pluspunkt

02/23 Sicherheit & Gesundheit in der Schule

UK BB
Unfallkasse Brandenburg

Konzentriert Lernen

Ohne Klassenraum und feste Pause

Schultoiletten

Wir müssen mal …

Hitze und Sonnenschutz

DIE SONNEN-CHECKER SIND LOS!

Lisa Kuhnert,
Referentin im Stabsbereich Kommunikation der DGUV
und Mitglied im Redaktionsbeirat des Magazins
pluspunkt

Sonne satt! Oder lieber nicht?

Bald ist der Sommer da! Nach einem gefühlt endlosen Winter zeigt sich die Sonne wieder und lockt uns alle nach draußen. Doch so schön es auch ist, draußen Fußball zu spielen oder sich am See unter freiem Himmel zu aalen – die Sonne hat auch ihre Tücken. Und der Klimawandel beschert uns immer neue Temperaturrekorde.
Gerade in Schulgebäuden und Klassenräumen klettern die Temperaturen oft in unerträgliche Höhen. Das hat zur Folge, dass sich weder Schülerinnen und Schüler noch Lehrkräfte konzentrieren können. Denn Hitze ist Stress für den Körper. Im schlimmsten Fall kann sie ernste gesundheitliche Folgen haben.
Worauf sollten Lehrkräfte nun achten, um die Gesundheit der Schülerinnen und Schüler und auch ihre eigene im Sommer zu schützen? Wie können sie vorbeugen und den Unterricht an die Temperaturbedingungen anpassen? Die neue pluspunkt-Ausgabe gibt Tipps zu technischen, organisatorischen und persönlichen Maßnahmen, um im Sommer für Sonnenschutz und Abkühlung zu sorgen. Außerdem stellen wir Ihnen das Projekt „Clever in Sonne und Schatten“ vor, das auch den Kleinsten in der Schule spielerisch erklärt, warum Sonnenschutz wichtig ist. Werden auch Sie zum Sonnenchecker!

Lisa Kuhnert

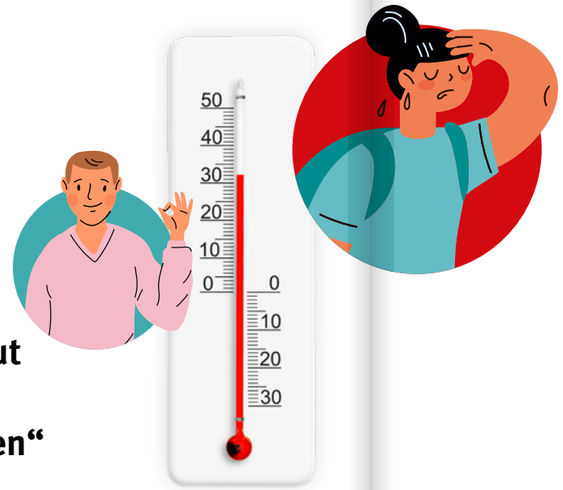
Inhalt

Menschen in der Schule

Exekutive Funktionen fördern 04
Wie ein Lehrer für Sonderpädagogik Schulen bei allen Fragen rund um ihre Sportangebote berät

Meldungen

Kurz & knapp 06



08 „Bei Hitze gut auf sich und andere achten“

Schwerpunkt: Hitze und Sonnenschutz

„Bei Hitze gut auf sich und andere achten“ 08
Wie Schule auch bei hohen Temperaturen funktioniert und alle gesund bleiben

Die Sonnenchecker sind los! 12
Beim Projekt „Clever in Sonne und Schatten“ widmen sich Grundschulkinder spielerisch dem Sonnenschutz

Prävention

Wir müssen mal … 16
… über das Thema Schultoiletten sprechen. Interview mit Thilo Panzerbieter von der German Toilet Organization (GTO)

Zu vielen Beiträgen finden Sie Bonusinhalte auf der neuen pluspunkt-Website: www.pluspunkt.dguv.de oder QR-Code scannen.

18 Ohne Klassenraum und feste Pause

„Je früher, desto besser“ 22

Pädagogik

Ohne Klassenraum und feste Pause 18
Offene Lernebenen, Eigenverantwortung, Flexibilität: zu Besuch in der Berufsbildenden Schule Westerburg

Rechtsfragen

Versichert in Mensa und auf Toilette? 21
FAQs zum Versicherungsschutz in der Schule

Prävention

„Je früher, desto besser“ 22
Wie die Schulpsychologie stark belastete Lehrkräfte und andere Personen im System Schule unterstützt

Daran denken

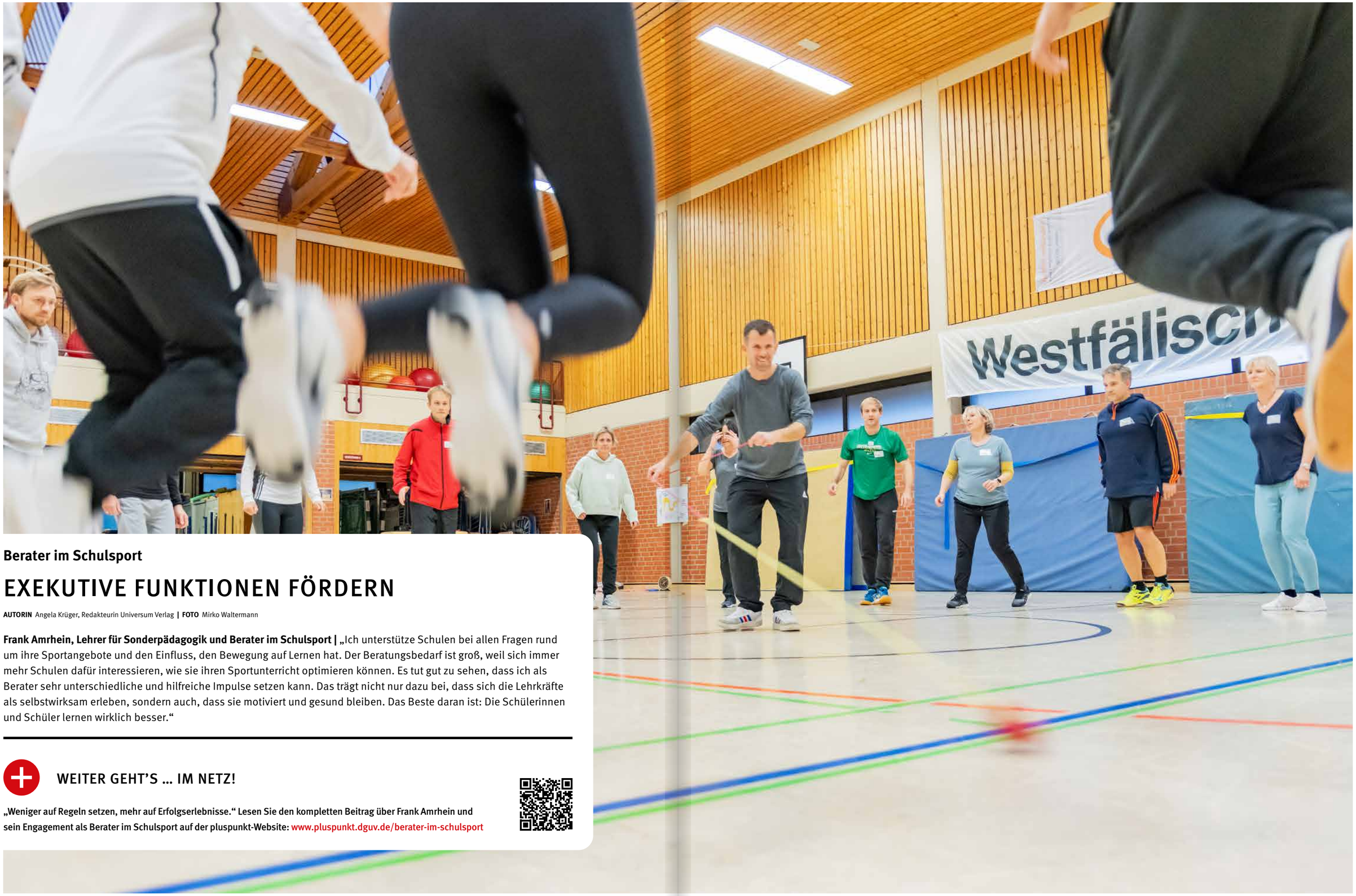
Hilfe gegen Hitze 24
Tipps für Sonnenschutz und Abkühlung, wenn hohe Temperaturen den Schulalltag erschweren

IMPRESSUM

DGUV pluspunkt erscheint vierteljährlich und wird herausgegeben von der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV), Glinkastr. 40, 10117 Berlin, www.dguv.de
Chefredaktion: Lisa Kuhnert, DGUV, Andreas Baader (V.i.S.d.P.), DGUV | **Redaktionsbeirat:** Barbara Busch, Dr. Sandra Gentsch, Ulla Hagemeister, Dr. Daniel Kittel, Natalie Mann, Annette Michler-Hanneken, Markus Schwan, Nil Yurdatap
E-Mail: redaktion.pp@universum.de | **Redaktionsdienstleister:** Universum Verlag GmbH, 65183 Wiesbaden, www.universum.de | **Redaktion (Universum Verlag):** Gabriele Albert, Angela Krüger, Stefan Layh
Grafische Gestaltung: mann + maus KG, 30171 Hannover, www.mannundmaus.de | **Druck:** MedienSchiff Bruno, 22113 Hamburg, www.msbruno.de

Klimaneutral Drucken powered by ClimatePartner°

FSC www.fsc.org MIX Papier aus verantwortungsvollen Quellen FSC® C106855



Berater im Schulsport

EXEKUTIVE FUNKTIONEN FÖRDERN

AUTORIN Angela Krüger, Redakteurin Universum Verlag | **FOTO** Mirko Waltermann

Frank Amrhein, Lehrer für Sonderpädagogik und Berater im Schulsport | „Ich unterstütze Schulen bei allen Fragen rund um ihre Sportangebote und den Einfluss, den Bewegung auf Lernen hat. Der Beratungsbedarf ist groß, weil sich immer mehr Schulen dafür interessieren, wie sie ihren Sportunterricht optimieren können. Es tut gut zu sehen, dass ich als Berater sehr unterschiedliche und hilfreiche Impulse setzen kann. Das trägt nicht nur dazu bei, dass sich die Lehrkräfte als selbstwirksam erleben, sondern auch, dass sie motiviert und gesund bleiben. Das Beste daran ist: Die Schülerinnen und Schüler lernen wirklich besser."

WEITER GEHT'S … IM NETZ!

„Weniger auf Regeln setzen, mehr auf Erfolgserlebnisse." Lesen Sie den kompletten Beitrag über Frank Amrhein und sein Engagement als Berater im Schulsport auf der pluspunkt-Website: www.pluspunkt.dguv.de/berater-im-schulsport

Lernen und Gesundheit
das Schulportal der DGUV

Materialien für Ihren Unterricht an allgemein- und berufsbildenden Schulen. Kostenlos und sofort einsetzbar.

Foto: Dominik Buschardt

Sekundarstufe I

ESSEN FÜRS GEHIRN
Unser Gehirn verbraucht 20 Prozent der gesamten Energie, die wir über die Nahrung zu uns nehmen! Damit es gut arbeiten kann, müssen wir uns richtig ernähren. Ziel dieser Unterrichtsmaterialien im Digitalen Lernraum der DGUV ist es daher, aufzuzeigen, wie Ernährung unseren Körper im positiven wie im negativen Sinne beeinflussen kann – mit vielen digitalen, interaktiven Lernformaten im Blended-Learning-Ansatz oder auch speziell für den Online-Unterricht.

Webcode: lug1003545

Primarstufe

WAS SUMMT DENN DA?
Webcode: lug1003533

Sekundarstufe II

NACHHALTIGKEIT AM BEISPIEL DES SMARTPHONES
Webcode: lug1003552

Berufsbildende Schulen

ONLINE ÜBERZEUGEND PRÄSENTIEREN
Webcode: lug1003547

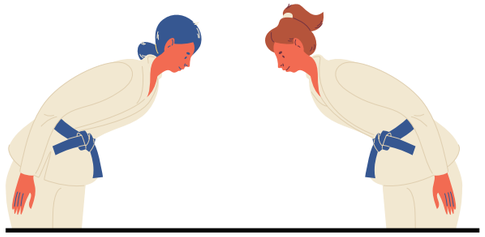
Weitere Themen zum Herunterladen: www.dguv-lug.de

Orientierungshilfe

SELBSTVERTEIDIGUNG IN SCHULEN

Viele Schulen bieten Selbstverteidigungskurse an. Diese können neben den positiven Aspekten jedoch auch erhebliche physische und psychische Gefährdungen für die Teilnehmenden mit sich bringen. Ein Problem: Während inzwischen viele (Gewalt-)Präventionsprogramme für Schulen im Hinblick auf Wirksamkeit und Praxistauglichkeit evaluiert und auch zertifiziert wurden, trifft dies auf Angebote zur Selbstverteidigung kaum oder gar nicht zu. Umso wichtiger ist es, dass ein in der Schule angebotener Kurs grundlegende Kriterien erfüllt, etwa mit Blick auf die konzeptionellen Grundlagen, Inhalte und die Qualifikation der handelnden Personen. Eine Orientierungshilfe bietet die Publikation Fachbereich AKTUELL „Selbstverteidigungsangebote in Schulen“ (FBBE-008). Mehr Infos und Bestellmöglichkeit:

www.dguv.de, Webcode: p022308



Paralympics Zeitung 2024

MEDIENNACHWUCHS GESUCHT

Wer Spaß am Schreiben hat und zwischen 18 und 21 Jahre alt ist, kann sich ab sofort für die Berichterstattung über die Paralympischen Sommerspiele Paris 2024 bewerben. Unter Anleitung einer erfahrenen Redaktion berichten die jungen Reporter und Reporterinnen während der Wettkämpfe live aus Paris, führen Interviews, bloggen und posten täglich Storys für die digitale Serie der Paralympics Zeitung, einem Gemeinschaftsprojekt von Tagesspiegel und der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV). Bewerbungsschluss ist der 18. Juni 2023.

https://short.sg/j/28868269

Projektangebot

KLIMASCHUTZ IM UNTERRICHT

Die Klimakrise betrifft uns alle – deswegen darf Klimaschutz kein Privileg sein. Mit dem Projekt „KlimaChallenges – Lass einfach machen!“ wollen Teach First und BildungsCent e. V. Schülerinnen und Schülern aus schwierigen Verhältnissen die Möglichkeit geben, sich mit dem Klimaschutz zu beschäftigen. Mithilfe eines KlimaToolkits, das neben anschaulichen Materialien auch Anleitungen für konkrete Aktionen enthält, bringen Fellows Klimaschutz an die Schulen. Die KlimaChallenges richten sich an alle Altersstufen und erfordern kein Vorwissen. Die Schülerinnen und Schüler lernen durch die alltagstauglichen Aktionen viele Facetten der Klimakrise kennen. Sie erweitern ihre Kompetenzen und werden darin bestärkt, ihr eigenes Handeln und das ihres Umfelds nachhaltig klimafreundlich zu verändern.

www.klimachallenges.bildungscent.de

Studie

SCHULFACH SELBSTKONTROLLE

Nach dem Schulschluss am Handy spielen oder doch lieber Hausaufgaben machen? Schon in der ersten Klasse können Kinder Strategien lernen, um sich zu disziplinieren – und das wirkt sich positiv auf ihre schulischen Leistungen aus, wie eine Studie der Johannes Gutenberg-Universität Mainz zeigte. In 31 Klassen wurde der Schulunterricht per Zufallswahl entweder um das Selbstkontrolltraining ergänzt – eine Schulstunde pro Woche, fünf Wochen lang – oder wie geplant durchgeführt. Schülerinnen und Schüler, denen man das „neue Schulfach“ zugeteilt hatte, schnitten danach besser in Selbststeuerungsaufgaben ab und konnten flüssiger lesen als die Kontrollgruppe. Diese Effekte waren auch ein Jahr später noch zu beobachten. Nach der Grundschule gingen die Kinder mit einer um 15 Prozentpunkte erhöhten Wahrscheinlichkeit auf das Gymnasium, wenn sie drei Jahre zuvor die Übungen zur Selbstkontrolle absolviert hatten.

https://kurzelinks.de/rlgx

Sichere Schule

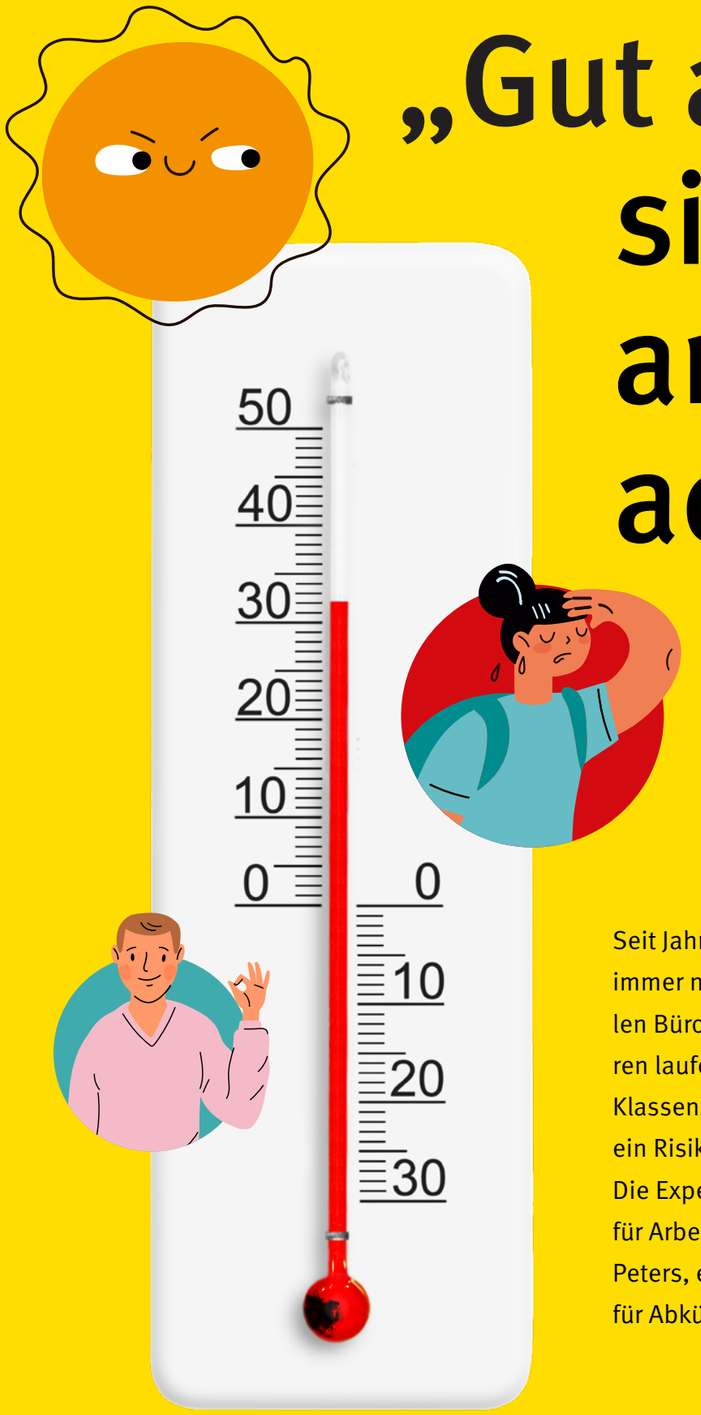
NATURNAHE AUSSENBEREICHE

Im modernen, digital geprägten Schulalltag kommen Naturerfahrungen und Bewegung im Freien oft zu kurz. Für das gesunde Heranwachsen von Kindern und Jugendlichen hat das Naturerleben aber eine elementare Bedeutung. Dieser können Schulen mit naturnahen Außenbereichen gerecht werden. Aber wie lässt sich draußen ein „grünes Klassenzimmer“ gestalten? Was alles können Schülerinnen und Schuler in einem Nutzgarten entdecken? Wie lässt sich das Schulgelände modellieren, um natürliche Spielräume zu schaffen? Orientierung bei der sicheren Gestaltung von naturnahen Außenbereichen an der Schule bietet das Webportal „Sichere Schule“ der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV):

www.sichere-schule.de/naturnahe-aussenbereiche

Schule im Sommer

„Gut auf sich und andere achten“



Seit Jahren bringen die Sommermonate immer neue Hitzerekorde. Während in vielen Büros die Klimaanlagen auf Hochtouren laufen, klettern die Temperaturen in Klassenzimmern immer höher. Damit kann ein Risiko für die Gesundheit einhergehen. Die Expertin für Raumklima des Instituts für Arbeitsschutz der DGUV, Dr. Simone Peters, erklärt im Interview, wie Schulen für Abkühlung sorgen können.

AUTORIN Kathrin Hedtke, freie Journalistin | **FOTO** Institut für Arbeitsschutz der DGUV (IFA) | **ILLUSTRATIONEN** Adobe Stock, mann + maus

- **Hitze ist Stress für Körper und Gesundheit**
- **Mit Blick auf Sonnen- und Hitzeschutz haben Lehrkräfte Aufsichtspflicht**
- **Technische, organisatorische und persönliche Maßnahmen helfen**

Wie beeinflusst Hitze den Schulalltag?
Dr. Simone Peters: In vielen Klassenräumen wird es so warm, dass sich die Schülerinnen und Schüler nicht mehr gut konzentrieren können. Sie werden schneller müde und lernen schlechter. Das gilt übrigens auch für die Lehrkräfte. Wichtig ist, an Sommertagen verstärkt auf die Gesundheit zu achten. Nicht alle vertragen die Hitze gleich gut.

Wie heiß kann es im Klassenzimmer werden?
Das kommt aufs Schulgebäude an: Wie gut ist die Dämmung? Gibt es Jalousien? Scheint die Sonne direkt ins Fenster? Und befindet sich der Klassenraum im Erdgeschoss oder oben unter dem Dach? Geht man von den ungünstigsten Bedingungen aus, kann die Temperatur an heißen Tagen auf über 35 Grad steigen.

Was folgt daraus?
Hitze ist Stress für den Körper und kann der Gesundheit schaden. Die Arbeitsstättenverordnung legt deshalb fürs Arbeitsleben per Gesetz fest, ab welcher Raumtemperatur die Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber welche Schutzmaßnahmen treffen müssen. So darf über 35 Grad Celsius ein Raum ohne weitere technische Maßnahmen nicht benutzt werden. Im Stahlwerk darf deshalb zum Beispiel nur mit Schutzanzügen gearbeitet werden. Und auch in Schulen gilt es, Schutzmaßnahmen zu treffen.

Worauf sollten Lehrkräfte besonders achten?
Die Lehrkräfte haben eine Aufsichtspflicht. Wenn die Sonne durchs Fenster knallt und die Kinder zu wenig getrunken haben, besteht das Risiko einer Überhitzung. Typische Anzeichen dafür sind Müdigkeit und Erschöpfung. Kommt beim Sport noch körperliche Anstrengung dazu, können Muskelkrämpfe auftreten. Es droht ein Hitzekollaps. In der Sonne besteht das Risiko eines Sonnenstichs. Lehrkräfte müssen auf die Anzeichen achten, sonst kann Hitze gravierende Auswirkungen auf die Gesundheit haben.

Wie können Lehrkräfte vorbeugen?
Sie sollten verstärkt Pausen machen, damit die Schülerinnen und Schüler sich erholen können. Und sie sollten darauf achten, dass die Kinder genug trinken. Die Flüssigkeitszufuhr ist enorm wichtig bei hohen Temperaturen. Außerdem sollten Lehrkräfte im Unterricht über die Risiken für die Gesundheit aufklären. Die Schülerinnen und Schüler müssen dafür sensibilisiert werden, bei Hitze gut auf sich und andere zu achten. Dafür müssen sie die Anzeichen kennen.

Welche Tipps helfen hier?
Sinnvoll kann es sein, im Klassenzimmer ein Thermometer aufzuhängen. Für die Wand kann ein Plakat mit einer Ampel gestaltet werden: Bis zu welcher Temperatur ist alles im grünen Bereich? Ab wann wird die Hitze problematisch? Dazu Tipps, welche Maßnahmen dann helfen. Außerdem hat die DGUV ganz niedrigschwellige Lehrmaterialien entwickelt mit Arbeitsblättern, Merkzetteln und Vorlagen für Lehrkräfte, beispielsweise zu Themen wie „Sommer, Sonne, Sonnenschutz“ für Grundschulen oder „Sonnenschutz“ sowie „Arbeiten bei Hitze“

→

WIE SCHADET HITZE DEM KÖRPER?

Die Körpertemperatur des Menschen liegt relativ konstant bei etwa 37 Grad Celsius. Bereits vier bis fünf Grad mehr können lebensbedrohlich sein. Da unser Körper permanent Wärme produziert, muss er seine Temperatur ständig regulieren. Funktioniert der Wärmeausgleich nicht mehr richtig, droht Überhitzung.

Bei extremer Hitze können Menschen bis zu zwei Liter Schweiß pro Stunde produzieren. Wer viel schwitzt, verliert viel Flüssigkeit, Kochsalz und andere wichtige Mineralstoffe. Durch die Erweiterung der Blutgefäße sinkt der Blutdruck. Das Gehirn wird nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt. Alarmzeichen sind Kopfschmerzen und Schwindel. Folge von starkem Salzmangel können Übelkeit, Erbrechen, Reizbarkeit und Muskelkrämpfe sein. Ein Hitzekollaps kündigt sich an durch Blässe mit kaltem Schweiß, Herzrasen und Blutdruckabfall bis zur Ohnmacht. Wer viel schwitzt und wenig trinkt, riskiert Koordinationsstörungen, Schläfrigkeit, Unruhe, Verwirrtheit, Bewusstlosigkeit bis hin zum Koma. Im schlimmsten Fall droht ein Hitzeschlag, der zum Tod führen kann.

für berufsbildende Schulen (siehe Infokasten Seite 11).

Nehmen Schulen das Thema ernst genug?
Der Klimawandel ist in aller Munde, Schülerinnen und Schüler gehen bei „Fridays for Future“ auf die Straße. Auch die Auswirkungen auf die Gesundheit und den Arbeitsschutz rücken immer stärker in den Fokus. Das Thema ist in den Schulen definitiv angekommen. Viele versuchen an Projekttagen kleine Maßnahmen umzusetzen, zum Beispiel einen Schulgarten anlegen oder auf dem Pausenhof ein grünes Klassenzimmer einrichten.

Welche Maßnahmen helfen bei Hitze?
Wichtig ist, die Temperatur in den Klassenzimmern nachts abzukühlen beziehungsweise in den frühen Morgenstunden kräftig zu lüften. Dies erfordert organisatorische Maßnahmen, schließlich muss auch der Einbruchsschutz gewährleistet sein. Mittlerweile gibt es gute Lösungen, die Fenster so zu sichern, dass sie gekippt sind und trotzdem niemand einsteigen kann. Wenn sie über Stunden einen Spaltbreit geöffnet sind, bringt das schon viel Abkühlung. Außerdem kann man natürlich morgens direkt alle Fenster so weit wie möglich aufmachen und stoßlüften.

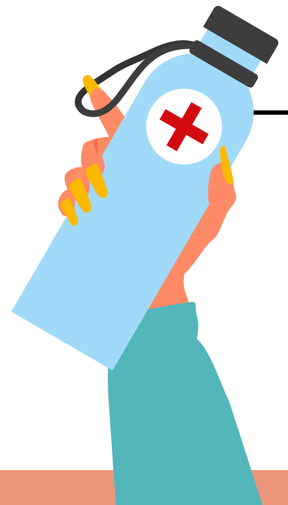
Welche niedrigschwelligen Möglichkeiten haben Schulen noch?
Empfehlenswert ist es, den Unterricht an die Hitze anzupassen. Die Klasse sollte zum Sport rausgehen, solange die Temperaturen noch moderat sind. Auch Klausuren sollten eher morgens geschrieben werden – und nicht in der Mittagszeit. Die Schule kann auch überlegen, Räume zu verlegen, beispielsweise wenn in einem Klassenzimmer die Temperaturen extrem hoch sind. Solche Fragen müssen im ganzen Kollegium besprochen werden. Prinzipiell ist es sicher sinnvoll, wenn eine Person dafür verantwortlich ist und das Thema im Blick hat.

Wie viel Handlungsspielraum haben die Schulen bei Baumaßnahmen?
Kleine Maßnahmen kann die Schulleitung eigenständig umsetzen. Bei größeren Bauprojekten kommen die Schulträger und Kommunen ins Spiel. Sie müssen die Vorhaben bewilligen und die Gelder dafür bereitstellen. Bei einer Sanierung können Schulen auch auf Fördertöpfe von Bund und Ländern zurückgreifen, allerdings sind die bürokratischen Hürden hoch. Die Unfallkassen stehen den Schulen jederzeit für Beratung und Unterstützung zur Seite. Sie klären individuell vor Ort darüber auf, welche Maßnahmen sinnvoll sind – egal, ob im kleinen Rahmen oder als großes Bauprojekt.

Bei Neubauten wird in der Regel schon sehr auf Sonnenschutz geachtet. Aber wie stehen die Chancen, bei alten Gebäuden nachzurüsten?
Es gibt diverse Möglichkeiten, die etwas bringen. In der Regel ist es kein Problem, die Fenster mit Außenjalousien nachzurüsten. Verdunklungsvorhänge sind keine gute Alternative. Sie haben den Nachteil, dass man drinnen das Licht anschalten muss – und dadurch wieder Wärme erzeugt. Als letzten Schritt könnte man überlegen, eine Klimaanlage in die Räume einzubauen. Aber normalerweise reicht eine reguläre Lüftung völlig aus. Bei Bestandsbauten lassen sich normalerweise problemlos nachträglich dezentrale Lüftungsgeräte in einzelnen Räumen aufstellen. Ein gutes Gerät kostet einige Tausend Euro, aber es lohnt sich. Bei einer Sanierung empfiehlt es sich, direkt eine zentrale Lüftungsanlage in die Schule einzubauen.

Was ist bei Hitze auf dem Pausenhof zu beachten?
Die Schulen müssen sicherstellen, dass genug Schatten vorhanden ist. Gibt es nicht genug Bäume, sind Sonnensegel eine gute Lösung. Die müssen allerdings bei Wind gut gesichert sein. Als niedrigschwellige Möglichkeit bietet es sich auch an, im Sommer zeitweise einen oder mehrere Pavillons aufzustellen. Doch generell sind Schulen gut beraten, mit etwas Mut beherzt ihren Pausenhof neu zu gestalten. Beton und Teer heizen sich enorm auf. Ratsam ist deshalb, den Boden an einzelnen Stellen aufzureißen und Grünflächen zu schaffen. Das muss gar nicht großflächig sein. In einzelnen Pflanzinseln einen Baum zu setzen, ist schon sehr wirksam. Auch Hochbeete sind eine gute Idee. Grünpflanzen tragen durchaus zu einem kühleren Klima bei.

Worauf sollten Lehrkräfte achten, wenn der Pausenhof kaum Schatten bietet?
Die Lehrkräfte sollten großen Wert darauf legen, dass die Kinder gut mit Sonnenschutz ausgerüstet sind und eine Kopfbedeckung tragen. Heizt sich der Schulhof in der Mittagshitze zu sehr auf, ist es ratsam, dass die Kinder in der Pause im Gebäude bleiben – ähnlich wie bei Sturm. Dafür muss die Aufsichtspflicht sichergestellt sein.



ERSTE HILFE GEGEN HITZESTRESS

1. Betroffene aus akutem Hitzebereich herausholen
2. Mit erhöhtem Oberkörper lagern
3. Unnötige Kleidung entfernen
4. Kleine Mengen zu trinken geben
5. Kalt-feuchtes Tuch in den Nacken legen
6. Luft zufächeln
7. Im Notfall Rettungsdienst alarmieren

„Wenn die Sonne durchs Fenster knallt und die Kinder zu wenig getrunken haben, besteht das Risiko einer Überhitzung.“

Dr. Simone Peters ist Leiterin des Referats Schutzmaßnahmen am Institut für Arbeitsschutz der DGUV (IFA) und Expertin für Raumklima.

Und wie sieht es in den Turnhallen aus?
Sporthallen haben in der Regel immer Dachfenster, die sich in der Nacht öffnen lassen, sodass sich die Luft abkühlen kann. Während des Sportunterrichts können die Lehrkräfte mehr Pausen als üblich machen und darauf achten, dass genug getrunken wird. Gibt es in der Nähe einen Wald oder Park, kann die Stunde auch ins Freie verlegt werden – aber nur, wenn Aufsicht und Sicherheit gewährleistet sind.

Ist Hitzefrei eine gute Idee?
Diesen Anspruch gibt es pauschal nicht und er wäre auch organisatorisch kaum umzusetzen. In weiterführenden und Ganztagsschulen gibt es Hitzefrei ohnehin nicht. Auch alle anderen Schulen müssen schauen, ob sich der Unterricht verschieben lässt. Einfach Stunden ausfallen lassen ist keine Option. Berufstätige Eltern müssen sich darauf verlassen können, dass ihre Kinder in der Schule betreut werden und lernen können.

MEHR ZUM THEMA UND UNTERRICHTSMATERIALIEN:

Primarstufe

SOMMER, SONNE, SONNENSCHUTZ
www.dguv-lug.de, Webcode: lug1091886

BBS

SONNENSCHUTZ
www.dguv-lug.de, Webcode: lug933726

BBS

ARBEITEN BEI HITZE
www.dguv-lug.de, Webcode: lug1000974

DGUV Information 215-444

SONNENSCHUTZ IM BÜRO
www.dguv.de, Webcode: p215444

Präventionsprojekt

Die Sonnenchecker sind los!

AUTORIN Kathrin Hedtke, freie Journalistin | **FOTOS** Matthias Rietschel
ILLUSTRATIONEN Adobe Stock, mann + maus

- **Spielerisch die Grundlagen für richtigen Sonnenschutz vermitteln**
- **Kostenloser Projektkoffer mit vielen Materialien, Bastel- und Spielideen**
- **Mit kleinen Mitteln für mehr Schatten sorgen**

Ob Experimente, Rapmusik, Knetfiguren oder Schattenspiele: Das Projekt „Clever in Sonne und Schatten“ vermittelt Grundschulkindern, dass Sonnenschutz wichtig ist – und Spaß macht.

Die Kinder notieren täglich den UV-Index, schneiden aus gelbem Papier kleine Sonnen aus, spüren auf dem Pausenhof dem Schatten nach, beobachten Äpfel beim Schrumpeln und, und, und. Dann setzen sich die Schülerinnen und Schüler der Friedrich-Schiller-Grundschule in Radebeul bei Dresden coole Sonnenbrillen und Käppis auf, malen sich einen knallroten Punkt auf die Nase – und führen auf der Bühne ganz lässig den „Sonnenchecker-Rap“ vor. „Wir brauchen was?“, fragt der Refrain wieder und wieder und gibt als Antwort: „Sonnenschutz!“

Über Wochen hinweg vermittelt die Lehrerin Sibylle Richter ihrer Klasse spielerisch, warum man sich gut vor der UV-Strahlung schützen muss. „Die Kinder lernen, warum Sonnenschutz wichtig ist“, berichtet die Lehrerin, „und haben richtig viel Spaß dabei.“ Die Kampagne „Clever in Sonne und Schatten“ der Deutschen Krebshilfe in Kooperation mit dem Nationalen Centrum für Tumorerkrankungen Dresden (NCT/UCC), der Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention e. V. und dem Präventionsprojekt „Die Sonne und Wir“ des Zentrums für Molekulare Medizin Köln (Universität zu Köln) und der Klinik für Dermatologie (Uniklinik Köln) stellt dafür Schulen und anderen Einrichtungen kostenlos Projektpakete voller Materialien zur Verfügung.

KINDERHAUT IST EMPFINDLICHER

Je nach Alter der Kinder gibt es unterschiedliche Angebote. So werden Krippen- und Kitakinder vom Clown Zitzewitz mit roten Locken und bunter Latzhose durchs Thema geführt. In Grundschulen und in Horten sind die Schülerinnen und Schüler der ersten und zweiten Klassen als Sonnenchecker unterwegs. Für die dritten und vierten Klassen gibt es Comics mit Anna und Max in den Hauptrollen. Außerdem unterstreichen spezielle Programme für sportbetonte Schulen und Sportvereine die Bedeutung von UV-Schutz beim Sport. „Uns ist wichtig, das Thema so früh wie möglich zu verankern“, erklärt Projektbetreuerin Nadine Giesemann vom Präventionszentrum des NCT/UCC. Zwar gebe es ein immer größeres Bewusstsein dafür, dass Sonnenstrahlen gefährlich für die empfindliche Kinderhaut seien. Doch vielen Familien sei nicht klar, dass ein Sonnenbrand noch Jahre später zu Hautkrebs führen könne. „Jeder Sonnenbrand wird im Hautgedächtnis gespeichert“, erklärt Nadine Giesemann. „Die Rötung ist nach ein paar Tagen wieder weg, doch die Gefahr bleibt ein Leben lang bestehen.“

SONNE MEIDEN, SCHATTEN SUCHEN

Durch den Klimawandel rücke das Thema stärker in den Fokus. „Doch viele setzen Hitze mit UV-Strahlung gleich“, bemerkt die Sonnenschutzexpertin. Tatsächlich sei die Sonnenstrahlung jedoch weder zu spüren noch zu sehen. „Auch an kühlen, bewölkten Tagen kann der UV-Index hoch sein.“ Deshalb sei es so wichtig, Kinder von klein auf gut aufzuklären. Im Prinzip gilt es nur drei einfache Regeln zu befolgen, damit die Haut keinen Schaden nimmt. Dazu gehört erstens die intensive Sonne zu meiden und Schatten zu suchen, zweitens sich mit langer Kleidung und Hut oder Käppi zu schützen und drittens ausreichend Sonnencreme zu benutzen.

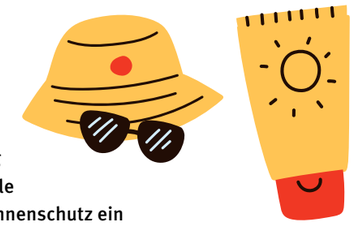
Das Angebot für die Grundschulen und Horte ist eigentlich für zwei Projektwochen konzipiert, doch Lehrerin Sibylle Richter setzt in ihrer Klasse die Module über Wochen hinweg ganz flexibel ein. „Je nachdem, wann es gerade passt.“ Zur Einführung gucken die Kinder einen kurzen Film. Danach sind sie selbst als Sonnenchecker im Einsatz. Beim Wetterdienst informieren sie sich jeden Tag über den aktuellen UV-Index. Ein Plakat zum Aufhängen im Klassenzimmer zeigt auf einer Skala von UV 1 bis UV 11 – von Hellgrün bis Knallrot –, welcher Schutz notwendig ist. Mithilfe einer Checkliste machen die Kinder den Selbsttest: Haben sie ein T-Shirt an? Tragen sie einen Hut? Sind sie mit Sonnenmilch eingecremt?

RECHTZEITIG EINCREMEN

Viel Zeit widmet Sibylle Richter der Frage, wie man sich richtig eincremt. Durch Glück erhielt ihre Schule eine Spende mit einem großen Karton voller Sonnencreme. „Die Kinder machen sich vor der Pause gegenseitig darauf aufmerksam, wo sie noch nicht richtig eincremt sind“, berichtet die Lehrerin. „Das klappt total

→

SEI EIN SONNENCHECKER!



1. **Suche Schatten**
2. **Trage ein Shirt …**
3. **… eine Kopfbedeckung**
4. **… und eine Sonnenbrille**
5. **Creme dich mit viel Sonnenschutz ein**

Anschauliches Apfelexperiment: In der prallen Sonne verliert die Apfelschale Feuchtigkeit, wird braun und schrumpelt – ähnlich wie unsere Haut. Im Schatten sieht es anders aus.

gut.“ Als Grundregel heißt es im Sonnenchecker-Rap in einer Strophe: „Pack da kräftig viel drauf. Das schützt, riecht gut, nimm nicht zu wenig. Denn bist du zu sparsam, schützt es dich eh nicht.“ Und auch Nadine Giesemann vom Projekt „Clever in Sonne und Schatten“ erklärt, dass beim Eincremen oft Fehler gemacht werden. „Meist cremen sich die Leute viel zu spät ein.“ Dabei sollte die Creme schon eine halbe Stunde vorher aufgetragen werden, damit sie gut in die Haut einziehen und ihre Wirkung entfalten kann. Außerdem gilt es, regelmäßig nachzucremen. „Einmal reicht nicht aus“, warnt die Sonnenexpertin. Spätestens nach zwei Stunden braucht es eine Auffrischung und nach jedem Baden oder Duschen. „Es muss nicht die teuerste Creme sein.“ Aber mindestens Lichtschutzfaktor 30 sollte sie haben.

WARUM SCHATTEN SO WICHTIG IST

Mit ihrer Klasse beschäftigt sich Sibylle Richter viel mit der Frage, wie Schatten entsteht und warum er so wichtig ist. Dabei formen die Schülerinnen und Schüler im Klassenzimmer vor einer Lampe ihre Hände zu einem Hund, einem Lama oder einem Fuchs – und beobachten das Schattenspiel an der Wand. Aus bunter Knete basteln sie kleine Figuren, posieren sie vor einem Licht und malen die dunkle Silhouette auf dem Papier nach. Sie suchen auf dem Schulhof nach Schattenplätzen, hüpfen über den Asphalt und schauen, wie sich ihr Schatten je nach Sonnenstand verändert. „Die Kinder sind da total kreativ“, berichtet die Lehrerin. Einige Klassen basteln aus einem Pappteller eine Sonnenuhr, andere bauen ganz kunstvoll ein Modell aus Mosaiksteinen und verewigen sich damit auf dem Schulhof.

Ein kleines Experiment aus der Ideenkiste führt vor Augen, warum Schatten so wichtig ist. Dazu legen die Kinder einen Apfel in die pralle Sonne auf die Fensterbank, ein zweiter Apfel kommt ins Regal. „So lässt sich sehr gut die Veränderung beobachten“, sagt Nadine Giesemann. Die Kinder können hautnah erleben, welchen Einfluss die Sonne hat. Dabei sei die Schale vergleichbar mit der Haut. Nach einiger Zeit schrumpelt der Apfel in der Sonne, verliert Feuchtigkeit und wird braun, während der Apfel im Schatten länger frisch bleibt. Ob die Kinder schicke Hüte basteln, bunte T-Shirts bemalen, aus Stoff kleine Sonnen als Brosche nähen oder Kresse säen: Der Projektkoffer steckt voller Ideen für den Unterricht. Außerdem gibt es viele Infos für die Schulen.

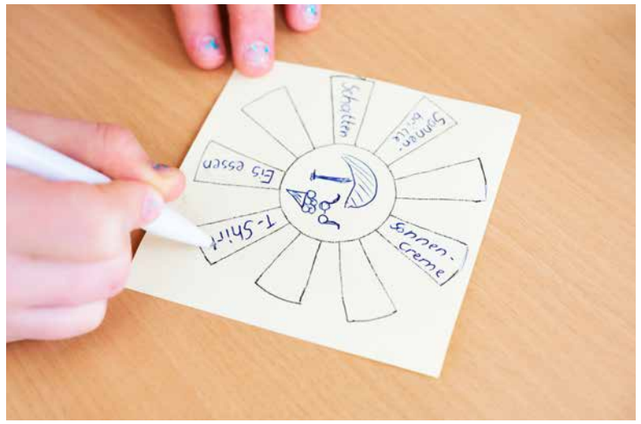
ELTERN MIT INS BOOT HOLEN

Seit dem Projektstart 2020 wurden bereits 2.400 Projektpakete an Schulen verschickt, die Nachfrage steigt stark. Mit Ausnahme der beiden Äpfel ist im Paket alles drin, inklusive fertigem Elternbrief und Fahrplan für einen Elternabend. „Wichtig ist, die Eltern mit ins Boot zu holen, damit das Angebot nachhaltig ist“, erklärt Nadine Giesemann. Deshalb gibt es jetzt neu auch einen Sonnenschutz-Koffer für Familien mit Bastel-, Spiel- und Experimentierideen. Schließlich sollten Erwachsene beim Sonnenschutz mit gutem Beispiel vorangehen – das gilt für Eltern genauso wie für Lehrkräfte.

ALLE MACHEN MIT

In der Friedrich-Schiller-Grundschule in Radebeul macht das gesamte Kollegium beim Sonnenschutzprogramm mit. „Als ich das Projekt auf einer Schulkonferenz vorgestellt habe, fanden es alle toll“, berichtet die Lehrerin. „Jeder greift sich individuell Module raus.“ Für ihr Engagement wurde die Grundschule deshalb offiziell als „Clever in Sonne und Schatten“-Schule ausgezeichnet. Zudem gewann die Schule bei einer Verlosung des NCT/UCC in Kooperation mit der Unfallkasse Sachsen einen Zuschuss von 300 Euro. Damit wollten sie auf ihrem Schulhof für mehr Schatten sorgen, so Sibylle Richter. Die Wunschlösung ist ein Sonnensegel, das von der Stadt genehmigt und dann sicher an der Außenwand der Schule angebracht werden muss. Bis es so weit ist, behilft sich die Schule mit einem halbrunden Partyzelt, das auf dem Pausenhof schnell aufgebaut ist.

„Durch das Projekt haben wir noch einmal intensiv über die Pausenhofgestaltung nachgedacht“, sagt die Lehrerin. Für sie steht fest, dass sie das Thema auch mit ihrer nächsten Klasse wieder angeht. „Und wir bleiben bis zur vierten Klasse dran“, verspricht Sibylle Richter. „Es gibt so viele tolle Ideen für jedes Alter.“ Für die nächste Generation an Sonnencheckern heißt es: Sonnenbrille auf, Hut auf, Musik an. „Wir brauchen was? Sonnenschutz!“



To-dos für den Sommer, Eis essen nicht vergessen: Das Projekt „Clever in Sonne und Schatten“ lehrt UV-Schutz spielerisch.

Schatten bietet Sonnenschutz – aber wie entsteht er? Um das herauszufinden, setzen die Kinder Knetfiguren vor eine Lichtquelle und malen die dunklen Silhouetten nach.

CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN

Warum? Immer mehr Menschen erkranken jährlich neu an Hautkrebs. Das Risiko lässt sich jedoch senken, indem man sich richtig vor den UV-Strahlen der Sonne schützt.

Wie? Sonnenschutz geht uns alle an und ist ganz einfach: Mittagssonne meiden, im Schatten spielen, T-Shirts, Sonnenbedeckung und -brille tragen und reichlich Sonnencreme auf alle unbedeckten Hautstellen auftragen.

Was können wir als Schule tun? Wir nehmen Sonnenschutz in unser Schulprogramm und den Unterricht auf, setzen uns für Schattenplätze im Außengelände ein und informieren auch die Eltern über das Thema und geeignete Maßnahmen.

Warum ist Sonnenschutz in der Kindheit so wichtig? Kinderhaut ist viel schutzbedürftiger als die von Erwachsenen. Die sogenannten Stammzellen, aus denen sich neue Hautzellen bilden, sind für ultraviolette Strahlung empfindlich. Bei Kindern bis zum zwölften Lebensjahr liegen sie sehr viel dichter unter der Hautoberfläche, wodurch sie den UV-Strahlen stärker ausgesetzt sind. Scheint die Sonne zu intensiv oder zu lange auf die Haut, entsteht Sonnenbrand. Die Haut wird dadurch erheblich geschädigt und Jahre später kann Hautkrebs die Folge sein. Auch die Augen sollten vor lang anhaltender und intensiver UV-Strahlung geschützt werden, um Schädigungen wie „grauem Star“ vorzubeugen.

Mehr Infos: www.cleverinsonne.de

Gesunder Schulalltag

Wir müssen mal …

… über das Thema Schultoiletten sprechen. Denn die sind oft in einem solch schlechten Zustand, dass Schülerinnen und Schüler das stille Örtchen meiden. Welche Konsequenzen das hat und wie man auch ohne große finanzielle Mittel klare Verbesserungen erreichen kann, verrät Thilo Panzerbieter, Geschäftsführer der German Toilet Organization (GTO).

TEXT Susanne Layh, freie Journalistin | **FOTOS** GTO | **COLLAGE** Adobe Stock, mann + maus

- **Viele Schultoiletten befinden sich in schlechtem Zustand**
- **Auch mit kleinen Mitteln sind große Verbesserungen möglich**
- **Gemeinsame Begehungen und Aufklärung im Unterricht helfen**

Mit Schulnoten lässt sich fast alles bewerten – auch der Zustand von Schultoiletten. In Berlin stellten etwa 800 befragte Neuntklässlerinnen und Neuntklässler den WCs ihrer Schulen ein katastrophales Zeugnis aus: Mehr als die Hälfte der bewerteten stillen Örtchen holte sich eine Fünf oder Sechs ab. Die größten Kritikpunkte: „Total eklig“, „Die Spülung funktioniert nicht“, „Kein Klopapier, keine Seife“, „Die Türschlösser sind kaputt“ oder „Gruselig“. Deswegen zögern viele den Toilettengang so weit wie möglich hinaus, indem sie nichts trinken, oder halten ein, bis sie wieder zu Hause sind. In der Folge können sie sich im Unterricht schlechter konzentrieren, die Leistungen und das allgemeine Wohlbefinden leiden – außerdem drohen gesundheitliche Konsequenzen wie etwa eine Blasenentzündung.

STILLE ÖRTCHEN MIT HANDLUNGSBEDARF

Obwohl die Berliner Umfrage bei Redaktionsschluss dieser pluspunkt-Ausgabe noch nicht komplett ausgewertet war, zeigen die vorläufigen Ergebnisse: Es besteht erheblicher Handlungsbedarf. Und zwar nicht nur in der Hauptstadt, sondern bundesweit. Dies bestätigt Thilo Panzerbieter, Mitgründer und Geschäftsführer der German Toilet Organization (GTO), die die Studie „Toiletten machen Schule“ gemeinsam mit dem Institut für Hygiene und Öffentliche Gesundheit/ Public Health (IHPH) der Universität Bonn aktuell durchführt. „Wir vermuten, dass es im übrigen Bundesgebiet kaum besser aussieht als in Berlin“, so Panzerbieter. Die Studie soll auf ganz Deutschland ausgeweitet werden.
Jede Erhebung beginnt mit der Frage, ob es genügend Sanitärräume gibt. Panzerbieter verweist hier auf das Online-Portal „Sichere Schule“ der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV). Hier sind neben der Mindestzahl der WC-Anlagen in Abhängigkeit von der Schulgröße auch Richtlinien zu Ausstattung, Raumtemperatur und Hygiene gelistet.
Der nächste entscheidende Punkt: Sauberkeit und die ausreichende Bereitstellung von Toilettenpapier, Seife und Einmalhandtüchern. Denn ein Mangel an diesen Bedarfsgütern kann dazu führen, dass sich Krankheitserreger leichter verbreiten. Gerade in Sachen Hygiene gehen laut Erfahrung der GTO jedoch die Antworten auf die „Schuldfrage“ stark auseinander. „Die Schülerinnen und Schüler beschweren sich, dass die WC-Räume zu selten geputzt werden, die Schulleitungen wiederum klagen über Urinspritzer an Wänden und Böden, Vandalismus oder verstopfte Toiletten“, sagt Panzerbieter. Seiner Ansicht nach liegt die Wahrheit irgendwo in der Mitte.

GEMEINSAME BEGEHUNGEN

„Manchmal ist die unsachgemäße Benutzung keine böse Absicht“, sagt Thilo Panzerbieter. „Wenn es keine Klobürste gibt oder die Spülung defekt ist, kann ich die WC-Schüssel auch nicht reinigen. Wenn in den Kabinen der Mädchentoiletten keine Mülleimer vorhanden sind, landen Hygieneartikel in der Toilette.“ Seine Empfehlung: Erst mal nicht von einer „Mir doch egal“-Haltung oder gar Vandalismus ausgehen, sondern herausfinden, woran es hapert – am besten mithilfe einer gemeinsamen Begehung der Räumlichkeiten mit Schülerinnen und Schülern, Schulleitung, Lehrkräften, Hausmeister oder -meisterin, Reinigungspersonal sowie idealerweise dem Schulträger. Bei einem solchen Termin könne auch festgestellt werden, ob die Diskretion in den WC-Räumen gewährleistet sei. In Zeiten, wo jede und jeder ein Video mit dem Smartphone machen könne, seien korrekt schließende Türen und ausreichend hohe Abtrennungen zwischen den WCs ein Muss.

KLEINE MASSNAHMEN, GROSSE WIRKUNG

Oft können einfache Tricks die Situation im Schulklo deutlich verbessern, so Panzerbieter: „Bullaugen in den Eingangstüren zu den Sanitärräumen in Verbindung mit einer guten Beleuchtung ermöglichen ein gewisses Maß an Kontrolle von außen. Große, abschließbare Behälter für Toilettenpapier oder Einzelblattspender verhindern, dass Rollen im WC landen. Wenn Mülleimer und Klobürstenhalter an der Wand fixiert sind, fliegen sie nicht durch die Gegend.“ Und – vielleicht sogar das Wichtigste: „Je gepflegter eine Anlage ist und je mehr die Schülerinnen und Schüler an deren Gestaltung mitwirken können, desto wertschätzender gehen sie damit um.“

Die Website der German Toilet Organization bietet im Bereich „Schule“ nützliche Tipps zum Thema:
www.germantoilet.org

Infos zur Ausgestaltung und Barrierefreiheit von Schultoiletten gibt das DGUV-Webportal „Sichere Schule“:
www.sichere-schule.de/schultoiletten

MEHR ZUM THEMA? IM NETZ!

Ist eine Nutzungsgebühr für Schultoiletten die Lösung? Das und noch viel mehr verrät GTO-Geschäftsführer Thilo Panzerbieter im Interview:
www.pluspunkt.dguv.de/schultoilette

Thilo Panzerbieter ist Geschäftsführer der German Toilet Organization (GTO) e. V., die sich weltweit für eine Verbesserung der Sanitärversorgung zum Schutz von Umwelt, Gesundheit und Menschenwürde einsetzt.

- Berufsbildende Schule arbeitet mit offenen Lernebenen
- Schülerinnen und Schüler lernen sehr eigenverantwortlich
- Lob, Anerkennung und praxisnahe Projekte halten die Motivation hoch

Konzentriert lernen in Teams

Ohne Klassenraum und feste Pause

In der Berufsbildenden Schule Westerburg lernen die Schülerinnen und Schüler eines Berufszweigs gemeinsam in offenen Lernebenen. Nicht der Gong gibt vor, wann Zeit für eine Pause ist, sondern der individuelle Lernrhythmus. Ein klarer Vorteil dieses Konzepts: Die jungen Leute arbeiten konzentrierter, sind weniger abgelenkt und bringen sich in den Lernteams ein.

ZUR SCHULE

In der Berufsbildende Schule (BBS) Westerburg unterrichten 150 Lehrkräfte knapp 2.500 Schülerinnen und Schüler in zahlreichen Berufszweigen: vom Hauswirtschaftsbereich, der Erzieherausbildung und Altenpflege über den gewerblich-technischen Bereich bis hin zu kaufmännischen Berufen und dem beruflichen Gymnasium:
www.bbs-westerburg.de

AUTORIN Angela Krüger, Redakteurin Universum Verlag | **FOTOS** Dominik Buschardt

Ob am Stehtisch, auf der Couch oder in einem der abgetrennten Bereiche mit Glasfront: Im kaufmännischen Bereich gibt es verschiedene Möglichkeiten, zusammen zu lernen.

Ein riesiges offenes Klassenzimmer, die einzelnen Lerngruppen sind nur durch Glaswände voneinander getrennt: In der Lernebene der Metallberufe im ersten Stock der BBS Westerburg sitzen 60 Schülerinnen und Schüler in Kleingruppen. Dirk Kröller, Berufsschullehrer für Metalltechnik und Teamsprecher, schaut mit zehn von ihnen ein Video und widmet sich der Auftragsanalyse. „Um die Konzentration hochzuhalten, variieren wir mit den Lernmethoden. Ein Video zwischendurch kann da hilfreich sein."

Diese Flexibilität der gemeinsamen Arbeit wird durch die offenen Lernebenen erreicht, die von Lehrerteams – bestehend aus vier bis sechs Lehrkräften – geführt werden. Die insgesamt knapp 2.500 Schülerinnen und Schüler der BBS haben dadurch mehr Möglichkeiten, Einfluss auf den Lernprozess zu nehmen. Sie arbeiten eigenverantwortlicher – quasi nebenbei wird das konzentrierte Lernen gefördert. Zudem wird die Pause nicht vorgegeben. Stattdessen können die Schülerinnen und Schüler selbst entscheiden, wann es Zeit für eine Unterbrechung ist. Das ist spätestens dann der Fall, wenn sie sich nicht mehr konzentrieren können. „Wir übergeben die Verantwortung für den Lernprozess den Lernenden", sagt Schulleiter Michael Niess. In der BBS Westerburg wird daher nicht von Unterricht gesprochen, sondern von gemeinsamem Lernen. „Lernen ist individuell und funktioniert bei jedem Einzelnen anders. Wir unterbreiten Angebote, an die jeder andocken kann." Die Lehrerteams können individueller auf kleine Gruppen eingehen, weil sich die fünf Lehrkräfte im Team so einteilen können, wie es gerade sinnvoll erscheint. So ist es Berufsschullehrer Kröller möglich, das Video mit seiner Gruppe zu schauen und anschließend zu besprechen, während andere Schülerinnen und Schüler gerade am Notebook arbeiten.

REGELN GEMEINSAM FESTLEGEN

Auch in anderen Berufsgruppen funktioniert das im Schulalltag gut. Jonas Smelszus, Auszubildender zum Kaufmann für Büromanagement im dritten Lehrjahr, sagt: „Ich finde die offenen Lernebenen sehr angenehm. Wir können in Ruhe arbeiten und zwischen den Räumen wechseln." Gerade sitzt er mit seinem Mitschüler Simon auf einer Couch, während sie Arbeitsaufträge auf ihrem Notebook bearbeiten. Dass um sie herum 70 weitere Schüler und Schülerinnen aus dem kaufmännischen Bereich sitzen, hört man kaum. Durch die offenen Lernebenen üben die Jugendlichen Rücksichtnahme und übernehmen Verantwortung für sich und andere. „Gestern haben wir eine Klassenarbeit geschrieben. Der Geräuschpegel war dann doch zu hoch, aber nachdem unsere Lehrerin den anderen Bescheid gesagt hat, war es kein Problem mehr", sagt Maximilian Filz, ebenfalls angehender Kaufmann für Büromanagement. „Ich finde es gut, dass wir vieles selbst erarbeiten. Bei Problemen können wir immer nachfragen."

Auch dass sie gemeinsam die Regeln festlegen, trägt zur angenehmen Arbeitsatmosphäre bei, in der konzentriert gearbeitet werden kann und Störungen anscheinend keine Chance haben. „Wir dürfen zum Beispiel essen und trinken, während wir lernen", sagt Maximilian. Ein Handyverbot gibt es ebenfalls nicht. „Sobald wir die Handynutzung im Unterricht freigegeben hatten, war es weniger Thema als vorher", findet Schulleiter Niess. „Zwischendurch wird mal auf eine Whatsapp geantwortet, danach weitergearbeitet." Überhaupt ließen sich die Schülerinnen und Schüler nicht durch die Reize in den offenen Lernebenen ablenken. „Wir haben die Erfahrung gemacht, dass die offenen Bereiche sich sogar positiv auf die Konzentration auswirken."

→

UNTERRICHTSINHALTE SIND FLEXIBEL

Dennoch ist das offene Lernkonzept für alle erst einmal eine Umstellung. So ging es auch Sigrid Baumann, Berufsschullehrerin im kaufmännischen Bereich. „Ich habe meine Ausbildung in einer anderen Umgebung gemacht und musste mich umgewöhnen“, erzählt sie. Jetzt liegen auch für sie die Vorteile auf der Hand: „Wir sind ja meist mit fünf Lehrkräften in der Ebene. Wenn gerade Englisch besser passt als Mathe, dann sind wir flexibel genug, das umzusetzen.“ Außerdem ist der Austausch im Kollegium viel einfacher. Durch die offenen Bereiche sehen sich die Lehrkräfte ständig. „Wir können uns an einem der Stehtische in der Mitte treffen, uns kurz besprechen und wir haben trotzdem einen Blick auf die Schüler und Schülerinnen.“

Doch was passiert, wenn ein Schüler oder eine Schülerin mit dem selbstorganisierten Lernen nicht zurechtkommt? „Es gibt auch bei uns Lerngruppen, die enger begleitet werden müssen. Da sind die Lernenden einfach noch nicht so weit, um mit ihrer Eigenverantwortung gut umgehen zu können – beispielsweise in den ersten Wochen des Schuljahres im Berufsvorbereitungsjahr“, sagt Schulleiter Niess. „Wenn die Lehrkraft hier merkt, es wird unruhig, die Konzentration geht verloren, dann wird mit den Methoden, Fächern oder Lernfeldern variiert.“ Sollte die Luft ganz raus sein, wird eine Pause gemacht. Konzentration sei aber auch tagesformabhängig. „Wenn es an einem Tag gar nicht geht, können beispielsweise auch private Probleme dahinterstecken. Da muss man dann auch mal genauer hinschauen.“

SCHÜLERPROJEKTE FEIERN

Um die Motivation beim Lernen hochzuhalten, helfe oft Lob und Anerkennung. „Die Lehrerteams feiern mit den Schülerinnen und Schülern auch kleine Erfolge“, so Niess. Hierbei werden durchaus auch mal Preise an die Jugendlichen vergeben. Außerdem arbeiten die Berufsvorbereitungsklassen in den Werkstätten an echten Projekten. „Wir produzieren nichts für die Mülltonne – das motiviert natürlich.“ Dann plant die Berufsschulklasse das Projekt und die Schülerinnen und Schüler des Berufsvorbereitungsjahrs setzen es in den Werkstätten um. Das Schulgebäude steht beispielsweise voll mit Schränken, die in diesem Zusammenhang angefertigt wurden. „Das sind alles Schülerprojekte und beim Tag der offenen Tür sind die jungen Leute natürlich stolz, das ihren Eltern zu zeigen“, so Schulleiter Niess.

Natürlich geht es auch bei der BBS Westerburg nicht ganz ohne lehrerzentrierte und frontale Phasen. Um die Konzentration jedoch zu fördern, werden die Inputphasen insgesamt kurz gehalten und an die Bedürfnisse der Gruppe angepasst. Im Anschluss bekommt die Lerngruppe wieder Arbeitsaufträge, bei denen sie ihr Tempo selbst bestimmen kann. „Die meisten Schüler und Schülerinnen entdecken nach kurzer Zeit die Vorteile des selbstorganisierten Lernens“, sagt Niess. Für den Großteil von ihnen sei es angenehmer und stressfreier.

OFFENE LERNEBENE 2.0

Nach 15 Jahren denkt Michael Niess über mögliche Verbesserungen nach: „Die Frage ist: Wie könnte die offene Lernebene 2.0 aussehen?“ Rückzugsräume und schallisolierte Kabinen sind angedacht, beispielsweise um Musik zu hören. Außerdem soll es Sport- und Bewegungsangebote geben, Basketballkörbe zum Auspowern, Aktivierungspfade und Entspannungspfade.

Mit diesen neuen Angeboten hofft er, das bestehende Konzept zu verfeinern, um die Kompetenzen der Absolventen und Absolventinnen weiter zu verbessern. „Uns geht es um die Kompetenzen, die nicht in der Prüfung gemessen werden“, erklärt der Schulleiter. Problemlösungskompetenz, Teamfähigkeit, Kreativität, Präsentieren von erarbeiteten Inhalten, der Umgang mit modernen Medien und strukturiertes Arbeiten – in all diesen Bereichen schneiden die Schülerinnen und Schüler der BBS Westerburg sehr gut ab. Die Betriebe loben vor allem die hohe Eigenverantwortung der Absolventen und Absolventinnen – und die Fähigkeit, konzentriert und strukturiert arbeiten zu können.

Michael Niess,
Schulleiter der BBS Westerburg

„WIR SCHAUEN AUF DIE RAHMENBEDINGUNGEN FÜRS LERNEN“

In einem Video-Interview spricht Schulleiter Michael Niess über selbstbestimmtes Lernen in der BBS Westerburg:
www.pluspunkt.dguv.de/selbstbestimmtes_lernen

Tipps für konzentriertes Lernen in anderen Schulformen und Altersklassen finden Sie ebenfalls online:
www.pluspunkt.dguv.de/konzentriert_lernen

Schülerunfallversicherung

Versichert in Mensa und auf Toilette?

In Bezug auf den gesetzlichen Unfallversicherungsschutz ist es durchaus ein Unterschied, ob sich eine Schülerin oder ein Schüler beim Biss in das mitgebrachte Pausenbrot oder beim Essen in der Mensa, Kantine oder Cafeteria verletzt. Auch beim Toilettengang gibt es Besonderheiten. Welche, erklärt Achim Heissel von der Kommunalen Unfallversicherung Bayern.

FRAGEN Gabriele Albert, Redakteurin Universum Verlag | **COLLAGE** Adobe Stock, mann + maus

1 Sind Schülerinnen und Schüler gesetzlich unfallversichert, wenn sie in einer Schulmensa oder -kantine essen und trinken?
Ja. Eigentlich ist es Privatsache, wenn die Schülerinnen und Schüler in der Schule etwas essen oder trinken. Diesen in der juristischen Fachsprache korrekt zu bezeichnenden „eigenwirtschaftlichen Lebensbereich“ deckt die gesetzliche Unfallversicherung nicht ab.
Anders sieht es dagegen aus, wenn die Nahrungsaufnahme in einer von der Schule (mit-)organisierten Gemeinschaftsverpflegung geschieht. Dann handelt es sich um eine Schulveranstaltung, da die Schule hier auch einen Erziehungsauftrag bezüglich des Tischverhaltens der Kinder und Jugendlichen wahrnimmt. Zur Begründung des Unfallversicherungsschutzes reicht die Tatsache aus, dass die Schule das Mittagessen anbietet. Ob die Schülerinnen und Schüler zur Teilnahme verpflichtet sind, ist unerheblich.
Sie sind übrigens auch dann gesetzlich unfallversichert, wenn sie in der Mensa stolpern oder ausrutschen. Auch Unfälle, die unmittelbar mit dem Essen und Trinken zusammenhängen (etwa Verschlucken, Biss auf die Zunge), sind dann versicherte Schulunfälle.

2 Welche Regeln gelten für die Wege vom Unterrichtsraum zum Schulkiosk oder der -kantine, welche für den Toilettengang?
Auf diesen Wegen sind die Schülerinnen und Schüler selbstverständlich gesetzlich unfallversichert. Auf dem Weg zur Toilette endet der Schutz allerdings eigentlich an der Außentür des Toilettenbereichs. Denn auch die Verrichtung der Notdurft gehört laut Bundessozialgericht zum privaten Lebensbereich. Versicherte Ausnahmen gibt es aber, und zwar dann, wenn im Toilettenbereich ein Unfall aufgrund besonderer Gefahren passiert, die im Verantwortungsbereich der Schule liegen. Ist der Unfall also beispielsweise auf die Baufälligkeit der Toilettenräume, alterstypische gruppendynamische Verhaltensweisen von Mitschülerinnen und Mitschülern oder auf besondere Eile wegen eines Feueralarms zurückzuführen, liegt Versicherungsschutz vor.

3 Was gilt, wenn die Schülerinnen und Schüler das Schulgelände verlassen, um sich im nahe gelegenen Supermarkt etwas zu kaufen?
Wenn sie das Schulgelände zum Einkauf von Lebensmitteln verlassen, sind sie auf dem unmittelbaren Weg zwischen Schulgelände und Bäcker, Supermarkt, Kiosk oder Ähnlichem gesetzlich unfallversichert. Voraussetzung ist, dass sie Lebensmittel kaufen, die sie danach in der Pause essen oder trinken. Dient der Weg primär anderen Zwecken, zum Beispiel einem Einkaufsbummel, besteht kein gesetzlicher Unfallversicherungsschutz.

Schulpsychologie

„Je früher, desto besser“

INTERVIEW Gabriele Albert, Redakteurin Universum Verlag | **FOTO** privat | **COLLAGE** Adobe Stock, mann + maus

Nicht erst seit der Coronapandemie fühlen sich Lehrkräfte und andere schulische Akteurinnen und Akteure stark gefordert, ja manchmal überfordert. Was viele nicht wissen: Sie können sich jederzeit Hilfe bei der Schulpsychologie holen. Wie das funktioniert, erläutert Psychologiedirektorin Marion Müller-Staske vom Staatlichen Schulamt in Hanau.

- **Alle Beschäftigten im Umfeld Schule können sich beraten lassen**
- **Die Beratungen sind freiwillig, kostenfrei und unterliegen der Schweigepflicht**
- **Im Vordergrund steht die Aktivierung eigener Problemlösungskompetenzen**

Frau Müller-Staske, wer kann sich bei Beratungsbedarf an die Schulpsychologie wenden?
Grundsätzlich alle Menschen, die im System Schule arbeiten. Viele Lehrkräfte glauben, dass wir in erster Linie für die Schülerinnen und Schüler da sind, aber das stimmt nicht. Wir beraten selbstverständlich auch Lehrerinnen und Lehrer, Eltern, Kolleginnen und Kollegen von der Schulsozialarbeit und natürlich die Schulleitungen. Gerade für die letzte Zielgruppe bieten wir spezielle Coachings an.

Bei welchen Problemen und Fragestellungen kann die Schulpsychologie helfen?
Das hängt von dem jeweiligen Personenkreis ab und reicht von Schülerinnen und Schülern mit Prüfungs- oder Schulangst über Eltern, die sich um die richtige Schulform für ihre Kinder sorgen, bis hin zu Lehrkräften, bei denen es oft um Konflikte und andere fordernde Situationen geht. Viele Lehrkräfte wenden sich aber auch an uns, weil sie Unterstützung im Umgang mit verhaltensauffälligen Schülerinnen und Schülern brauchen.

Und was geschieht dann konkret?
Im Unterschied zu Therapeutinnen und Therapeuten kennen wir das System Schule sehr genau und können zielgerichtet helfen. Geht es beispielsweise um Hilfe beim Umgang mit verhaltensauffälligen Kindern, kommen wir mit in die Klasse, beobachten die unterschiedlichen Interaktionen und geben der Lehrkraft dann sehr konkrete Ratschläge. Wir verstehen uns in diesem Prozess als Impulsgeber und die meisten Lehrkräfte sind sehr dankbar für unseren professionellen Blick von außen.

Wie finden Ratsuchende eine zuständige Ansprechperson?
Da in jedem Bundesland die Schulpsychologie etwas anders organisiert ist, ist es am einfachsten, die für das eigene Bundesland zuständigen Beratungsstellen und Ansprechpersonen im Internet zu recherchieren. Unter *www.schulpsychologie.de* wird man schnell fündig. Dann nimmt man Kontakt mit uns auf und erhält einen ersten Beratungstermin. In allen Bundesländern ist unser Angebot freiwillig, kostenfrei und wir unterliegen der Schweigepflicht.

Gibt es in der Schulpsychologie einen Leitgedanken?
Wir gehen davon aus, dass die Menschen eigene Kompetenzen und Ressourcen haben, die wir durch unsere Beratung aktivieren und festigen. Die Ratsuchenden sollen mit unserer Hilfe in die Lage versetzt werden, selbst Lösungen für ihre Probleme zu finden. Dafür erklären wir ihnen zum Beispiel psychologische Zusammenhänge. Wenn Menschen verstehen, warum sie sich wie verhalten und was sie anders machen können, erhalten sie die Kontrolle über das eigene Tun zurück. Oder wir führen Fortbildungen zu Themen wie Mobbing, Suchtverhalten oder psychischen Erkrankungen durch. Auch erhöht das Wissen um Zusammenhänge die eigene Handlungsfähigkeit.

Unterstützt die Schulpsychologie – neben der sogenannten Einzelfallhilfe – auch das ganze System Schule?
Selbstverständlich, wir bieten unterschiedlichste Systemberatungen, Coachings und Fortbildungen an. Besonders gefragt sind wir natürlich bei gesamtschulischen Krisenereignissen. Diese erfordern eine sehr schnelle professionelle Reaktion unsererseits. Egal, ob es sich um einen Todesfall, einen schlimmen Unfall oder gar einen Amoklauf handelt, in solchen Fällen sind wir so schnell wie möglich vor Ort und helfen. Damit können oft Schockreaktionen abgefangen werden. Damit Schulen auf Krisen vorbereitet sind, bieten schulpsychologische Dienste in fast allen Bundesländern spezielle Fortbildungen für die schulischen Krisenteams an.

Was wünschen Sie sich von Lehrkräften und anderen Personen, die im System Schule arbeiten, wenn Probleme auftreten?
Dass sie sich möglichst frühzeitig an uns wenden. Je früher, desto besser, damit sich die Probleme nicht verfestigen und chronisch werden. Mit Zahnschmerzen wartet ja auch niemand monatelang, bevor er zur ärztlichen Untersuchung geht.

16 BUNDESLÄNDER – 16 KONZEPTE

In jedem Bundesland ist der schulpsychologische Dienst anders organisiert – teils in Länderhand, teils kommunal oder gemischt. Es gibt verschiedene Bezeichnungen, Beschäftigungsmodelle und Anforderungen an die Ausbildung. Alle Informationen hierzu, die Beratungsstellen in Deutschland (nach Bundesländern aufgelistet) sowie Hintergrundwissen für Lehrkräfte, Eltern, Schülerinnen und Schüler finden Sie hier:
www.schulpsychologie.de

Marion Müller-Staske ist Schulpsychologin im Staatlichen Schulamt für den Main-Kinzig-Kreis in Hanau. Die Psychologiedirektorin ist Mitglied im Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V. (BDP), Sektion Schulpsychologie.

ILLUSTRATION Adobe Stock, mann + maus

Hilfe gegen Hitze

Wenn hohe Temperaturen den Schulalltag erschweren, sorgen folgende Tipps für Sonnenschutz, Abkühlung und schützen vor gesundheitlichen Hitzeschäden.

1. Technische Maßnahmen:

- Außenjalousien oder Rollos schützen vor direkter Sonneneinstrahlung.
- Ventilatoren, Lüftungsgeräte und Klimaanlagen sorgen für frische, kühlere Luft.
- Auf dem Pausenhof spenden Sonnensegel und -schirme, Pavillons und Bäume Schatten.
- Bei Baumaßnahmen sind die Kommunen und Schulträger die ersten Ansprechpersonen. Die Unfallkassen als Träger der gesetzlichen Unfallversicherung bieten persönliche Beratung vor Ort an.

2. Organisatorische Maßnahmen:

- Unterrichts- und Pausenzeiten anpassen.
- Die Fenster öffnen, solange die Temperaturen draußen kühler sind.
- Wärmequellen reduzieren und Elektrogeräte nur bei Bedarf anschalten.
- Jalousien konsequent geschlossen halten.
- Schülerinnen und Schüler über Gesundheitsrisiken aufklären.
- Auf regelmäßiges und ausreichendes Trinken hinweisen.

3. Persönliche Maßnahmen (für Lehrkräfte, Schülerinnen und Schüler):

- Viel trinken – und eiskalte Getränke meiden. Besser geeignet sind ungekühlte oder lauwarme Getränke wie Leitungswasser und Früchtetees.
- Lockere und leichte Kleidung tragen.
- Hände, Arme, Gesicht und Nacken zwischendurch mit Wasser kühlen.
- In der Pause bei allen Beteiligten auf Sonnenschutz achten.
- Im Freien Kopfbedeckung tragen.

DGUV
Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung
Spitzenverband