sieht, dass sie immer stärker werden, die Kinder (lacht), also sollte man mehr auf  
102 Bewegung achten und auch vielleicht mehr darauf, dass sie sich gesund ernähren, mehr  
103 Obst, mehr Gemüse im täglichen Speiseplan.
- 104 I: Was halten Sie persönlich von der Gesundheitsförderung an der VS Bad Sauerbrunn?
- 105 N: Wie gesagt gefällt mir sehr gut, bin begeistert, dass da was gemacht wird in Hinsicht  
106 auf die Kinder. Ich finde das sehr wichtig, weil Gesundheit ist einfach das Wichtigste im  
107 Leben.
- 108 I: Was sehen Sie als die Stärken bei der Umsetzung von Gesundheitsförderung an Ihrer  
109 Schule?
- 110 N: Was ich so mitgekriegt habe, sehr viel mit Sport, da kommen Sportstudenten, und  
111 eben die Ernährung.
- 112 I: Welche Verbesserungsvorschläge hätten Sie in Hinsicht auf die Gesundheitsförderung  
113 an der VS Bad Sauerbrunn?
- 114 N: Vielleicht dass man auch mit den Kindern ein bisschen bespricht, wie viel Gesundheit  
115 wirklich wert ist, wie man sich auch, wenn man älter ist dann einmal, gesund verhalten  
116 soll. Ja das ist es im Großen und Ganzen.
- 117 I: Gut, vielen lieben Dank, ich bin Ihnen sehr dankbar, dass Sie sich Zeit genommen  
118 haben.

## 11.2 Texte und Zeichnungen der SchülerInnen

### Text 1 – T3A

- 1 Was ist gesund für mich?  
2 Fußball spielen ist für mich gesund. Ich habe jeden Tag einen Apfel in der Schule mit.  
3 Nüsse sind Hirnnahrung. Für mich ist Sport gesund. Bewegung machen. In die Schule  
4 gehen. Meiner Mama im Garten helfen. Viel trainieren. Gemüse essen. Obst essen.  
5 Jeden Tag 20 Minuten lang auf dem Stepper laufen. Viel zuhören. Genau lesen. Mit  
6 meinen Freunden spielen.  
(Matthias, 8 Jahre, 3.Klasse)

### Text 2 – T3B

- 7 Was ist gesund für mich?  
8 Ein Apfel ist gesund. Turnen ist gesund, weil es Sport ist und Spaß macht. Walken ist  
9 gesund und macht fit. Für mich ist eine Banane gesund. Wasser, Kirschen und Obst sind  
10 alle gesund. Federball macht fit, Spaß und klug. Ein Apfel ist lecker und macht mich  
11 fröhlich. Paprika ist sehr sehr sehr lecker. Mit Freunden ins Kino gehen macht Spaß.  
12 Wandern mit der Familie macht cool. Fahrrad fahren mit dem Bruder macht Spaß. An der  
13 Leiter spazieren macht Spaß.  
(Katharina, 9 Jahre, 3.Klasse)

### Text 3 – T3C

- 14 Was ist gesund für mich?  
15 Ich gehe mit meinen Freunden Eis esse. Obst ist sehr gesund. Obstsalat esse ich gern.  
16 Im Sommer spiele ich mit meiner Familie Tennis. Ich fahre mit meinen Brüdern Fahrrad.  
17 Schwimmen tue ich gerne. Ich gehe mit meinem Hund spazieren. Wir essen Obst.  
18 Bewegung ist gesund. Ich mache viel Sport.  
(Heidi, 9 Jahre, 3.Klasse)

### Text 4 – T3D

- 19 Was ist gesund für mich?  
20 Man sollte jeden Tag Äpfel essen. Man sollte viel Sport treiben. Mit meiner Familie solltest  
21 du jeden Tag etwas machen. Bewegung ist sehr gesund. Gemüse und Obst solltest du  
22 jeden Tag essen. Es ist gesund für mich Spaß zu haben. Man sollte jeden Tag raus  
23 gehen. Jeder sollte einmal am Tag Spaß haben. Man sollte mehr Gemüse als Süßigkeiten  
24 essen. Man sollte sich jeden Tag die Zähne putzen, sonst werden sie faul. Man sollte  
25 mehr lesen als fernsehen. Wenn man ein Haustier hat, sollte man jeden Tag mit ihm  
26 spielen. Man sollte viel Wasser trinken.  
(Melissa, 8 Jahre, 3.Klasse)

### Text 5 – T3E

- 27 Was ist gesund für mich?  
28 Jeden Tag einen Apfel essen. Nüsse essen. Sport machen. Jeden Tag einen Liter  
29 Wasser trinken. Immer zuhören. In den Garten gehen. Gemüse und Obst essen. Im  
30 Garten Federball spielen. Radfahren mit Freunden. Mit meinem Hamster spielen. Etwas  
31 im Garten anpflanzen.  
(Kathi, 9 Jahre, 3.Klasse)

### Text 6 – T3F

- 32 Was ist gesund für mich?  
33 Früchte und Gemüse essen. Viel mit der Familie unternehmen. Viel Wasser trinken. Sport  
34 treiben. Statt mit dem Auto zu fahren zu Fuß gehen. Nicht zu viel Ungesundes essen. Am  
35 Tag mindestens fünf Seiten lesen. Seiner Fantasie freien Lauf lassen. Etwas malen und

36 basteln. Kreativ sein. Ein bis zwei Stunden schlafen. Ausruhen und nicht so viel Sport  
37 treiben.

(Manuel, 9 Jahre, 3. Klasse)

Text 7 – T3G

38 Was ist gesund für mich?

39 Ein Apfel ist gesund für mich. Bewegung ist gesund für mich. Nicht zu viele Süßigkeiten  
40 essen. Eine Banane ist gesund für mich. Salat ist gesund für mich. Die Natur ist gesund  
41 für mich. Obst und Gemüse essen ist gesund für mich. Wasser ist gesund für mich.

(Fabian, 8 Jahre, 3.Klasse)

Text 8 – T3H

42 Was ist gesund für mich?

43 Man soll pro Tag einen Apfel essen. Sport treiben. In die frische Luft gehen. Eine gesunde  
44 Jause. Nicht fernsehen. Lesen statt fernsehen.

(David, 8Jahre, 3.Klasse)

Text 9 – T3I

45 Was ist gesund für mich?

46 Der Apfel ist sehr gesund. Ich und mein Bruder und meine Freunde gehen am 15.  
47 Dezember 2011 ins Kino. Meine Familie ist immer für mich da. Ich nehme einen Apfel.  
48 Fußball macht mich fröhlich. Obst ist sehr sehr sehr sehr sehr sehr sehr sehr sehr  
49 sehr sehr sehr sehr sehr gesund. Jakob sagt immer: „Du bist mein bester Freund“. Ich  
50 esse ganz viel Obst. Ich habe viele Freunde. Ich esse 1000kg Obst. Ich habe lange  
51 Birnen gegessen.

(Dominik, 9 Jahre, 3.Klasse)

Text 10 – T3J

52 Was ist gesund für mich?

53 Wenn ich jeden Tag einen Apfel esse. Wenn ich nicht immer am Computer bin. Wenn ich  
54 jeden Tag Gemüse esse. Wenn man Sport macht. Nicht so viele Süßigkeiten essen.  
55 Immer Obst essen. Mehr Sport machen. Wenn ich jeden Tag Bananen esse. Das ist sehr  
56 gesund. Wenn ich jeden Tag raus gehe. Wenn ich Fußball spiele. Wenn ich Paprika esse  
57 in der Früh. Wenn ich mich mal ausraste. Wenn ich mit meinem Freund spiele.

(Lisa, 9 Jahre, 3.Klasse)

Text 11 – T3K

58 Was ist gesund für mich?

59 Viel Gemüse und Obst essen. Mit der Familie viel unternehmen. Mehr Wasser trinken.  
60 Sehr viel Bewegung machen. Öfters mit Freunden spielen. Mehr Äpfel und Bananen  
61 essen. Mehr Paprika und Gurken essen. Ein bisschen mehr an der Luft sein als vor dem  
62 Fernseher.

(Runa, 9 Jahre, 3.Klasse)

Text 12 – T3L

63 Was ist gesund für mich?

64 Ich esse weniger Süßes. Karotten sind gesund. Ich spiele sehr gerne Handball. Ich spiele  
65 auch Tennis. Ich gehe spazieren. Ich esse Gurken. Ich esse Äpfel. Ich esse was  
66 Gesundes. Ich gehe gerne mit Freunden ins Kino. Sport ist gesund. Ich mache sehr sehr  
67 sehr sehr sehr sehr sehr sehr sehr sehr sehr gerne Sport. Ich mag sehr sehr sehr sehr  
68 sehr gerne meine Familie.

(Thomas, 9 Jahre, 3.Klasse)

Text 13 – T3M

69 Meine gesunde Jause für die Schule. Apfel.  
70 Dieser Obstsalat schmeckt fantastisch. Wasser ist sehr gesund für meinen Körper. Heute  
71 mache ich Sport mit meinem Bruder. Ich will jetzt lernen. Baba.  
(Kasim, 9 Jahre, 3.Klasse)

Text 14 – T3N

72 Was ist gesund für mich?  
73 Ich koche mir eine Gemüsesuppe. Ich esse gerne Obstsalat. Ich turne gerne draußen. Ich  
74 mache gerne Sport. Ich gehe gerne ins Kino mit meiner Familie. Ich laufe gerne in die  
75 Schule. Ich bin auf einer Bowlingparty eingeladen. Ich gehe in die Küche.  
(Julia, 9 Jahre, 3.Klasse)

Text 15 – T3O

76 Was ist gesund für mich?  
77 Ich esse jeden Tag einen Apfel daheim. Sport ist gesund. Ich gehe jeden Dienstag zum  
78 Fußball. Zucker ist nicht gesund. Die Familie ist nett. Eine Banane ist gesund. Ich gehe  
79 jeden Tag Fahrrad fahren. Milch ist gesund. Schokolade ist ungesund. Computer sind  
80 ungesund. Orangen sind gesund. Tischfußball ist sehr gesund. Zu Ostern essen wir viele  
81 Eier. Früchte sind gesund. Birnen sind gesund.  
(Derya, 9 Jahre, 3.Klasse)

Text 16 – T3P

82 Was ist gesund für mich?  
83 Jeden Tag einen Apfel essen. Oft Rad fahren ist gesund. Frische Luft ist sehr gesund.  
84 Sehr viel Wasser trinken. Tennis spielen. Ganz viel turnen. Lesen ist gesund. Obst und  
85 Gemüse essen. Draußen spielen. Spazieren [gehen] mit dem Hund. Klettern ist gesund.  
86 Fangen spielen. Eine Melone ist gesund für mich.  
(Celina, 9 Jahre, 3.Klasse)

Text 17 – T3Q

87 Was ist gesund für mich?  
88 Äpfel essen. Ich laufe. Obst essen. Bewegen. Salat essen. Keinen Zucker essen. Ich esse  
89 Karotten. Bewegen. Keine Schokolade essen. Gesund essen. Ich gehe oft in die frische  
90 Luft. Ich gehe oft Fußball spielen. Oft schwimmen gehen. Oft spazieren gehen. Oft  
91 Radfahren. Bananen essen. Nüsse essen.  
(Andre, 8 Jahre, 3.Klasse)

Text 18 – T3R

92 Was ist gesund für mich?  
93 Ich finde den Obstsalat sehr lecker und gesund. Freunde sind für einen da. Bewegung ist  
94 sehr gesund für uns Menschen. Gemüse isst man fast jeden Tag um gesund zu bleiben.  
95 Birnen und anderes Obst sollte man jeden Tag essen um fit zu bleiben. Die Menschen  
96 spielen Tennis, wenn sie viel Kraft und Gesundheit aufbauen wollen. Ich esse oft Nüsse  
97 um mich zu stärken.  
(Tim, 9 Jahre, 3.Klasse)

Text 19 – T3S

98 Was ist gesund für dich?  
99 Ich laufe jeden Tag zehn Runden. Man sollte viel Sport treiben. Kein Fett essen. Wenig  
100 Süßigkeiten essen. Mehr Äpfel, Karotten und mehr Gesundes essen. Viel mehr Sport,  
101 Bewegung, trainieren und vieles mehr. Nahrung jede Tag. Keine Schokolade, Schlecker  
102 Gummibären essen und keinen Zucker essen. Dann wird man sehr gesund. Nüsse essen  
103 Bananen, Orangen und mehr essen.  
(Harvey, 8 Jahre, 3.Klasse)

Text 20 – T3T

104 Mein Gesundheitstag

105 Es war einmal ein Mittwoch. Als erstes aß ich zum Frühstück ein Müsli mit vielen  
106 Weintrauben. Zu Mittag ging ich mit meiner Familie spazieren. Eine Stunde später aßen  
107 wir einen Wok. Am Nachmittag wusch meine Mama mir und meiner Schwester einen  
108 Apfel und eine Birne ab. Danach ging ich mit meinem Papa Tennis spielen. Am Abend aß  
109 ich ein Butterbrot mit einer Tomate. Gleich darauf ging ich schlafen und fühlte mich  
110 gesund. Ende.

(Maximilian, 9 Jahre, 3.Klasse)

Text 21 – T3U

111 Was ist gesund für mich?

112 Volleyball ist eine Sportart, die ich liebe. Ich liebe Nahrung und es ist auch sehr gesund.

113 Nüsse sind sehr gesund für unser Gehirn. Äpfel sind gesund. Bewegung ist sehr gesund.

(Esra, 8 Jahre, 3.Klasse)

Text 22 – T3V

114 Was ist gesund für mich?

115 Ein Apfel ist gesund für mich. Obst und Gemüse essen. Ich muss mich viel bewegen. Ins  
116 Kino gehen mit Freunden. Mit Freunden Fußball spielen, Tennis, Handball alles. Viel  
117 Sport treiben. Und viel laufen nebenbei Wasser trinken. Gesunde Nahrung zu sich  
118 nehmen und keine Schokolade. Sehr sehr viel Bewegung. Birnen essen, Obst und  
119 Gemüse. 100kg Hanteln heben bei allen beiden Händen. Sit-ups machen und  
120 Liegestütze. Obstsalat essen und Tomatensalat. Hampelmann machen. Malen und  
121 schreiben macht mich glücklich. An Bäume klettern. Viel Tormanntraining machen und  
122 Fußballtraining. Und viel Ping Pong spielen.

(Jakob, 9 Jahre, 3.Klasse)

Text 23 – T3W

123 Was ist gesund für mich?

124 Ich esse jeden Tag einen Apfel. Die Zwiebel ist sehr gesund. Ich esse gerne Kiwis und  
125 Birnen. Wir gehen jeden Tag spazieren. Ich gehe gern mit meinen Freunden ins Kino. Ich  
126 liebe es Schwimmen zu gehen. Karotten sind sehr gut. Obst ist sehr gesund. Ich schlafe  
127 gern bei meinen Freunden. Ich lese gern mit meinen Freunden. Orangen sind so gut und  
128 gesund.

(Sabrina, 10 Jahre, 3.Klasse)

Text 24 – T4A1

129 Was ist Gesundheit für mich?

130 Gesundheit ist toll. Man muss einige Sachen tun um gesund zu sein.

131 Erstens: Viel Gemüse essen. Obst ist auch wichtig.

132 Sachen mit Alkohol und viel Zucker sind nicht so gut. Nur natürlicher Fruchtzucker ist  
133 gesund.

134 Und Sport ist auch wichtig. Laufen, turnen... Hauptsache Sport.

135 Nicht zu lange aufbleiben! Schlaf ist gut für die Gesundheit!

136 Dicke Leute haben vermutlich zu viel genascht. Nasche nicht zu viel – oder willst du auch  
137 so enden?

138 Hinausgehen ist gut, denn dann kommt man an die frische Luft und die ist gesund.

139 Ein Milchprodukt ist gesund, denn in Milch sind viele Vitamine. Wenn du Milch nicht  
140 verträgst (wie ich), kannst auch Brot essen.

141 Ich bin gesund, weil ich viel Obst esse (nicht ganz so viel Gemüse)

142 Trinken ist gut, am meisten Wasser. Cola, Fanta, etc... ist nicht so gesund.

(Marissa, 10 Jahre, 4.Klasse Teil 1)

Text 25 – T4A2

143 Ein paar Takte zum Thema Gesundheit:  
144 Hygiene: Zähne putzen ist wichtig. Zahnpasten enthalten bestimmte Stoffe, die die  
145 Karieskrankheitserreger abtöten. Körperpflege: Wenn du dich regelmäßig wäschst, wirst  
146 du nicht so schnell krank. Ernährung: Du kannst auch Zucker essen, ohne dich gleich mit  
147 Süßigkeiten voll zu stopfen. Fruchtzucker! Alle Früchte enthalten natürlichen  
148 Fruchtzucker, der die Frucht süßt und gleichzeitig gesund ist. Getränke: Wasser und  
149 ungesüßter Tee sind gut und lecker. Cola, Fanta und Sprite enthalten viel Zucker. Kaffee  
150 und Energydrinks enthalten Koffein. Das führt dazu, dass man nicht gut einschlafen kann  
151 und müde und schlapp wird. Drogen: Drogen sind Sachen, die Menschen nehmen, weil  
152 sie glauben, dass sie davon glücklich werden. Aber da ist tödliches Gift drin. In Zigaretten  
153 ist Nikotin, das schlecht für die Leber ist. Ergebnis: !!!Gesundheit ist gesund!!!  
(Marissa, 10 Jahre, 4.Klasse Teil 2)

Text 26 – T4B1

154 Was ist Gesundheit für mich?  
155 Ich treibe viel Sport im Freien. Obst und Gemüse esse ich auch gerne. Wasser trinke ich  
156 am meisten auch in der Schulzeit. Ich gehe meistens zwischen 8.00 und 8.15 Uhr  
157 schlafen. Süßigkeiten sind nicht gut für den Körper. Man muss auch Gemüse essen,  
158 sonst ist man bald müde und will nichts mehr machen. Ich rauche auch nicht, wenn ich 18  
159 Jahre bin. Nur im Auto fahren ist nicht gesund. Man sollte auch zu Fuß gehen. Ich spiele  
160 selbst Fußball und andere Ballspiele im Garten. Man sollte als Kind keinen Alkohol zu sich  
161 nehmen. Das ist meine Gesundheit!  
(Ylena, 10 Jahre, 4.Klasse Teil 1)

Text 27 – T4B2

162 Obst ist sehr wichtig für mich! Bewegung ist wichtig. Wasser ist besser als Zuckerwasser!  
163 Kein Süßwasser. Da ist Zucker drin.  
(Ylena, 10 Jahre, 4.Klasse Teil 2)

Text 28 – T4C1

164 Was ist Gesundheit für mich?  
165 Ich gehe gerne laufen. Ich treibe oft Sport. Fußball spielen ist für mich gesund. Jeden Tag  
166 viel trinken. Ich sollte früh schlafen gehen, aber tu es nicht. Ich putzte mir immer die  
167 Zähne. Man sollte nicht zu oft Computer spielen. Obst und Gemüse essen. Nicht zu oft  
168 schreien. Sich gesund zu ernähren. Immer Frischluft zu schnappen. Nicht so viel  
169 fernsehen. Ich esse Obst wie: Bananen, Orangen, Äpfel, Erdbeeren, Mangos und so  
170 weiter.  
(Sascha, 9 Jahre, 4.Klasse Teil 1)

Text 29 – T4C2

171 Man sollte keine Drogen nehmen. Man sollte genug schlafen. Man sollte viel Sport  
172 treiben. Rennen ist auch nicht schlecht. Zucker essen ist nicht gut. Milchprodukte trinken  
173 ist gesund. Zu viel rennen ist nicht gut. Man darf nicht rauchen. Man darf nicht rauchen.  
174 Man sollte zuckerfreie Getränke trinken. Bewegung ist gesund. Zu viel Elektronik ist nicht  
175 gesund. Man sollte nicht geldgierig sein.  
(Sascha, 9 Jahre, 4.Klasse Teil 2)

Text 30 – T4D

176 Was ist Gesundheit für mich?  
177 Ich esse jeden Tag eine gesunde Jause! Ich nehme fast gar keine Medikamente!!!!  
178 Familie und Freunde sind sehr wichtig für mich, denn mit ihnen hat man großen Spaß und  
179 das ist wichtig für den Körper. Mein Körper fast jeden Tag Sport betr[eiben]. Man soll viele  
180 Milchprodukte wie zum Beispiel Käse und Milch essen und trinken. Keine fettigen Sachen  
181 so wie zum Beispiel: Burger, Pommes, Schnitzel....! Wenn man zu lange fernsieht, wird

182 man dick und dumm. Man sollte jeden Tag drei bis fünf Portionen Obst und Gemüse  
183 essen. Ich werde nie Drogen nehmen und rauchen. Mann sollte viel schlafen, denn dann  
184 kann sich der Körper entspannen. Ich habe laufen sehr gerne, denn das ist nicht so  
185 anstrengend. Süßigkeiten sind gar nicht gut für meinen Körper, denn da kann man sehr  
186 dick werden. Die meistens Menschen nehmen Drogen und Alkohol.  
(Isabella, 10 Jahre, 4.Klasse)

Text 31 – T4E

187 Was ist Gesundheit für mich?  
188 Für mich ist gesund früh schlafen zu gehen. Für mich ist gesund zweimal am Tag Zähne  
189 putzen zu gehen. Für mich ist ungesund jeden Tag Fett zu essen. Für mich ist gesund  
190 Sport zu machen. Für mich ist ungesund süße Sachen zu essen. Für mich ist Alkohol zu  
191 trinken ungesund. Für mich ist Rauchen ungesund.  
(Martin, 9 Jahre, 4.Klasse)

Text 32 – T4F

192 Was ist Gesundheit für mich?  
193 Ich gehe gerne laufen. Gesund essen halte ich mich fit. Ich muss viel schlafen. Ich darf  
194 nicht viel fernsehen. Ich treibe gerne Sport. Ich darf nicht so viel Süßes essen. Gesund ist  
195 es, wenn ich viel raus gehe. Gemüse essen ist gesund. Süßes essen ist ungesund. Ich  
196 treibe gerne Sport. Man darf keine Drogen nehmen.  
(Agon, 9 Jahre, 4.Klasse)

Text 33 – T4G

197 Jeden Tag Sport betreiben. Ich esse viel Obst und Gemüse. Ich habe zweimal  
198 Fußballtraining. Viel Wasser trinke ich. Ich schlafe mich aus. Ich wasche mich jeden Tag!  
199 Ich gehe oft Rad fahren. Keinen Alkohol trinken!! Ich esse nicht viel Süßes. Man darf nicht  
200 Drogen nehmen. Oft gehe ich auch auf den Spielplatz spielen. Beim Mittagessen esse ich  
201 viel.  
(Bernd, 10 Jahre, 4.Klasse)

Text 34 – T4H

202 Was ist Gesundheit für mich?  
203 Ich tanze täglich eine ganze Stunde. Jeden Tag esse ich eine Schüssel Obst. Einmal in  
204 der Woche gehe ich Tennis spielen. Manchmal gehe ich spät ins Bett. Ich möchte nie  
205 rauchen. Wenn ich Zeit habe, laufe ich auf dem Trampolin herum. Red Bull ist für uns  
206 Kinder gar nicht gesund. Wenn es draußen schön ist, bin ich draußen. Leider nimmt  
207 meine (Mama) viele Medikamente. Viel Süßes ist nicht gesund. Ich finde es schade, dass  
208 viele Jugendliche Drogen nehmen und Alkohol trinken. Wir trinken gerne Milch.  
(Tamara, 10 Jahre, 4.Klasse)

Text 35 – T4I

209 Was ist Gesundheit für mich?  
210 Meine Mama geht immer laufen und ich fahre nebenbei mit dem Fahrrad. Ich werde nie  
211 mit dem Rauchen anfangen! Ich esse selten Süßigkeiten! Ich esse viele Vitamine!  
212 Teigwaren sind für mich sehr gesund. Ich gehe jeden Tag in die Dusche. Ich hüpfе jeden  
213 Tag Trampolin! Ich spiele immer im Garten! Keine fettigen Sachen wie Burger, Pommes...  
214 Ich gehe oft mit meinem Opa spazieren. Ich gehe immer im Sommer schwimmen, Tennis,  
215 Fußball und laufen. Esse oft Obst oder Gemüse, zum Beispiel: Bananen, Mandarinen,  
216 Gurke, Tomaten und viel mehr... Ich putze mir am Abend, Morgen und zu Mittag die  
217 Zähne. Ich trinke nie im Leben Alkohol.  
(Katja, 10 Jahre, 4.Klasse)

Text 36 – T4J

218 Was ist Gesundheit für mich?

219 Spazieren gehen ist sehr gesund. Viel Obst und Gemüse sollte man essen. Man sollte  
220 nicht viel Süßes essen. Viele trinken gerne Wasser, das ist sehr gesund. Seinen Körper  
221 sollte man waschen. Man sollte seine Zähne putzen. Äpfel, Bananen und vieles mehr  
222 essen. Alkohol ist ungesund. Sport ist sehr wichtig. Schlafen ist sehr gesund. Säfte mit  
223 Zucker sind sehr ungesund. Fernsehen ist nicht gesund. Laufen ist sehr gesund. Viele  
224 Vitamine sind sehr wichtig. Rauchen ist sehr ungesund und kann tödlich sein.  
225 Milchprodukte sind sehr gesund. Keine Drogen, keine ungesunden Sachen essen.  
(Kristina, 10 Jahre, 4.Klasse)

Text 37 – T4K

226 Ich muss den Körper waschen. Gesund essen. Äpfel, Bananen und Birnen essen. Viel  
227 Obst essen. Ich trinke viel Wasser am Tag. Ich muss viel schlafen. Viel Sport treiben. Kein  
228 Bier trinken. Vitamine und Eisen zu dir nehmen. Keinen Saft mit Zucker trinken. Nicht  
229 fernsehen. Nicht Zucker essen. Ich darf nicht zu viel Süßes essen. Keine Drogen nehmen.  
230 Keinen Alkohol trinken. Viel Gemüse essen. Die Zähne putzen.  
(Antonia, 9 Jahre, 4.Klasse)

Text 38 – T4L

231 Was ist Gesundheit für mich?  
232 Für mich ist v[iel] Schlaf sehr wichtig! Ich finde rauchen ist sehr sehr ungesund! Ich finde  
233 viel Fernsehen schlecht! Für mich ist Zähne putzen und Körperhygiene wichtig!  
(Nora, 9 Jahre, 4.Klasse)

Text 39 – T4M

234 Was ist gesund für mich?  
235 Für mich ist sehr wichtig, dass ich mindestens einen Apfel am Tag esse. Natürlich gehört  
236 die Familie für mich auch zum Gesundsein dazu, aber jetzt um die Freunde nicht zu  
237 vergessen, die gehören für mich auch dazu. Sport ist sehr wichtig für mich, weil ich sonst  
238 am Abend, wenn ich schlafen gehe, nie ausgelastet bin. Von Gemüse bin ich nicht so ein  
239 Fan. Wasser trinke ich viel und gerne. Käse gehört für mich auch dazu, aber Wurst  
240 brauche ich auch. Ich bin eine Naschkatze, das muss ich zugeben. Ich schaue aber  
241 darauf, dass es nicht zu viel wird. Mit meiner Schwester und meinem Hund gehe ich oft in  
242 den Garten und spiele Ball. Vom Fernsehen bin ich kein so ein Freund. Süßes trinken.  
243 Bää, nein danke! Lesen finde ich nicht gesund, man sitzt in seinem Zimmer und tut  
244 einfach nichts. Eine halbe Stunde, dagegen habe ich nicht und so viel lese ich selbst.  
245 Rauchen werde ich hoffentlich nicht. Und ich hoffe, dass ihr genauso denkt, wie ich?!  
(Magdalena, 9 Jahre, 4.Klasse)

Text 40 – T4N

246 Was ist Gesundheit für mich?  
247 Ernährung: Zuerst ist es wichtig sich nicht mit Süßen Sachen voll zu essen. Man sollte  
248 täglich etwas Gesundes essen. Gut ist z. B.: Äpfel, Bananen, Orangen, Salat, Erdbeeren,  
249 Karotten, Tomaten, Pfirsiche, Kiwis, Mangos, Zitronen, Kirschen, Kohl, Trauben, Gurken  
250 usw. Man soll also wirklich viel Obst und Gemüse essen! Man soll auch etwas Gesundes  
251 trinken.  
252 Sport: Man sollte viel Sport treiben. Das geht ganz einfach. Man kann auch einfach eine  
253 Stunde am Tag hinausgehen oder sich, wenn man ein Sportgerät besitzt, einfach  
254 draufsetzen oder laufen. Man kann auch mit dem Rad zum Einkaufen fahren. Und falls  
255 sich jetzt jemand denkt: „Das ist doch langweilig und zu anstrengend“, kann man auch  
256 einfach spazieren gehen.  
257 Körperpflege: Man sollte nicht um zwölf Uhr schlafen gehen und auch jede Woche dreimal  
258 Zähne putzen. Gut ist sich nach jeder Mahlzeit die Zähne zu putzen und um acht schlafen  
259 zu gehen. Das sind meine Tipps!  
(Raphaela, 10 Jahre, 4.Klasse)

Was ist gesund für mich?  
 Fußball spielen ist für mich gesund.  
 Ich habe jeden Tag einen Apfel in der Schule mit.  
 Körner sind Hirnnahrung.  
 Für mich ist Sport gesund.  
 Bewegung machen.  
 In die Schule gehen.  
 Meiner Mama im Garten helfen.  
 Mit Ananissen.  
 Gemüse essen.  
 Obst trinken.  
 Jeden Tag 20 Minuten lang auf dem Stepper.  
 Mit zuhören.  
 Genau lesen.  
 Mit meinen Freunden spielen.

Mathias 8

T3A

11. April 2011  
 Was ist gesund für mich?  
 Ein Apfel ist gesund.  
 Turnen ist gesund weil es Sport ist und Sport macht.  
 Nüssen ist gesund und macht fit.  
 Für mich ist eine Banane gesund.  
 Nüsse, Nieren, und Obst ist alles gesund.

Fußball macht fit, macht Spaß und klug.  
 Apfel ist lecker und macht mich fitlich.  
 Popcorn ist sehr sehr sehr lecker.  
 Mit Freunden ins Kino zu gehen macht Spaß.  
 Nüsse mit der Familie macht cool.  
 Schokolade mit den Eltern macht Spaß.  
 In der Schule schreiben macht Spaß.

Katharina 9/10

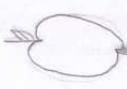
T3B

## Text T3C

Heidi  
 Gräber  
 Was ist gesund für mich?  
 Ich gehe mit meiner Freundin Eis essen.  
 Obst ist sehr gesund.  
 Obstbrot esse ich gerne.  
 Im Sommer spiele ich mit meiner Familie Tennis.  
 Ich fahre mit meiner Brüderin Fahrrad.  
 Schwimmen du ich gerne.  
 Ich gehe mit meinem Hund spazieren.  
 Wir essen Obst.  
 Bewegung ist gesund.  
 Ich mache viel Sport.

## Text T3D

11.4.2011  
 Melissa, 8 Jahre  
 Was ist gesund für mich?  
 Man sollte jeden Tag Apfel essen.  
 Man sollte viel Sport treiben.  
 Mit deiner Familie solltest du jeden Tag etwas machen.  
 Bewegung ist sehr gesund.  
 Gemüse und Obst solltest du jedem Tag essen.  
 Es ist gesund für mich Spaß zu haben.  
 Man sollte jeden Tag raus gehen.  
 Jeder sollte einmal am Tag Spaß haben.  
 Man sollte mehr Gemüse als Süßigkeiten essen.  
 Man sollte sich jeden Tag die Zähne putzen sonst werden sie faul.  
 Man sollte mehr lesen als fernsehen.  
 Wenn man ein Haustier hat sollte man jeden Tag mit ihm spielen.  
 Man sollte viel Wasser trinken.



11.4.2011  
 Kathi  
 9 Jahre

Was ist gesund für mich?

Jeden Tag einen Apfel essen.  
 Nüsse essen.  
 Sport machen.  
 Jeden Tag einen Liter Wasser trinken.  
 Immer zuhören.  
 In den Garten gehen.  
 Gemüse und Obst essen.  
 Im Garten Federball spielen.  
 Rad fahren mit Freunden.  
 Mit meinem Hamster spielen.  
 Etwas im Garten anpflanzen.

. 5 T3E

Was ist gesund für mich?

Frühstück und Gemüse essen.  
 viel mit der Familie unterkommen.  
 Viel Wasser trinken.  
 Sport machen.  
 Statt mit dem Auto zu fahren zu Fuß gehen.  
 Nicht zu viel süßes essen.  
 Am Tag mindestens fünf sieben lesen.  
 Seine Familie laut lassen.  
 Etwas mehr und bester.  
 Kreativ sein.  
 Ein bis zwei Stunden schlafen.  
 Ausruhen und nicht so viel Sport machen.

. 6 T3F  
 Karim 9 Jahre

22



Text T3G

11. April 2011

Was ist gesund für mich?  
Ein Apfel ist gesund für mich.  
Bewegung ist gesund für mich.  
Milch nur viel Süßigkeit essen.  
Eine Banane ist gesund für mich.  
Salat ist gesund für mich.  
Die Natur ist gesund für mich.  
Obst und Gemüse essen ist gesund für mich.  
Wasser trinken ist gesund für mich.

Julian 3.11. 8 Jahre



T3G 23

Text T3H

Was ist gesund für mich



Wenn ich von Tag einen Apfel esse. In die Hände waschen. Sport betreiben.  
Milch trinken  
Obst  
Milch trinken  
Obst  
Milch trinken  
Obst

T3H 24



Text T3J

Was ist gesund für mich & wie?

Wenn ich jeden Tag einen Apfel esse.  
 Wenn ich nicht immer am Computer bin.  
 Wenn ich jeden Tag Gemüse esse.  
 Nicht mail  
 Immer Obst essen.  
 Mehr Sport machen.  
 Wenn ich jeden Tag Bananen esse das ist sehr gesund.  
 Wenn ich jeden Tag Brauere gehe.  
 Wenn ich Fußball spiel.  
 Wenn ich Paprika esse in der frühe  
 Wenn ich mich mal ausruhe.  
 Wenn ich mit meinen Freund spiele.

T3J

Text T3K

Was ist gesund für mich?

Viel Gemüse und Obst essen.  
 Mit der Familie bill unternehmen.  
 Mehr Wasser Trinken.  
 Sehr viel Bewegung machen.  
 Offer mit Freunden spielen.  
 Mehr Apfel und Bananen essen.  
 Mehr Babrika und Gurke essen.  
 Ein bisschen Meer in der Luft <sup>sehr ab</sup> ~~ist~~ <sup>zu</sup> fern machen.



T3K



Text T3N

Was ist gesund?  
Misch?  
Ich koche meine Gemüsesuppe.  
Ich esse gerne Obst + Salat.  
Ich trinke gerne Traubensaft.  
Ich gehe gerne ins Kino.  
Ich bin auf einer Boottour.  
Ich gehe gerne mit meiner Familie in die Küche.  
Ich mache gerne Sport.  
libel  
T3N  
Z8



Anhang  
Text T30

Was ist gesund für mich?  
Ich esse jeden Tag ein Apfel. **Apfel** ist gesund.  
Sport ist gesund.  
Ich gehe jeden Donnerstag Fußball.  
Zucker ist nicht gesund.  
Die Familie ist nett.  
Eine Barone ist gesund.  
Ich gehe jeden Tag Fahrrad fahren.  
Milch ist gesund.  
Schokolade ist ungesund.  
Computer ist ungesund.  
Orangen sind gesund.  
Tischfußball ist sehr gesund.  
Die Oster Eieren sind **gute** Eier.  
Furcht ist gesund.  
Bienen sind gesund.

15 T30

Schwimmen ist sehr gesund.  
Jeder Mensch braucht ganz viel Wasser.  
Kräuter ist ganz gesund.  
Tomaten sind gesund.  
Gurken sind auch gesund.

Text T3P

Was ist gesund für mich? Celine 9 Jahre

Jeder Tag etwas Obst essen.  
 Obstsalate sind gesund.  
 Frische Säfte sind sehr gesund,  
 sehr viel Wasser trinken.  
 Tennis spielen.  
 Garmil trinken.  
 Saft ist gesund.  
 Obst und Gemüse essen.  
 Draußen spielen.  
 Spazieren mit dem Hund.  
 Klatschen ist gesund.  
 Fangen spielen.  
 Eine Melone ist gesund für mich.

1/6 T3P

Text T3Q

Andre 8 Was ist gesund für mich?

Apfel essen. Ich laufe. Obst essen, Bewegung, Sport machen,  
 kein Zucker essen. Ich esse Karotten, Bienenhonig,  
 keine Süßigkeiten essen. Gesund essen. Ich gehe oft in  
 die frische Luft, ich gehe oft Fußball spielen,  
 oft schwimmen gehen, oft schlafwandern gehen,  
 oft Musik hören, Bonbons essen. Kisse essen

1/7 T3Q

Was ist gesund für mich?

Nachfrucht und Obst sind sehr lecker und gesund.

Freunde sind für uns da.

Bewegung ist sehr gesund für uns Menschen.

Gemeinschaft man spürt jeden Tag was gesund zu bleiben.

Dauer und unter Acht sollte man jeden Tag essen um fit zu bleiben.

Die Menschen sind immer in viel mehr Ungleichheit und lassen werden.

Ich esse oft ~~frische~~ frische um mich zu stärken.

Kami: Tim

Alte: neun Jahre

11. April 2011

Was ist gesund für dich?

Ich esse jeden Tag zehn Stunden.

Man sollte viel sport machen.

Kein Fett essen.

Wenig Süßigkeiten essen.

Mehr Apfel, Karotten, und mehr Obst essen.

Viel mehr sport, Bewegung, tanzen, und viel

mehr.

Nachmittag jeden Tag.

Kein Schokolade, Schokolade, Karamell, essen

und kein Zucker, essen.

Darum wird man sehr gesund.

Nimm mehr Bananen, Orange und mehr essen.

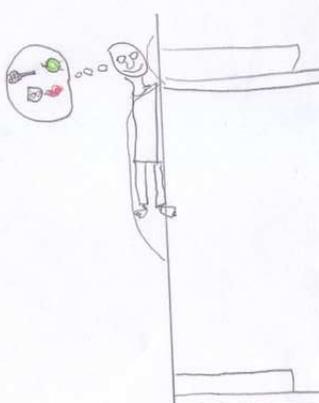
Harvey Acht 8

Text T3T

**Mein Gesundheitsblog**

Es war einmal ein Mittwoch..  
 Als erstes aß ich zum Frühstück ein Müsli mit vielen  
 Weintrauben.  
 Zu Mittag ging ich mit meiner Familie spazieren.  
 Eine Stunde später aßen wir einen Nektar.  
 Am Nachmittag wusch meine Mama mir und meiner  
 Schwester einen Apfel und eine Birne ab.  
 Danach ging ich mit meiner Papa Tennisspielen.  
 Am Abend aß ich ein Butterbrot mit einer Tomate.  
 Gleich darauf ging ich schlafen und fühle mich gesund.

**ENDE**



29 T3T

Text T3U

**Esra 8 Jahre**

**Was ist gesund für mich?**

Nolleyball ist eine Sportart die ich liebe.  
 Ich liebe Nahrungsmittel die auch sehr gesund sind.  
 Ich liebe Bewegung ist sehr gesund.  
 Nüsschen sind schmeckend und gesund.  
 Ich liebe Sport.



28 T3U

Anhang  
Text T3V

11. April 2011  
Was ist gesund für mich?  
Ein Apfel ist gesund für mich.  
Obst und Gemüse essen.  
Ich muss mich viel bewegen.  
Ins Kino gehen mit Freunden.  
Mit Freunden Fußball spielen, Tennis, Handball oder.  
Viel Sport treiben.  
Aber viel laufen haben bei Wasser trinken.  
Gesunde Kostung zu sich nehmen und kein Süßholz  
Sehr sehr viel Bewegung.  
Bananen essen, Obst und Gemüse.  
100 Mg Glukose haben bei allen Leuten, Stunden.  
Süßholz machen und Liegestühle  
Obstsalat essen und Tomaten Salat.  
Süßholz machen.  
T3V 211

Malen und schreiben macht mich  
Glücklich.  
An Bäume kleben.  
Viel Tomaten Training machen und  
Fußball Training.  
Aber viel Ding pong spielen.  
  
Jakob Jahre  
19 Sätze

## Text T3W

Was ist gesund für mich? ☺

Sch esse jeden Tag einen Apfel 

die Zwiebel ist sehr gesund. 

Ich esse gern Kwis, und Birnen. 

Wir gehen jeden Tag Spazieren.

Ich gehe gern mit meinen Freunden ins Kino.

**Ich liebe es Schwimmen zu gehen.**

Kanonen sind sehr gut.  Ich schlafe gern bei meinen Freunden.

Ich lese gern **ist sehr gesund.** 

mit meinen Freunden

Orangen sind so gut und gesund 

T3W  
Sabrina 10 Jahre

2/2

## Text T4A1

Marissa 10 Jahre alt Was ist Gesundheit für mich?

Gesundheit ist toll. Man muss einige Sachen tun um gesund zu sein

Erstens: Viel Gemüse essen. Obst ist auch wichtig.

Sachen mit Alkohol und viel Zucker sind nicht so gut. Nur natürlicher Fruchtzucker ist gesund.

Und Sport ist auch wichtig. Laufen, turnen... Hauptsache Sport.

Nicht zu lange aufbleiben! Schlaf ist gut für die Gesundheit!

Dicke Leute haben vermutlich zu viel gegessen. Nasche nicht zu viel- oder willst du auch so enden?

Hinsehen ist gut, denn dann kommt man an die frische Luft und die ist gesund

Ein Milchprodukt ist gesund, denn in Milch sind viele Vitamine. Wenn du Milch nicht verträgst (wie ich) kannst auch Brot essen.

Ich bin gesund, weil ich viel Obst esse (nicht ganz so viel Gemüse)

T4A1  
Trinken ist gut, am meisten Wasser. Cola, Fanta etc... ist nicht so gesund.

<sup>10</sup> Marisa 10 Jahre alt  
2011  
**Was ist Gesundheit für mich?**  
Ein paar Takte zum Thema Gesundheit:

**Hygiene:** Zähneputzen ist wichtig. Zahnpasta enthält bestimmte Stoffe, die die Karieskrankheitserreger abtöten. **Körperpflege:** Wenn du dich regelmäßig wäschst, wirst du nicht so schnell krank. **Ernährung:** Du kannst auch Zucker essen, ohne dich gleich mit Süßigkeiten voll zu stopfen. Fruchtzucker! Alle Früchte enthalten natürlichen Fruchtzucker, der die Frucht süß und gleichzeitig gesund ist. **Getränke:** Wasser und ungesüßter Tee sind gut und lecker. Cola, Limo und Spritze enthalten viel Zucker. Kaffee und Energydrinks enthalten Koffein. Das führt dazu dass man nicht gut einschlafen kann und müde und schlapp wird. **Drogen:** Drogen sind Sachen die Menschen nehmen weil sie glauben dass sie davon glücklich werden. Aber da ist tödliches Gift drin. In Zigaretten ist Nikotin, dass schlecht für die Leber ist.

**Ergebnis:**  
**!!! GESUNDHEIT IST GESUND!!!**

<sup>10 Jahre</sup>  
**Was ist Gesundheit für mich!**

Ich heiße weil Sport im sein.  
Obst und Gemüse esse ich auch gerne.  
Meinere heide ich am meisten auch in der Schulzeit.  
Ich gehe meistens zwischen 8.00 und 8.15 Uhr schlafen.  
Süßigkeiten sind nicht gut für den Körper.  
Man muss auch Gemüse essen sonst ist man bald müde und will nicht mehr machen.  
Ich rauche auch wenn ich 18 bin.  
Nur im Auto fahren ist nicht sport gesund.  
Man sollte auch aufpassen.  
Ich spiele selbst Fußball und andere Ballspiele im Garten.  
Man sollte auch ein Kind sein Abends zu sich nehmen.  
Das ist meine Gesundheit!

T4B1

Text T4B2

Obst ist sehr wichtig für mich!



8/2 T4B2

Bewegung ist wichtig



Wasser ist besser  
Kein Süßwasser als Zuckerwasser!



Da ist Zucker drin.



10 Jahre alt!

8/2

Text T4C1

Was ist Gesundheit für mich?

Sanna 9

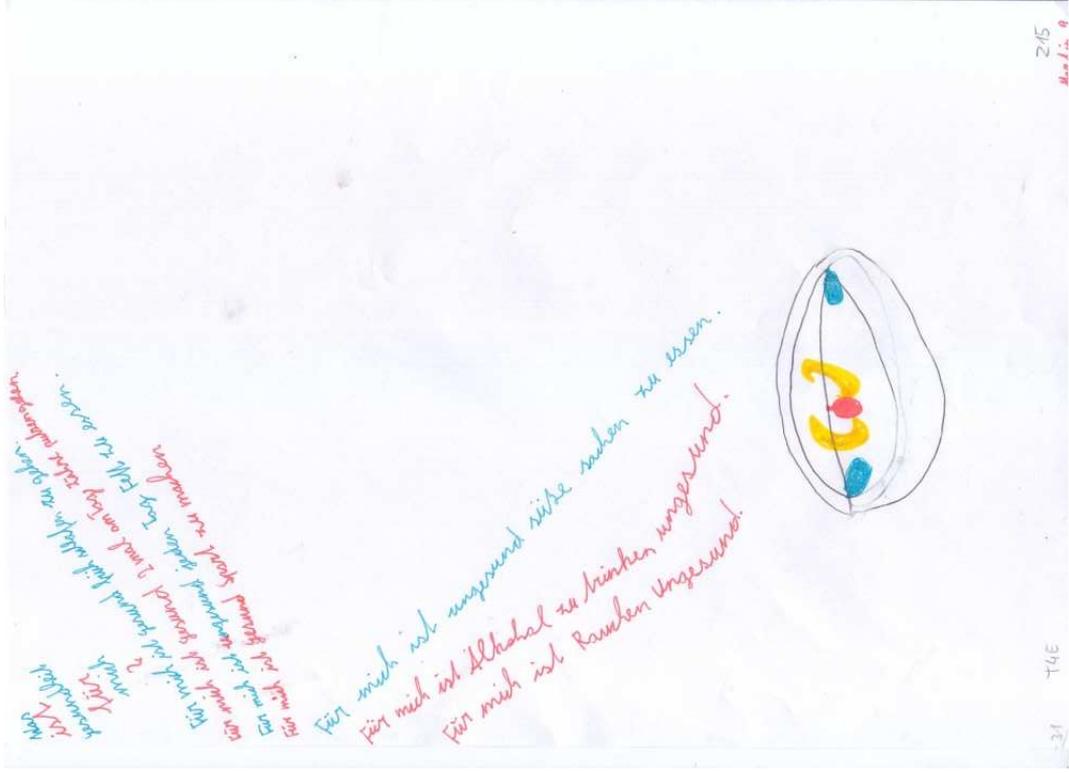
Ich gehe gerne laufen.  
Ich mache oft Sport.  
Tennis spielen ist für mich gesund.  
Jeden Tag viel trinken.  
Ich sollte frisch schlafen gehen, denn das erreicht.  
Ich mache mir immer die Zähne.  
Man sollte nicht zu oft Computer spielen.  
Obst und Gemüse essen.  
Nicht zu oft schlafen.  
Sich gesund zu ernähren.  
Immer frische.  
Nicht so viele zu trinken.  
Frühstücken.  
Ich esse Obst wie: Bananen, Trauben, Äpfel, Erdbeeren und so. Mangel vermeiden.



10/2 T4C1



Text T4E



Text T4F





## Text T4H

Was ist Gesundheit für mich? Tamara 10 Jahre

Ich komme täglich eine ganze Stunde.

Jeden Tag esse ich eine Schüssel Obst.

Einmal in der Woche gehe ich Tennis spielen.

Manchmal gehe ich spät ins Bett.

Ich möchte nie Rauchen.

Wenn ich Zeit habe laufe ich auf dem Trampolin herum.

Red Bull ist für uns Kinder gar nicht gesund.

Wenn es draußen schön ist bin ich draußen länger nimmt meine viele Medikamente.

Nel süßes ist nicht gesund.

Sch finde es schade, dass viele jugendliche Drogen nehmen und Alkohol trinken.

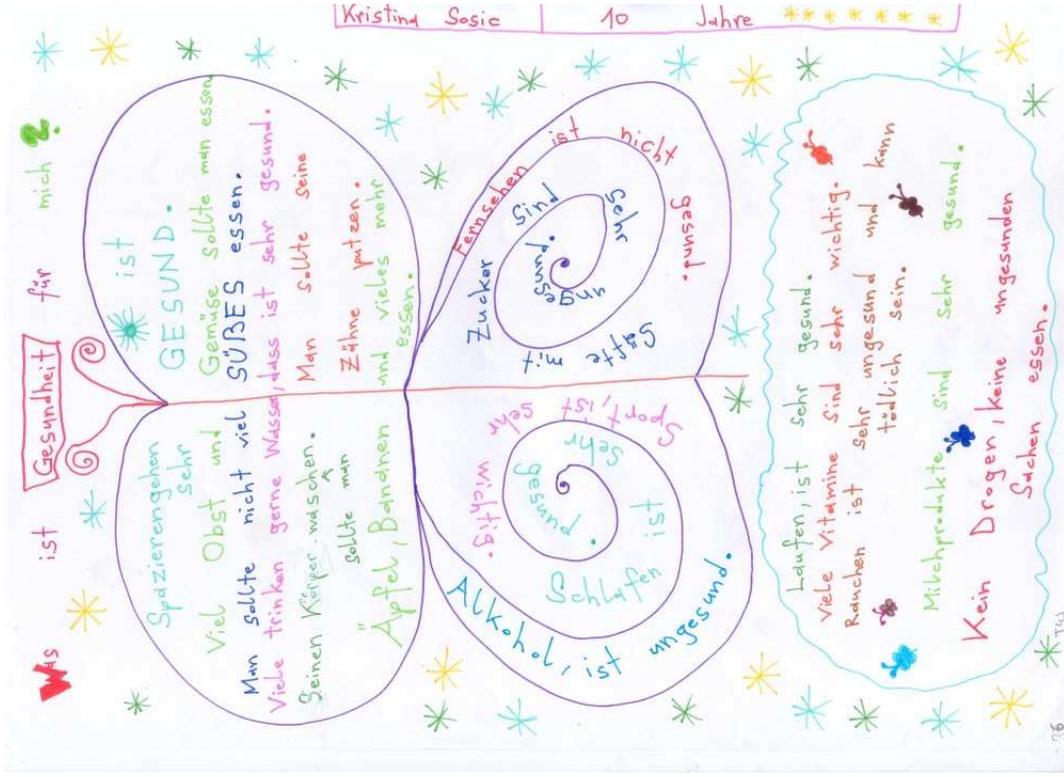
Wir trinken gerne Milch.

24 T4H





Text T4J



Elisabeth Steindl

Text T4K



Nofa  
9 Jahre

### Was ist Gesundheit für mich?

Für mich ist viel schlaf sehr wichtig!  
Ich finde rauchen ist sehr sehr ungesund!  
Ich finde viel fernsehen schlecht!  
Für mich ist Zähneputzen und Körperhygiene wichtig!



38 T4L 220

Madalena 9 Jahre

### Was ist Gesund für mich?

Für mich ist sehr wichtig dass ich mindestens einen Apfel am Tag esse. Natürlich gehört die Familie für mich auch zum gesund sein dazu aber jeht um die Freunde nicht zum vergessen, die schwören für mich auch dazu. Sport ist sehr wichtig für mich, weil ich sonst am Abend wenn ich schlafgehe nie ausgekostet bin. Von Gemüse bin ich nicht so ein Fan. Wasser trinke ich viel und gerne. Käse gehört für mich auch dazu aber Wurst Bratuche ich auch. Ich bin eine Naschkatze dass muss ich zu geben ich schmecke aber darauf dass es nicht zu viel wird. Mit meiner Schwester und meinem Hund gehe ich oft in den Garten und spiele Ball. Vom Fernsehen bin ich kein so ein Freund. Süßes trinken böje nun daube! Essen finde ich nicht. Gesund man sitzt in seinen Zimmer und tut einfach nichts. Eine Halbstunde, dagegen habe ich nichts und so viel lese ich selbst. Rauche werd ich kofeentlich nicht. Dad ich hoffe dass ihr genau so denkt wie ich! 2



39 T4M 221



### **Eidesstattliche Erklärung**

„Ich erkläre, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig verfasst habe und nur die ausgewiesenen Hilfsmittel verwendet habe. Diese Arbeit wurde daher weder an einer anderen Stelle eingereicht (Z. B. für andere Lehrveranstaltungen) noch an andere Personen (Z. B. Arbeiten von anderen Personen aus dem Internet) vorgelegt.“

\_\_\_\_\_  
(Ort und Datum)

Unterschrift: \_\_\_\_\_  
(Elisabeth Steindl)

# LEBENS LAUF

## Persönliche Daten

Elisabeth Steindl, Bakk.  
10.8.1983 in Wien

## Berufliche Tätigkeiten (Auszug)

Jän 11 – jetzt	<b>AHS-Lehrerin, Fach Bewegung und Sport, AHS Heustadelgasse, Wien</b>
Sep 99 – jetzt	<b>Vizesektionsleiterin und Trainerin, Sportunion Korneuburg Sektion Judo, Korneuburg</b>
Apr 10 – Aug 10	<b>Englischlehrerin, Privatkindergarten „Me yeu con“, Hanoi – Vietnam</b>
Feb 10 – Jul 10	<b>Unterrichtspraktikantin im Bereich Deutsch als Fremdsprache, Universität Hanoi &amp; Nationaluniversität, Hanoi – Vietnam</b>
Okt 07 – Jän 10	<b>„Speaker of English“, NÖ Landeskindergärten, Harmannsdorf, &amp; Würrnitz Großrußbach</b>
Okt 01 – Nov 02	<b>Au Pair, EF Österreich, Denver – Colorado, USA</b>

## Ausbildung & Weiterbildung

1997 – 2001	Aufbaugymnasium Hollabrunn, Abschluss: Matura.
2005 – 2007	Ausbildung der Sportakademie Wien, Abschluss: <b>Staatlich-geprüfte Trainerin in Judo</b>
2005 – 2010	Studium der Sportwissenschaft Gesundheitssport, Abschluss: <b>Bakkalaureat in Gesundheitssport</b>
2005 – 2011	Zusatzmodul Deutsch als Fremd-/ Zweitsprache an der Universität Wien, Abschluss: <b>Zertifikat Deutsch als Fremd-/ Zweitsprache</b>
2003 – 2011	Lehramtsstudium Anglistik & Amerikanistik/ Bewegung & Sport an der Universität Wien, Abschluss: <b>Magistra der Naturwissenschaften</b>

## Besondere Kenntnisse

EDV	MS Office und Corel Office
Sprachen	Englisch (C1/C2- Niveau), Grundlagen in Französisch, Spanisch und Latein

Wien, August 2011