

Schuljahre 2019/20, 2020/21, 2021/22 und 2022/23

Friedrich-Hegel-Schule Grundschule

Neue Hegelstraße 17
90409 Nürnberg

Telefon 09 11 / 2 31-3 15 60

E-Mail sekretariat-6594@schulen.nuernberg.de

Internet www.hegelschule-nuernberg.de



Schulleitung:	2019/20: Gabriele Klaßen, Rektorin Silke Schönitz, Konrektorin 2020/21 bis 2021/22: Stefanie Söhnlein, Rektorin Silke Schönitz, Konrektorin 2022/23: Stefanie Söhnlein, Rektorin
Lehrkräfte insg.:	40
Jugendsozialarbeit an Schulen (JaS):	Ute Schmidt
Schüler/-innen insg.:	2019/20 bis 2021/22: 470 2022/23: 520
Klassen insgesamt:	23 reguläre Klassen 4 Partner-Klassen



Besonderheiten

- Profilschule für Inklusion
- Partnerklassen mit der Merianschule (Förderzentrum mit dem Förderschwerpunkt geistige Entwicklung) jeweils eine Klasse pro Jahrgangsstufe
- Einzel-Inklusion in allen Regelklassen
- Zwei jahrgangsgemischte Klassen in 1/2
- Offener Ganzttag sowie Hort direkt im Haus; Erzieher/-innen begleiten die Kinder teils auch im Unterricht (eine Hortklasse pro Jahrgangsstufe)
- Leseclub im Haus

Darstellung von Aktivitäten der aktuellen Schuljahre

Lehrerfortbildung und Qualifizierung für alle an Erziehung und Unterricht Beteiligten Familienfreundlicher Lebensraum

Achtsame Schule

Ausgangssituation

Insbesondere in der Zeit der Corona-Pandemie mit all ihren Herausforderungen und Belastungen wurde sehr deutlich, wie wichtig es ist, mit den vorhandenen Kräften und Ressourcen sorgsam umzugehen. Hinzu kommt die deutlich spürbare Notwendigkeit der Entwicklung neuer Konzepte und Strategien für einen gelingenden Schulalltag. Denn ein ‚normalerweise‘ sich entwickelndes ‚Miteinander‘ war in all der Zeit nur äußerst bedingt möglich.

Ziele

Erlernen von Möglichkeiten zur Erhaltung der Lehrgesundheit durch das Training einer ‚Achtsamen Haltung‘ und Verankerung von Achtsamkeit in der Schule.

Planung

Die Schule bewarb sich für das Projekt ‚Achtsame Schule‘ und schließlich konnten acht Lehrerinnen und eine pädagogische Fachkraft eine einjährige überaus gewinnbringende Fortbildungsreihe, die aus mehreren Modulen bestand, genießen - mit dem Ziel, die Erkenntnisse in die Schulgemeinschaft weiterzutragen.

Beschreibung

Das Projekt bestand aus drei Einheiten. Die erste Einheit ‚Fortbildungen zu AGIL (Arbeit und Gesundheit im Lehrerberuf), und Achtsamkeit‘ bestand aus fünf Modulen, die jeweils sowohl einen theoretischen, als auch einen praktischen Teil beinhalteten:

Der Körper im Fokus: Nach einer Einführung in die verschiedenen Teilbereiche der AGIL-Fortbildungen beschäftigten sich die Teilnehmerinnen mit persönlichen Stressmerkmalen und schärften ihre Selbstwahrnehmung hinsichtlich Anspannung und Stress. Um den hier gewonnenen Erkenntnissen adäquat begegnen zu können, lernten die Teilnehmerinnen das Entlastungsprojekt kennen. Es wurden zahlreiche wirkungsvolle Möglichkeiten (Achtsamkeitsübungen, unterstützende Gedanken, Erholungsbeispiele ...) aufgezeigt und ausprobiert.

Der Atem im Fokus: Hier wurde die besondere Bedeutung des Atems - den wir immer bei uns haben - verdeutlicht. Möglichkeiten wurden vermittelt, wie ‚Alltagsmuster‘ mithilfe des Atems durchbrochen werden können. Atemübungen und Meditationen wurden angeleitet, die in Stresssituationen äußerst hilfreich sein können.

Die Gedanken im Fokus: In diesem Modul lag die Aufmerksamkeit besonders auf angenehmen Erlebnissen, die durch eine achtsame Haltung viel bewusster wahrgenommen werden können. Es wurden Methoden erprobt, positive Momente stärker im Bewusstsein verankern zu können, wodurch es möglich wird, negative Erfahrungen abzuschwächen. Auch wurden Selbsttests gemacht, um zu erkennen in welchen Bereichen man besonders anfällig ist. Im Anschluss wurde eine Ideensammlung erstellt, um Möglichkeiten zu haben, ‚Grübelkreisläufe‘ zu unterbrechen.

Die Gefühle im Fokus: Im vierten Modul stand die intensive Beschäftigung mit Gefühlen im Mittelpunkt. Die Teilnehmerinnen lernten Techniken kennen für einen hilfreichen Umgang mit unangenehmen Erlebnissen. Sehr deutlich wurde außerdem, dass Emotionen gerade auch in der Schule einen sehr hohen Stellenwert haben, und wie wichtig es ist, als Lehrkraft einen gesunden Umgang mit verschiedenen Emotionen ‚vorzuleben‘. Auch eine kulturübergreifende Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Gefühlen war Bestandteil des Moduls.

Dankbarkeit, Erholung, Selbstmitgefühl: Zahlreiche weitere Übungen, mit dem Fokus auf Dankbarkeit und Wertschätzung gerichtet, erweiterten den Fundus an achtsamen Übungen. Ein weiterer Schwerpunkt war die Bedeutung der Erholung und damit Möglichkeiten der Erholung herauszufinden und zu erproben. Damit all die gewonnenen Erkenntnisse auch wirklich gut umgesetzt werden können, war ein letzter Schwerpunkt des Moduls die Beschäftigung mit dem Selbstwertgefühl. Um achtsam, menschlich und freundlich mit anderen umgehen zu können, muss ich genau so auch mit mir selbst umgehen können.

Die zweite Einheit ‚Implementierung in der Schule‘ setzte sich aus vier Modulen zusammen.

Im Mittelpunkt stand die außerordentlich große Bedeutung von Achtsamkeit in der Schule. Die Teilnehmerinnen bekamen ein breites Spektrum von Möglichkeiten an die Hand, wie Achtsamkeit in der Schulgemeinschaft (Schüler/-innen, Eltern, Kollegium, Klassenzimmer ...) verankert werden kann. Eine ganze Reihe von Hilfsmitteln für den Einstieg ins Thema wurde zur Verfügung gestellt und dankbar angenommen.

In der dritten Einheit ‚Weiterführende Unterstützung und Beratung‘ konnten die Erfahrungen, die jeweils zwischen den Modulen mit den Achtsamkeitsübungen gemacht wurden, noch einmal reflektiert, wiederholt und vertieft werden.

Resümee

Die Fortbildung war für alle Teilnehmerinnen äußerst gewinnbringend. Für nahezu alle Bereiche wurden reichlich praktische Anregungen für einen achtsamen Umgang mit sich, seinen Gedanken und seinem Körper vermittelt. Die Lehrkräfte hatten hier auch die Möglichkeit durchzuatmen und neue Kraft zu schöpfen.

Die Ausgewogenheit zwischen Theorie und Praxis machten die Fortbildung zu einer kurzweiligen und doch sehr informativen Veranstaltung, durch die die Teilnehmerinnen sich gestärkt fühlten. Möglichkeiten, die Erfahrungen im Schulalltag umzusetzen, sind ausreichend gegeben.

Ausblick

Da die Erfahrungen aus diesem Projekt derart überzeugend waren, wurde das Thema ‚Achtsam sein‘ im Kollegium als Jahresthema für das Schuljahr 2022/23 festgelegt. Lehrkräfte (und alle an Schule Beteiligten) werden verstärkt auf sich achten und die Erfahrungen an die Schüler/-innen weitergeben.

Es wurden inzwischen schulhausinterne Fortbildungen durchgeführt, womit die Erfahrungen aus dem Projekt dem Kollegium weitergegeben werden konnten. Somit kann die gesamte Schulgemeinschaft von diesem Projekt profitieren.

‚Achtsam sein‘ ist zudem auch Thema einer Projektwoche, in der sowohl im Klassenverband als auch mit der gesamten Schule achtsame Übungen und Projekte durchgeführt werden.



Gesamtübersicht der familienfreundlichen Aktivitäten

Familienfreundlicher Lebensraum

Schülerversammlungen (K3)

Mehrmals pro Jahr treffen sich die Klassensprecher/-innen aller Klassen mit einer Lehrkraft und der Sozialpädagogin (JaS), um die Schwerpunkte des Schulprogramms zu besprechen und sich in die Planung einzubringen. Die Eltern werden bei der Elternbeiratssitzung und durch Elternbriefe informiert und involviert.

Hegelnachrichten (K3)

Erstellung einer gemeinsamen Zeitung von Eltern, Schülerinnen und Schülern sowie Lehrkräften mit Beiträgen aus den einzelnen Klassen zur Dokumentation und Information aller an der Schule Beteiligten. Leider war während der Pandemiezeit eine gemeinsame Erarbeitung der Schulzeitung nicht möglich.

Kinderbetreuung an Elternabenden (K3)

Im Schuljahr 2019/20 wurden acht Schülerinnen des Johannes-Scharrer-Gymnasiums in einem mehrteiligen Kurs als Kinderbetreuerinnen geschult, so dass sie bei schulischen Veranstaltungen wie Elternabenden und Schulanmeldung gemeinsam mit einer Fachkraft Kinderbetreuung anbieten konnten. Damit wurde mehr Eltern die Teilnahme an Veranstaltungen ermöglicht, was auch gerne genutzt wurde.

Da schließlich pandemiebedingt Elternveranstaltungen leider abgesagt werden mussten, konnten sie nur wenig zum Einsatz kommen.

brotZeit e.V. (K3)

Im Rahmen des Projektes ‚brotZeit e.V.‘ konnte täglich eine Frühstücksmöglichkeit für alle Kinder angeboten werden. Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen bereiteten täglich ab 7.20 Uhr ein reichhaltiges Frühstücksbuffet vor – die Kosten wurden vollständig von der Stiftung ‚brotZeit e.V.‘ übernommen. Dieses Angebot wurde von sehr vielen Kindern gerne und regelmäßig angenommen – niemand musste mehr hungrig im Unterricht sitzen.

In der Pandemiezeit arbeiteten die Ehrenamtlichen ‚auf Bestellung‘ der Kinder, da ein gemeinsames Frühstück nicht möglich war.

Zu Fuß zur Schule (K3)

Um das nicht ungefährliche Problem der Eltern-Taxis vor der Schule kreativ anzugehen, finden am Anfang des Schuljahres die Projektwochen ‚Zu Fuß zu Schule‘ statt in Zusammenarbeit mit dem Elternbeirat und der Polizei – mit Erfolg. Eltern und einige Kinder aus den 4. Klassen sprechen ‚Taxi-Eltern‘ auf die Gefährlichkeit der parkenden Fahrzeuge an und teilen einen selbst verfassten Informationsbrief der Schüler/-innen aus. Die Kinder sammeln ‚Fußmeilen‘ für gelaufene Strecken in einem Sammelpass, die am Ende der Woche belohnt werden.



Öffnung der Schule – Kooperation und Vernetzung

Übergangsprozesse optimieren: Kindergarten – Grundschule (K3)

Verstärkte Zusammenarbeit mit den Kindergärten im Stadtteil: Regelmäßige Kontakte zu allen Vorschulkindern aus dem Stadtteil, Kontakte mit Eltern noch vor dem Schulbeginn. Schulprojekte mit den Kindergärten. Elternabende in den Kindergärten.

Während der Pandemie waren die Kontaktmöglichkeiten leider sehr eingeschränkt. Es wurde aber zumindest telefonisch und/oder digital Kontakt gepflegt.

Übergangsprozesse optimieren Grundschule – weiterführende Schule (K3)

Zusammenarbeit mit dem Hans-Sachs-Gymnasium (HSG): gemeinsamer Deutschunterricht mit Lehrkräften des HSG in den 4. Klassen der Grundschule. Gemeinsamer Englischunterricht durch Teamteaching mit einem ‚native speaker‘, der vom Hans-Sachs-Gymnasium betreut wird.

Schulhomepage (K3)

Die Internetseite informiert über Schulprofil und Konzept der Schule, Aktivitäten und Termine. Aktionen als familienfreundliche Schule, inklusive der Dokumentation werden hier veröffentlicht. Eine Verlinkung mit der Homepage der familienfreundlichen Schule besteht.

Seit Beginn der Pandemie werden auf der Homepage regelmäßig Beschäftigungsvorschläge für Eltern und Kinder auf der ‚Mach-mit-Seite‘ angeboten.

Erweiterte Runde Tische mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Betreuungseinrichtungen (K3)

Mitarbeiter/-innen von Hort, Offenem Ganztage und Lebenshilfe nehmen an gemeinsamen Veranstaltungen teil.

Die Schule in ihrem Stadtteil stellt sich vor (K3)

Jedes Jahr im Januar werden die Eltern der neuen Schulkinder des kommenden Schuljahres eingeladen, an einem Abend die Schule zu besuchen. Es wird über das Schulprofil und die Besonderheiten der Schule informiert. Vertreterinnen und Vertreter des Elternbeirates, des Fördervereins, des Offenen Ganztages und des Hortes stellen sich vor und beantworten Fragen.

In der Zeit der Pandemie wurde dieser Informationsabend - bei sehr großer Elternbeteiligung - online durchgeführt.

Beteiligung und Mitwirkung der Eltern

Zusammenarbeit mit dem Elternbeirat (K3)

Schulprogramm, Planung des gemeinsamen Schulbeginns für die 1. Klassen, Aktivitäten bei der Schulleinschreibung, aktive Beteiligung an Projektwochen, Organisation und Durchführung eines Weihnachtsbasars.

Während der Pandemie waren derartige Aktivitäten nur sehr eingeschränkt durchführbar - wo möglich aber mit guter Resonanz.

Zusammenarbeit mit Förderverein, Elternbeirat und Schulleitung (K3)

Durch diese Kooperation können Projekte für die Schule verwirklicht werden, die ansonsten nicht möglich wären.

Projekt Schulacker (K2)

Gemeinsam betreuen jeweils zwei Schulklassen einen Bioacker in Schnepfenreuth. Es wird sowohl im Klassenverband vormittags auf dem Acker gearbeitet, es besteht aber auch die Möglichkeit, für die Schülerinnen und Schüler nachmittags mit ihrer Familie zum Acker zu kommen um zum Beispiel zu gießen und/oder zu ernten. Zum Abschluss gibt es am Ende der Saison ein gemeinsames Erntefest – aus dem geernteten Gemüse wird Gemüsesuppe gekocht und gemeinsam gegessen. Besonders für die in der Stadt lebenden Kinder eine große Bereicherung an Erfahrung!

Auf die Spiele, fertig, los! – Die Wichtigkeit des Spielens in der Familie (K2)

„Gemeinsam Bauen, Türmen, Konstruieren“! Im Rahmen einer Projektwoche sollte – insbesondere nach den anstrengenden und isolierenden Jahren der Pandemie – der Lernort Schule wieder für die Familien geöffnet werden.

Der anleitende Spielpädagoge stellte in der Turnhalle ein umfangreiches Angebot an zum Tun anregenden Spiel- und Baumaterialien zur Verfügung. An zwei Vormittagen durfte dieses Angebot von den teilnehmenden Klassen mit Eltern genutzt werden - am Nachmittag als offenes Angebot von allen interessierten Kindern mit ihren Eltern. Die Angebote wurden sehr zahlreich genutzt und sichtlich genossen!

Familienbildung: Fortbildung und Qualifizierung für alle Eltern

Wie mit Kindern über Krieg und Frieden sprechen (K1)

Onlineelternabend zur aktuellen Situation und den Umgang mit dem Thema Krieg.

4. Klasse – Wie geht es danach weiter? (K1)

Online-Elternabend zum Übertritt mit hoher Elternbeteiligung - pandemiebedingt wurde dieser wichtige Elternabend online durchgeführt.

Virtueller Elterntreff – Wir für Familien online (K1)

Ein offenes moderiertes Angebot an alle Eltern der Mitgliedsschulen zu verschiedenen Themen, über die die Eltern jeweils informiert werden. Eltern können sich an diesen virtuellen Treffen ohne Voranmeldung beteiligen. Schwerpunkt soll der Erfahrungsaustausch sein.

Genutzt wurden von den Eltern vor allem Themenangebote wie „Wenn der Geduldsfaden reißt“, „Lernatmosphäre bei den Hausaufgaben“ und „Kinder brauchen Grenzen“.

Leseförderung in der Familie (K1)

Die Lesebeauftragte der Stadtbibliothek brachte den zahlreichen teilnehmenden Eltern und Lehrkräften Möglichkeiten nahe, das Lesen in den Familienalltag zu integrieren mittels ganz unterschiedlicher Medienformen. Ebenso wurden Tipps für passende Lektüre und interessante Formate gegeben.

Medien in der Familie – Infoveranstaltung für Eltern von 6-10-Jährigen (K1)

Der Referent vermittelte den zahlreich teilnehmenden Eltern und auch Lehrkräften wichtige Informationen für einen guten Umgang mit Medien. Es gab Einblicke in die Medienwelten von Kindern - auch darüber, wie Kinder Medieninhalte wahrnehmen. Ergänzend erhielten die Teilnehmer/-innen praktische Tipps für eine altersgerechte Medienerziehung.

Kinder lernen mit Lust und Laune (K1)

Den zahlreich teilnehmenden Eltern und Lehrkräften wurden vom Referenten Techniken vermittelt, die ihnen einen entspannteren Umgang mit dem Thema Lernen ermöglichen können, sodass sie ihren Kindern beim Lernen wirklich helfen können, anstatt sie immer antreiben zu müssen.

Lehrerfortbildung und Qualifizierung für alle an Erziehung und Unterricht Beteiligten

Kollegiale Fallberatung an Runden Tischen (K3)

Im Zusammenhang mit dem Thema Inklusion an der Friedrich-Hegel-Schule wurden „Runde Tische“ eingeführt, die mehrmals im Schuljahr stattfinden. Gesprächsrunden innerhalb des Kollegiums sind ein wichtiger Bestandteil der schulhausinternen Kommunikation und Fortbildung.

Achtsame Schule (K1)

Es wurde eine Vielzahl von Möglichkeiten vorgestellt und erprobt, unterschiedliche Achtsamkeitsrituale im Schulalltag zu integrieren. Beschreibung siehe S. 226.

Schülerinnen und Schüler mit FASD (Fetale Alkoholspektrum-Störung) (K1)

Kinder mit FASD stellen mit ihrem Verhalten ihre Umgebung häufig vor große Herausforderungen. In der Fortbildung erhalten Lehrkräfte und pädagogische Fachkräfte unter anderem Grundlagen aus medizinischer Sicht und Hilfestellungen im Umgang mit betroffenen Kindern. Geplant für den 04.07.2023.

Häusliche Gewalt und Kinder – Dynamiken, Folgen und Handlungsmöglichkeiten (K1)

Ein zentrales Online Fortbildungsangebot für alle Mitgliedsschulen, das von einigen Lehrkräften genutzt wurde. Die Referentin der Frauenberatung Nürnberg vermittelte wichtige Informationen zum Thema.