

## Lebensbegleiter im sozialen Brennpunkt

### Nordstadtschule Pforzheim gewinnt Deutschen Präventionspreis 2010

Die Nordstadtschule Pforzheim wurde mit dem Deutschen Präventionspreis 2010 ausgezeichnet. Bundesweit haben sich mehr als 400 Schulen mit Konzepten zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung ihrer Schülerinnen und Schüler an dem Wettbewerb beteiligt, der unter dem Motto „Gesund aufwachsen – Ganzheitliche Förderung von Heranwachsenden in der Sekundarstufe I“ vom Bundesministerium für Gesundheit, der Manfred Lautenschläger Stiftung und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ausgeschrieben wurde.

Eine Fachjury hat nach Visitationen vor Ort die Schulen ermittelt, die die gesunde körperliche, geistige und seelische Entwicklung ihrer Kinder und Jugendlichen in besonderer Weise fördern. Anlässlich der Preisverleihung erklärte Bundesgesundheitsminister Dr. Philipp Rösler: „Die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ist für mich ein zentrales Anliegen. Heranwachsende, die gesund aufwachsen, können den Schulalltag besser bewältigen, sind leistungsfähiger und haben aufgrund besserer Lernerfolge auch bessere berufliche Chancen. Deshalb sind gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung, Stressbewältigung und das Erlernen sozialer Kompetenzen für die Zeit des Heranwachsenden so wichtig. Familie und Schule müssen in der Gesundheitsförderung und Prävention Hand in Hand zusammenarbeiten, um erfolgreich zu sein.“

Für die Auswahl der diesjährigen Preisträgerschulen war entscheidend, dass die Programme zur Gesundheitsförderung und Prävention dauerhaft in den Schulen verankert sind, wie etwa ein ökologischer Schulgarten, die Ausbildung von Schülerinnen und Schülern zu „Fitness-Coaches“ oder regelmäßige Bewegungsangebote in den Mittagspausen. Neben gesunder Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung sollen die Projekte eine Kultur des sozialen Miteinanders fördern, in der Kinder sich zu starken Persönlichkeiten entwickeln können und lernen, mit Konflikten so umzugehen, dass sie nicht krank werden.

„Die Nominierung war eine große Überraschung und Bestätigung unserer Idee der Vernetzung vor Ort“, sagte Thomas Klotz, Rektor der Nordstadtschule. „Gerade als Schule in einem sozialen Brennpunkt müssen wir die Lern- und Lebensqualität unserer Schülerinnen und Schüler stärken. Gemäß unserem Leitbild „Leben-Lernen-Leisten“ sehen wir unsere Schule nicht nur als Lernort, so ist sie für viele der Kinder und Jugendlichen zugleich Lebensort. Gleichzeitig wollten wir ein Zeichen setzen, gute Ideen, erfolgreiche pädagogische

Arbeit in die Öffentlichkeit bringen, um vielleicht auch andere Schulen zu motivieren; nach dem Sinnspruch: „Tue Gutes und rede darüber.“



Thomas Klotz, Rektor der Nordstadtschule

Die Nordstadtschule Pforzheim hat den Anspruch, Schule als Lebensraum zu begreifen und dementsprechend auch zu gestalten. Mit großem Engagement und der Unterstützung durch starke Kooperationspartner begleitet sie ihre Schülerinnen und Schüler bestmöglich auf ihrem Lebensweg und meistert gemeinsam mit ihnen die schwierigen Situationen, mit denen sie täglich konfrontiert werden.

#### Aufwachsen im Brennpunkt

Satellitenantennen schießen wie Pilze auf den Balkonen eintönig grauer Wohnblocks in diesem Stadtteil im Norden Pforzheims hervor. Hier liegt die Nordstadtschule, mitten im „sozialen Brennpunkt“, gekennzeichnet durch hohe Arbeitslosigkeit, Kriminalität, Patchwork-Familien und eine Vielzahl von Nationalitäten auf engstem Raum. Das spürt man auch im Schulalltag. „Was die Schülerschaft angeht, herrscht bei uns eine starke Fluktuation.

Häufig kommt es vor, dass ein Schüler oder eine Schülerin die Schule von einem Tag auf den anderen verlässt oder mitten im laufenden Schuljahr kurzfristig angemeldet wird, da sich einige der Familien stark nach dem Mietspiegel der einzelnen Stadtteile richten müssen“, so Schulleiter Thomas Klotz.

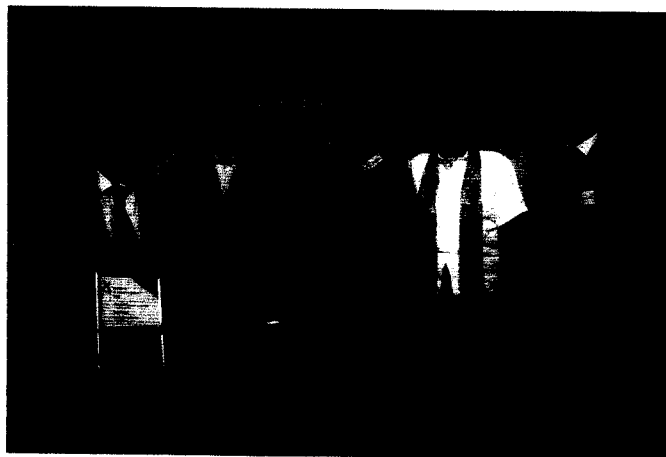
Der Großteil der Kinder kommt aus sozial benachteiligten Familien oder hat einen Migrationshintergrund. Viele Nationen sind hier unter einem Dach vereinigt, unterschiedliche Kultur- und

Lebensgeschichten lernen und leben hier miteinander. Auch mehr als zwei Drittel der Schülerinnen und Schüler der Nordstadtschule haben einen Migrationshintergrund.

#### Durch Kooperationen ein starkes Netzwerk

Wenn Thomas Klotz an seine Schülerinnen und Schüler denkt, fällt ihm unwillkürlich das Bild eines schweren, mit Steinen beladenen Rucksacks ein: „Viele Kinder tragen diesen schweren Ballast bereits mit sich, wenn sie zu uns kommen. Wir versuchen, Stein für Stein aus dem Rucksack zu nehmen und ihn im Laufe der Schulzeit immer leichter werden zu lassen, so dass die Jugendlichen am Ende möglichst unbeschwert auf eigenen Füßen stehen können.“

Die Nordstadtschule versteht sich als Schule mit besonderen pädagogischen und erzieherischen Aufgaben. Durch ihre Angebote, die weit über den regulären Unterricht hinausge-



Die Preisträger der Nordstadtschule mit Bundesgesundheitsminister Dr. Philipp Rösler

hen, versucht das Lehrerkollegium, den Schülerinnen und Schülern eine möglichst individuelle Förderung zu ermöglichen. Um eine optimale Betreuung und Unterstützung der Jugendlichen zu gewährleisten, wird die derzeitige Grund- und Hauptschule von vielen außerschulischen Kooperationspartnern unterstützt. Seit Jahren pflegt sie ein enges Netzwerk mit verschiedenen Einrichtungen Pforzheims, der Region und über die Grenzen hinaus.

So helfen Mitglieder des Bürgervereins täglich bei der Zubereitung des Schülerfrühstücks. Der Stadtjugendring Pforzheim steht der Schule beratend zur Seite und führt mit den Jugendlichen Sozialtrainings durch, in deren Rahmen Workshops zur Entwicklung sozialer Kompetenzen und die Erarbeitung von Soft-Skills im außerschulischen Unterricht stattfinden. Durch die Unterstützung dieser Kooperationspartner gelingt es, ein engmaschiges, individuell abgestimmtes Fördernetz für die Kinder zu knüpfen.

Andrea Claudia Stöber, Mutter und Elternvertreterin, ist von dieser Herangehensweise begeistert: „Die Zusammenarbeit mit externen Partnern wie der Polizei ist wichtig und effektiv, da über sie die Inhalte unseren Kindern wesentlich kompetenter vermittelt werden können, als wir Eltern dazu in der Lage wären. Außerdem haben Externe zusätzlich eine nachhaltigere Wirkung auf die Kinder und Jugendlichen.“

## Gesunder Start in den Tag

Morgens um halb acht: Der 13-jährige Mirko hat sich mit viel Sorgfalt eine Schale Müsli eingefüllt und die bereits fertig geschnittenen Apfelstücke hinzugefügt, als ein Platz an einem der liebevoll gedeckten Tische frei wird. Er setzt sich und die anderen Jugendlichen wünschen ihm einen guten Appetit. Viele der Kinder kommen ohne Frühstück in den Unterricht, knurrende Mägen und Konzentrationsschwäche sind die Folge. Um dem entgegen zu wirken, hat die Schule in Zusammenarbeit mit dem Bürgerverein Nordstadt e.V. ein Frühstücksangebot initiiert, an dem alle Kinder und das gesamte Lehrerkollegium teilnehmen können. Im bunt geschmückten Frühstücksraum können die Schülerinnen und Schüler für einen Betrag von 0,50 € frühstücken. Mit Müsli, frischem Obst, Rohkost, geschmierten Broten, Milch und Kakao erhalten sie hier in einer familiären Atmosphäre ein gesundes, abwechslungsreiches und reichhaltiges Frühstück, um den Schultag gestärkt zu beginnen. An den Türen des Frühstücksraums regeln selbstgemalte Verkehrsschilder (Einfahrt geradeaus und Einfahrt verboten) den „Betrieb“. An diesem gemeinsamen Frühstück nimmt auch ein Großteil der Lehrerinnen und Lehrer teil.

Auf gesunde Ernährung wird an der Nordstadtschule sehr viel Wert gelegt. Ob während der Ausbildung zum Fitness-Coach, bei der die Kinder und Jugendlichen alles rund um das Thema Ernährung und Bewegung erfahren, oder beim gemeinsamen Kochen mit Profis in der Großküche, wo sie lernen, preiswertes, aber gesundes Essen zuzubereiten.

„Mein Sohn bringt oft Rezepte mit nach Hause und will das Gelernte nachkochen. Die Rezepte sind wirklich lecker und dazu auch noch günstig“, erzählte Susanne Kalytta, stellvertretende Elternbeiratsvorsitzende.

## Lernpaten als Lebensbegleiter

Viele der Kinder und Jugendlichen kommen aus schwierigen Familienverhältnissen und benötigen verlässliche Ansprechpartner an ihrer Seite, denen sie vertrauen können. Eine

Schulsozialarbeiterin und zwei Sozialpädagogen schenken den Kindern ein offenes Ohr und stehen ihnen für Einzelfallhilfe und Beratung zur Verfügung. Als Ergänzung zu den Eltern begleiten ehrenamtliche „Lernpatinnen und Lernpaten“ die Jugendlichen in ihrem Lernprozess und unterstützen sie in ihrer schulischen und persönlichen Entwicklung. Auf dem Plan stehen Hilfe für Bewerbungen, Lesetraining, Schreibübungen und vieles mehr. Dabei entscheiden die Jugendlichen mit, was sie mit ihrem Lernpaten oder ihrer Lernpatin erarbeiten wollen. Um sie so gut wie möglich für ihren weiteren Lebensweg vorzubereiten und für ihre persönliche Zukunft zu stärken, gibt es kontinuierliche, jahrgangsspezifische Berufsbegleitungsmaßnahmen: ob Sozialtrainings, Informationsveranstaltungen zu Berufsmöglichkeiten, das Finden von Berufsinteressen oder feststehende Berufspraktika für alle.

Die Lehrerinnen und Lehrer nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil und die Gesamtlehrerkonferenzen arbeiten mit Workshops zu speziellen Themen wie „Online-Diagnose“ oder „Gefühle“. Zudem gibt es ein eigenes „Schulentwicklungsteam“, in dem aus strategischen Überlegungen zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung der Schülerinnen und Schüler konkrete Maßnahmen abgeleitet werden. „Mit Maßnahmen wie diesen versuchen wir, das Kollegium möglichst nah an den Themen, die die Jugendlichen betreffen, fortzubilden“, betont Klotz. Aber auch den Eltern steht die Schule zur Seite: Lehrkräfte machen Hausbesuche und nehmen gemeinsam mit den Eltern Termine bei Einrichtungen und Ämtern wahr.

## Bewegter Schulalltag

Davon, dass Bewegung im Schulalltag der Nordstadtschule eine große Rolle spielt, zeugen nicht nur eine Kletterwand auf dem Schulhof, mehrere Kicker auf den Fluren oder das Trampolin, das im Eingangsbereich an der Wand gelehnt steht. Zur „Bewegten Schule“ gehören auch mindestens 200 Minuten Bewegung pro Woche, ob als bewegter Unterricht, durch ergänzende Bewegungsangebote wie Pausensport, oder Kooperationsmaßnahmen mit örtlichen Vereinen für das Nachmittagsangebot. Mehrmals täglich gibt es für alle Klassen aktive Bewegungspausen. Die Lehrerinnen und Lehrer können für ihren Unterricht zu „Bewegungsanimateuren“ ausgebildete Schülerinnen und Schüler buchen, die in die Klassen kommen und mit den Jugendlichen Bewegungsübungen durchführen. Alternativ können die Lehrkräfte die Bewegungspausen mit Bewegungskarten und weiteren Materialien selbst durchführen und individuell gestalten. Durch den Sportkreis Pforzheim als Kooperationspartner erhält die Schule zusätzlich zum regulären Sportunterricht ein ergänzendes Sportangebot.

## Persönlichkeit finden – Persönlichkeit stärken

Die Nordstadtschule setzt sich ein für die persönliche Entwicklung und Ich-Stärkung der Kinder und Jugendlichen. Beim Darstellenden Spiel schlüpfen sie in unterschiedliche Rollen, stellen fiktive Bewerbungsgespräche nach, setzen Szenen aus dem Unterricht oder dem Alltag um. Dabei lernen sie, sich in verschiedene Rollen zu versetzen, neue Blickwinkel zu entdecken und persönliche Ansichten und Meinungen herauszubilden. Auf spielerische Art werden sie in ihrer sozialen Kompetenz gestärkt.

Regelmäßig wird der Talentwettbewerb die „Suche nach dem Supertalent“ ausgeschrieben, bei dem Schülerinnen und Schüler ihre Hobbys und Talente präsentieren können. Dabei kommen oft ungeahnte Fähigkeiten ans Licht, die im Schüler-

## ●●● Preisgekrönte Schulen

café „Sunkiss“ öffentlich aufgeführt werden. Das Schülercafé wurde von den Jugendlichen selbst gestaltet und bietet den Heranwachsenden eine Rückzugsmöglichkeit, die Gelegenheit, sich mit Freunden zu treffen, eigene Musik zu hören, wechselnde selbst zubereitete Snacks zu sich zu nehmen oder Gesellschaftsspiele zu spielen. Kinder, die zuhause kein Mittagessen bekommen, erhalten hier ein warmes Essen.

### Konflikte geschichtsmäßig lösen

Um Schülerinnen und Schüler bei der Lösung von Konflikten zu unterstützen, gibt es die Streitschlichterinnen und Streitschlichter. Sie absolvieren eine eigene Ausbildung mit abschließender Prüfung. In regelmäßigen Sprechstunden, die über einen Flyer in den Klassen ausliegen und in die die Interessenten ihre Termine eintragen können, stehen sie ihren Mitschülerinnen und Mitschülern als Ansprechpersonen zur Seite. An eigens entworfenen T-Shirts mit eigenem Logo sind die Streitschlichterinnen und Streitschlichter für alle sichtbar zu erkennen. Ihren Flyer haben sie ebenfalls selbst kreiert. Am Ende jedes Streitgesprächs steht ein „Friedensvertrag“, den die Kontrahenten unterzeichnen müssen.

Probleme innerhalb des Klassenverbands werden an der Nordstadtschule gemeinsam gelöst. Die Schülerinnen und Schüler schreiben die jeweiligen Anliegen und Konflikte, die sie beschäftigen, in ein Buch, damit sie nicht in Vergessenheit geraten. Meist sind es Themen wie Mobbing oder Streit mit einem Mitschüler oder einer Mitschülerin. In einer Klassenratssitzung wird das Buch herumgereicht und besprochen, welche der eingetragenen Probleme noch aktuell sind, um sie dann gemeinsam zu besprechen. Die Jugendlichen lernen dabei, ihre Konflikte zu verbalisieren. Mit einem Ball erteilen sie sich gegenseitig das Wort. Dadurch sollen sie die Möglichkeit erhalten, sich selbst zu erklären und den Standpunkt des Gegenübers anzuhören.

Eine Sozialarbeiterin vom Jugendamt steht Schülerinnen und Schülern sowie deren Eltern mit einem umfassenden Sprechstundenangebot zur Verfügung. Die Sprechstunden sind am schwarzen Brett aufgehängt. Dort hängen auch aktuelle Flyer, Plakate und sonstige Informationen rund um das Thema Sozialarbeit. Direkt unter dem Motto, das an der Nordstadtschule Pforzheim Tag für Tag mit Leben gefüllt wird: Leben – Lernen – Leisten.

### Schwerpunkte des Schulcurriculums im Überblick

#### *Sich und andere verstehen lernen*

- Projekt „Job-Mobil“ innerhalb der Berufswegeplanung ab Klasse 5
- Streitschlichterinnen und Streitschlichter

#### *Beteiligung ernst nehmen*

- Klassenrat mit Schüler-Mediatoren-Ausbildung, Schülermitverantwortung
- Beteiligung bei der Weiterentwicklung des Unterrichts in AGs
- Engagement der Schülerschaft im Schulentwicklungsteam
- Einbindung bei der schulischen Berufswegeplanung ab Klasse 5
- Ausbildung von Schülerinnen und Schülern und anschließende Einbindung ins Curriculum (z.B. Bewegungsanimation, Streitschlichtung, Umweltscouts)

- Beteiligung bei allen schulischen Veranstaltungen mit Umsetzung eigener Ideen (z.B. Schüler-Wettbewerbe, Turniere, Exkursionen, Feste gemeinsam feiern)

#### *Zusammenarbeit mit Eltern*

- Hausbesuche im Zusammenwirken mit Jugendsozialarbeit an Pforzheimer Schulen
- Unterstützung bei der Wahrnehmung von Behördenterminen
- Teilnahme an Unterrichtsprojekten als Lebensexpertinnen und -experten
- Regelmäßige Infoabende und Elternkurse (Sprachkurse mit Kleinkindbetreuung)
- Angebote und Feste mit Unterstützung des schulischen Fördervereins

#### *Räume gestalten*

- Entspannungsraum
- Schülercafé Sunkiss
- Kommunikationsbereiche in den Klassenzimmern
- Leseprojekte und wöchentliche Patenschaften durch Ehrenamtliche

#### *Essen und Trinken halten Leib und Seele zusammen*

- Koch-Events mit externen Profiköchen aus dem Nordschwarzwald
- Tägliches, gesundes Frühstücksangebot
- Ernährungsaktionen mit DEHOGA und weiteren Kooperationspartnern
- Schulinternes Catering-Team
- Ausbildung von sog. Fitness-Coaches Baden-Württemberg
- Aktionen mit dem Naturpark Schwarzwald Mitte/Nord

#### *Schule in Bewegung*

- Wechselndes Sportangebot in der Mittagspause
- Bewegungsanimateurinnen und -animateure für alle Klassen
- Mehrmals täglich aktive Bewegungspausen
- Neun Stunden ergänzendes Sportangebot
- „Bewegte Schule“ mit Kooperationen „Schule – Verein“
- Projekt „Fitness-Coach“

#### *Partner finden*

- Runder Tisch mit der Polizei Pforzheim
- Ehrenamtliche Lernpatinnen und -paten
- Sportkreis Pforzheim Enzkreis
- Stadtjugendring Pforzheim
- Bürgerverein Nordstadt e. V.
- Arbeitsagentur
- Kitas, Kindergärten
- Beratungsstellen
- Gesundheitsamt, Krankenkasse
- Volkshochschule
- IHK Nordschwarzwald
- Naturpark Schwarzwald Mitte/Nord
- Jugendbegleiterprogramm Baden-Württemberg

#### *Verzahnung von Schule und außerschulischer Jugend- und Sozialarbeit*

- Jugendsozialarbeit an Pforzheimer Schulen
- Einzelfallhilfe und Beratung durch Jugend- und Sozialamt
- Sozialtraining (Workshops, außerunterrichtliche Angebote, Klassenveranstaltungen)
- Pädagogische Betreuung innerhalb der Ganztagschule
- Zusammenarbeit mit Jugendsozialarbeit und Kollegium (u.a. Mobbing-Experten-Tandem)
- Zusammenarbeit mit Stadtjugendring Pforzheim und Familienzentrum Nord
- GBE mbH Pforzheim (Gesellschaft für Beschäftigung und berufliche Eingliederung)
- BiSa e.V. Pforzheim (Bürger in Schulen aktiv)

Stellvertretend für eine vielfältige Unterstützung schulischer Weiterentwicklung sei abschließend auf folgendes Angebot hingewiesen:

### *Der Fitness-Coach*

Das Kultusministerium Baden-Württemberg bietet ab dem Schuljahr 2008/09 in Zusammenarbeit mit der Edeka Südwest Baden-Württemberg und der Stiftung Sport in der Schule interessierten Schülerinnen und Schülern ab der Jahrgangsstufe 8 von Haupt- und Realschulen die Möglichkeit, eine Ausbildung zum Fitness-Coach zu machen.

### *Was ist der Fitness-Coach?*

Bei der Ausbildung zum Fitness-Coach werden Gesundheits- und Bewegungserziehung und das Schülermentoren-Programm miteinander verknüpft. Der Fitness-Coach erwirbt sich in einem zweitägigen, praxisnahen Seminar ein Grundlagenwissen in den Bereichen Bewegung und Ernährung. So kann er danach Lehrkräfte bei der Durchführung von Projekten unterstützen und auf diese Weise die Ernährungs- und Bewegungssituation vor Ort beeinflussen.

### *Mögliche Projekte der Fitness-Coaches – Beispiele:*

- die Fitmacher-Pause: schlau essen und bewegen
- Schulessen/Pausenkiosk unter der Lupe – Stimmt der Mix?
- der Mix-Teller
- gesundes Pausenvesper
- gesunde Bewirtung beim Schulfest
- Infostand für Eltern beim Schulfest
- Infoveranstaltung in der Pause
- gemeinsames Frühstück mit Frühspor
- Infostunde beim Elternabend mit ausgewogener Verpflegung
- Süßigkeiten in der Pause
- Kuchenbüffets mit Kopf- und Muskelfitness-Kuchen
- Marktrallye mit Grundschulkindern
- Sinnesparcours mit Grundschulkindern (mit Unterstützung von Edeka Südwest)

Schulen, die nach der Ausbildung mit der Unterstützung ihrer Fitness-Coaches Projekte durchführen, können diese gerne einreichen (mit Projektbeschreibung, Fotos, etc.). Diese Projekte können auf [www.schulsport-in-bw.de](http://www.schulsport-in-bw.de) veröffentlicht werden. Jedes Jahr wird das beste Projekt von einer Jury prämiert.

### *Inhalte der Ausbildung:*

Ziel des Projekts ist, die Jugendlichen für die Themen Bewegung und Ernährung zu begeistern und ihnen anhand von Beispielen, die direkt aus dem Alltag gegriffen sind, ein Gefühl für eine ausgewogene Ernährung und einen gesunden Lebensstil zu geben.

Folgende Themen werden dabei u.a. behandelt:

- Welche Stoffe müssen dem Körper über die Ernährung zugeführt werden?
- Was ist Normalgewicht? Folgen von Über- und Untergewicht
- Nahrung unter der Lupe: Nähr- und Vitalstoffe im Blickpunkt
- Ausgewogene Ernährung leicht gemacht mit dem richtigen Mix-Schema
- Brot ist nicht gleich Brot
- Obst und Gemüse – lieber frisch oder als Konserve?
- Die Wirkung von Fast Food, Süßigkeiten und Co auf den Körper
- Richtiges Trinken ist wichtig
- Bewegungsspiele für drinnen und draußen

Am ersten Tag werden die theoretischen Grundlagen gelegt. Darüber hinaus weisen die Trainerinnen die Schülerinnen und Schüler in einem praktischen Teil in Bewegungsspiele für drinnen und draußen ein. Die Jugendlichen erfahren am eigenen Körper, wie wichtig Bewegung für leichteres Lernen ist.

Am zweiten Tag werden die am Vortag erarbeiteten Inhalte praktisch angewendet, wenn es beispielsweise darum geht, die Zutatenlisten von verschiedenen Produkten zu untersuchen oder einen Teller im richtigen Mix zusammenzustellen. Anschließend bereiten die Jugendlichen in der Küche unter Anleitung selbst ausgewogene Rezepte zu.

Nach dem erfolgreichen Abschluss der Ausbildung (Abschlussüberprüfung) werden die Schüler/innen mit dem Zertifikat „Fitness-Coach“ ausgezeichnet, das sie auch einer Bewerbung beilegen können.

### *Wie ist die Ausbildung organisiert?*

Die Fitness-Coach-Ausbildung findet an zwei aufeinanderfolgenden Tagen von ca. 08:00 Uhr bis 16:30 an der jeweiligen Schule statt.

Die Gruppe sollte eine Größe von 14 Schülerinnen und Schülern nicht überschreiten. Gerne können an einem Ausbildungstermin zwei Schulen mit jeweils ca. 7 Schülerinnen und Schülern teilnehmen.

Während der zwei Tage sollte ständig eine Lehrkraft der betreffenden Schule(n) bei der Ausbildung anwesend sein.