

## Umsetzungsbeispiel „gemeinsam.Brücken.bauen“ im Schuljahr 2021/2022, hier: Angebote zur Sozialkompetenzförderung

1. **Schulart, -name und -ort:** Realschule, Naabtal-Realschule Nabburg
2. **Wie wurde bzw. wird im aktuellen Schuljahr die Sozialkompetenzförderung im Rahmen von gBb an Ihrer Schule konkret umgesetzt (Bitte auf 1-2 Seiten einzelne konkrete Beispiele ausführen: Jahrgangsstufe, Schülerzahl, Verfahren zur Auswahl der Schüler, Beschreibung von Inhalt und Ablauf der Maßnahme, ggf. Lernziele)?**



An der Naabtal-Realschule Nabburg wird großer Wert darauf gelegt, dass mögliche Beeinträchtigungen bei den Schüler\*innen, die während der Corona-Pandemie aufgetreten sind, schnell wieder ausgeglichen werden. Dabei achten wir vor allem darauf, dass soziale Kompetenzen der Schüler\*innen und das schulische Miteinander bestmöglich gestärkt werden.

Gleich für den ersten gemeinsamen Schultag hatte sich die SMV zusammen mit dem Schulentwicklungsteam einen herzlichen Willkommensgruß einfallen lassen. Im Rahmen von Klassenleiterstunden interagierten die Schüler\*innen sowie alle weiteren Mitglieder der Schulgemeinschaft sofort gemeinsam und erhielten als äußeres Zeichen der Zusammengehörigkeit ein **Freundschaftsband** mit dem Aufdruck „**Wir halten zusammen!**“. Ebenfalls waren ein Regenbogen, zwei Hände sowie das Schullogo aufgedruckt. So wurde von Beginn an das soziale Miteinander und die Zugehörigkeit zur Gemeinschaft der Schulfamilie gestärkt, nach außen getragen und verdeutlicht.

In den Sommerferien fand **zwei Wochen** lang ein umfassendes und breit gefächertes freiwilliges **Aktiv-Programm** für alle Schüler\*innen der Naabtal-Realschule statt. Hierbei wurde das soziale Miteinander vertieft, das schulische Leben geprägt und nach außen geöffnet. Gemäß dem Schulmotto **KISS (Kreativ, Innovativ, Sportlich, Sozial)** konnten alle Schüler\*innen der Schule aus vielen Angeboten und Workshops auswählen: Eine Kräuterpädagogin entführte die zahlreichen Teilnehmer in die Welt der **Heilkräuter** und die Jugendlichen stellten gemeinsam mit ihren Mitschülern z. B. Ringelblumensalbe, Rosenbutter etc. her. Beim **Kochen** standen wiederum Zusammenarbeit sowie gesunde Ernährung im Mittelpunkt. So wurden ein leckeres, saisonales Pausenbrot und weitere Köstlichkeiten zubereitet. Im Workshop bei unserem Schülersprecher und einer Erlebnisbäuerin entdeckten die Jugendlichen vieles aus dem Reich der **Bienen**. So mancher staunte nicht schlecht, als er eine echte Bienenwabe in den Händen halten durfte. Mit dem erzeugten **Wachs** wurde gleich weitergearbeitet und nützliche Gegenstände (Wachstuch, Kerzen) produziert. Die Schüler\*innen ermittelten mit einem Krimibuchautor in einer interaktiven Detektivgeschichte. Hier war es vor allem wichtig, dass man sich auf alle Gruppenmitglieder verlassen konnte und mit ihnen gemeinsam an einem Strang zog. Dies war ebenfalls das Wichtigste in der **Fahrradreparaturwerkstatt**. Zahlreiche Schülerinnen und Schüler mussten miteinander kommunizieren, um kooperativ Arbeiten zu erledigen. In den **sportlichen Workshops Klettern, Tennis und Fußball** trugen vor allem die korrekte Selbstwahrnehmung, Selbstreflexion, Selbstdisziplin und Selbstmotivation zu einer Stärkung sozialer Kompetenzen bei. Mancher Schüler entdeckte ungeahnte Talente und kann sie nun gezielt stärken und fördern. Das soziale Miteinander sowie die Empathie-, Team- und Anpassungsfähigkeit der Jugendlichen wurde vor allem auch in den Förderstunden deutlich. Viele ältere Mitschüler\*innen hatten sich bereit erklärt, den Jüngeren in Deutsch, Englisch, BWR, Französisch und Mathematik zu helfen und ihr Wissen an sie in zahlreichen Nachhilfestunden weiterzugeben („**Große lehren Kleine**“). Auch die **Freiwillige Feuerwehr** war mit ihrem Löschfahrzeug zu Gast und konnte sogar ein paar von den teilnehmenden Schüler\*innen als neue Mitglieder in diesem wichtigen sozialen Ehrenamt gewinnen. Die Anmeldezahlen von mehr als 80 freiwilligen Schüler\*innen sowie die Resonanz und das Feedback der

Teilnehmer\*innen waren überwältigend und zeigen, dass das Angebot genau auf die Bedürfnisse der Jugendlichen zugeschnitten war. (<https://www.youtube.com/watch?v=knQDhTFASRQ&t=3s>)

Im Laufe des Schuljahres wurden weitere Projekte anberaumt, die sowohl die sozialen Kompetenzen der Schüler\*innen untereinander, aber auch innerhalb der gesamten Schulfamilie und darüber hinaus stärkten.

Als Fokus **des sozialen Engagements** zog sich das Motto **#Klima und Nachhaltigkeit** wie ein roter Faden durch das ganze Schuljahr und wurde in verschiedensten Gemeinschaftsaktionen umgesetzt. Beispielsweise wurde von den Schüler\*innen im Herbst das regionale Lebensmittel Apfel aus unterschiedlichsten Perspektiven beleuchtet, Äpfel gesammelt und in Zusammenarbeit mit Großeltern in einer professionellen Mostanlage zu Apfelsaft veredelt. Im Frühling legten alle Klassen gemeinsam im Biologieunterricht eine Wildblumenwiese im Schulgarten in Kooperation mit der bayerischen Landesanstalt für Landwirtschaft an. Auch bei einem QR-Code-Adventskalender, der Aktion „Klima bewegt“, einem Fotowettbewerb, dem Versorgen von heimischen Vögeln mit Leckereien, ... engagierten sich viele Mitglieder der Schulfamilie kooperativ zu diesem Thema. Die umfassenden Ergebnisse fasst die Schulfamilie im **eBook „Du willst den Wandel? Dann handle!“** (<https://read.bookcreator.com/gpiasLjPN2ZdOhb7Wt4EEwgl2O02/vIDTEYgfSl-Q09CBJxmA9Q>) zusammen. Hierin werden das soziale Engagement, das Zusammengehörigkeitsgefühl aller sowie die Arbeit an gemeinsamen Zielen deutlich.

Diese Arbeitsweise prägt auch das **Wahlfach „Kreativ AG“**, in dem sich mehr als 30 Schülerinnen freiwillig an Nachmittagen über das ganze Schuljahr hinweg zusammenfinden, um gemeinsam zu werkeln und im Schulhaus eine **Wohlfühlatmosphäre** zu schaffen. Zusammen wird geschnitzt, gebastelt, genäht, gehäkelt, die Makramee-Technik angewendet und dekoriert, wodurch neben kreativen Handfertigkeiten wiederum viele soziale Strategien und das Miteinander der gesamten Schulgemeinschaft gestärkt werden. Natürlich wurde auch hier großer Wert auf Upcycling und Nachhaltigkeit gelegt und es wurden aus unterschiedlichen Materialien und Abfall neuwertige und ideenreiche Produkte hergestellt, wie z.B. Lavendelsäckchen, Weihnachtsbäumchen aus alten Tischdecken, Geschirrtüchern, Bettwäsche oder Herrenhemden, Schmetterlingsaufsteller aus alten Landkarten, Blechdosen mit Serviettentechnik verziert ... und so scheinbar Nutzloses wiederverwertet. Ebenfalls arbeiteten die **Schülerinnen zusammen mit Eltern und Lehrkräften (KESCH)**, als sie Kränze gebunden und verziert haben. Genau diese Traditionen und Rituale halten die Schulgemeinschaft zusammen und verschaffen in der unstillen Zeit der Pandemie ein Gefühl von Sicherheit. Daher werden wieder wichtige einheitliche soziale Werte wie Zugehörigkeit und Verlässlichkeit gestärkt.

Auch über die Schule hinaus wird an der Naabtal-Realschule Nabburg großer Wert auf ein friedvolles und harmonisches europäisches Miteinander gelegt. Sieben Klassen der Jahrgangsstufen 5 – 8 stärkten ihre interkulturellen Kompetenzen in den Fächern Englisch, Mint, Informationstechnologie, evangelische Religionslehre, Biologie und Sport durch **bilinguale europäische eTwinning-Projekte** mit Partnerschulen aus Spanien, Griechenland, Polen, Slowenien und der Türkei. Beispielsweise wurde in einem Projekt einer 5. Klasse mit 25 Schülern im Unterricht eng mit drei europäischen Schulen zusammengearbeitet. Nach dem gegenseitigen Kennenlernen mit Hilfe verschiedener digitaler Tools stellten sich die gleichaltrigen Jugendlichen ihre Schulen, Heimatstädte und Länder ungezwungen gegenseitig vor. Es entstanden in Gruppen tolle bilinguale Präsentationen und Videos, die eine virtuelle und äußerst interessante Reise quer durch Europa ermöglichten. Anschließend erfolgten viele gemeinsame Aktionen, die sogar eine Zusammenarbeit auf Europäischer Ebene erforderten: Die Jugendlichen gestalteten und schrieben sich gegenseitig Karten, entwickelten kollaborativ digitale Spiele in gemischten internationalen Gruppen, arbeiteten an internationalen eBooks und einem 6-sprachigem Wörterbuch. Highlights des Projekts waren sicherlich die gemeinsamen Videokonferenzen, in der sich die Beteiligten wirklich live miteinander austauschen konnten, wodurch richtige Freundschaften auf europäischer Ebene entstanden. Auch durch diese Art von digitalen Projekten werden wichtige soziale Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler wie Respekt, Wertschätzung und Rücksichtnahme auf spielerische Weise gefördert. Zudem tragen sie zu einer friedlichen Kommunikation und Kollaboration, aber auch Kritik- und Konfliktfähigkeit in Europa auf Augenhöhe bei. (<https://www.storyjumper.com/book/read/132190892/6269a81e6db7a>)

Vor allem auch die **Unterstützung der ukrainischen Bevölkerung** liegt der Schulfamilie sehr am Herzen. Geflüchtete Jugendliche werden sowohl in Willkommensgruppen, aber auch in den regulären Klassen mit großer sozialer Umsicht und Unterstützung integriert, ihre Deutschkenntnisse im eigens eingerichteten Förderunterricht verfeinert. Daher war es eine Selbstverständlichkeit, den **Spendenlauf** „Wir laufen für die Ukraine“ im Sportunterricht durchzuführen. Mit großem sportlichem Einsatz und sozialem Engagement beteiligen sich die Schüler\*innen aller Jahrgangsstufen an dieser Aktion und es wurden überragende Ergebnisse erzielt. Die sportlichsten Schüler liefen über 70 Minuten, eine Schülerin erzielte einen Spendenbetrag von über 800,00 Euro und das beste Klassenergebnis lag über 2000,00 €. Insgesamt hat sich der Aufwand mehr als gelohnt und es kamen über **16.000 €** an Spendengeldern zusammen. Die Summe wurde dann an Dr. Josef Ziegler und seinen Verein „Aktion Tschernobyl“ aus Pfreimd übergeben, der damit vor allem Kinder- und Säuglingsstationen in der Ukraine unterstützt.

Diese kurze Zusammenfassung zeigt, welchen großen Stellenwert die Förderung von sozialen Kompetenzen an der Naabtal-Realschule Nabburg einnimmt.

## Aktionen zur guten gesunden Schule an der Naabtal-Realschule Nabburg



An der Naabtal-Realschule Nabburg wird seit vielen Jahren großer Wert auf die Gesundheitsprävention der ganzen Schulfamilie gelegt. Daher ist es eine Selbstverständlichkeit, dass die Schule bereits zum zweiten Mal am Programm „gute gesunde Schule“ teilnimmt. Jedes Schuljahr werden neue Impulse gesetzt, viele Aktionen sind bereits seit mehreren Jahren fest im Schulleben verankert. Dazu soll hier ein kurzer Einblick gegeben werden.

### Bewegung:

#### - Sommersportwoche der 7. Klassen:

Diese löste bereits vor 10 Jahren das Schulskilager ab, das bis dahin etabliert war. Jetzt besuchen alle Schülerinnen und Schüler der 7. Klassen im September eine Woche lang das Sportcamp des Bayerischen Landessportverbands e.V. in Regen. Dort können die Schüler in verschiedene Sportarten wie Bogenschießen, Klettern, Biathlon, Teamspiele oder Mountainbike ... schnuppern. Auch die Theorie kommt nicht zu kurz. Corona-bedingt musste diese Maßnahme heuer leider abgesagt werden. Die Vorfreude auf nächstes Schuljahr ist dafür aber umso größer.

#### - Sponsorenschwimmen:

Bereits seit vielen Jahren findet in der letzten Schulwoche das Sponsorenschwimmen im Freibad Perschen für alle Klassen statt. Bereits im Vorfeld suchen sich die Schülerinnen und Schüler Sponsoren, die für jede geschwommene Bahn eine Spende geben. Der erzielte Betrag (meistens eine ansehnliche vierstellige Summe) wird an die Deutsche Welthungerhilfe weitergegeben, die damit verschiedene Projekte in der Dritten Welt unterstützt.

#### - Spendenlauf für die Ukrainehilfe:

Angesichts des Krieges in der Ukraine entschied sich unsere Schule, einen Beitrag zur Unterstützung der betroffenen Bevölkerung zu leisten. Im Sportunterricht hatten die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, dafür „Laufzeiten“ zu sammeln. Für jede gelaufene Zeiteinheit spendeten Eltern, Großeltern, Mitglieder der Schulfamilie oder weitere Sponsoren einen freien Betrag. Die gesammelte Summe wird einer geeigneten Hilfsorganisation übergeben.

#### - Bewegte Pause/Sporttutoren:

Auch die "bewegte Pause" in der Turnhalle ist ein etabliertes Angebot, welches vor allem von den jüngeren Schülern sehr rege angenommen wird. Bei einfachen Spielen können sie sich austoben, um sich im weiteren Unterricht wieder gut konzentrieren zu können. Freiwillige Schülerinnen und Schüler der 9. Jahrgangsstufe unterstützen die Sportlehrkräfte ein Schuljahr lang bei der Gestaltung der bewegten Pause.

#### - Klassenfußballturniere:

Jedes Jahr finden kurz vor Weihnachten die Fußballturniere unserer Klassen statt. Es wird ein Klassensieger aus den 5./6. Klassen, einer der 7./8. Klassen und einer der 9./10.Klassen ermittelt. Jede Klasse erstellt eigenständig eine Mannschaft, die dann am Nachmittag ins Rennen geht. Für einen fairen Ablauf sorgen die Schiedsrichter aus den höheren Klassen. Der Siegermannschaft winkt ein gemeinsames Pizzaessen.

#### - Tischtennisplatten/Kicker/Kletterfelsen:

In den Pausen und nach Unterrichtsende herrscht an den Tischtennisplatten und Kickern reger Andrang. Diese befinden sich in der Aula und im Freigelände und wurden auf Wunsch der Schülerinnen und Schüler vor einigen Jahren vom Förderverein der Schule gesponsert. Der Kletterfelsen wurde im Zuge der Sanierung neu installiert.

### **- Wahlfächer am Nachmittag:**

Die Schülerinnen und Schüler können freiwillig und kompetenzorientiert an einer Reihe von Wahlfächern am Nachmittag teilnehmen: Fußball, Golf, Tanzen und Klettern.

### **Entspannung/Wohlbefinden/psychische Gesundheit:**

#### **- Wohlfühlatmosphäre:**

Damit sich die komplette Schulfamilie im Schulgebäude wohl fühlen kann, wurde das Gebäude in den letzten Jahre für mehrere Millionen Euro umfassend saniert. Jetzt legen wir besonderen Wert auf eine geschmackvolle Dekoration, vor allem in der Aula. Entsprechend den Jahreszeiten kreiert ein Team aus Schülern und Lehrkräften eine richtige Wohlfühlatmosphäre. Diese besteht beispielsweise aus einer ansprechenden Weihnachtsdekoration mit Christbaum, selbst gebauter Krippe, Adventskranz, ...

#### **- Bilder im Kunstunterricht**

Auch die Fachschaft Kunst bringt sich kreativ in die Schulhausgestaltung ein. Die Schülerinnen und Schüler erstellten beispielsweise wunderbare Bilder zum Thema "Gesundes Essen", indem sie eine Collage aus Werbeprospekten kreierten, die gesunde Lebensmittel zeigt.

#### **- Ruheoasen in der Pause:**

Seit der Renovierung der Schule stehen viele kleine Ruheoasen zur Verfügung, in die sich die Schülerinnen und Schüler zurückziehen können. Der Elternbeirat sowie die SMV unterstützten in den letzten Jahren beispielsweise die gemütliche Ausstattung der Schülerbücherei oder bequeme Sitzcken im Gebäude und im Freien. Die Schülerinnen und Schüler freuen sich sehr auf den Wegfall der Kontaktbeschränkungen wegen der Corona-Pandemie, um diese Angebote wieder vollumfänglich nutzen zu können.

#### **- Streitschlichterprogramm, No-blame-Ansatz bei Mobbing:**

Jedes Schuljahr lassen sich gut zehn ältere Schülerinnen und Schüler von qualifizierten Lehrkräften in der Streitschlichtung ausbilden. Sie stehen dann in den Pausen ihren Kameraden im Streitschlichterzimmer zur Verfügung. Nach einer festgelegten Vorgehensweise versuchen die Schüler Konflikte untereinander beizulegen. Dieses Angebot wird vor allem von jüngeren Schülerinnen und Schülern gerne angenommen und entlastet die Klassenleiter. Zusätzlich wird bei Mobbingverdacht innerhalb der Klassengemeinschaft der No-Blame-Ansatz praktiziert. Qualifizierte Lehrer weisen die Klasse in die Vorgehensweise ein, bewusst ausgewählte Schülerinnen und Schüler werden dann mit der Durchführung beauftragt. So können viele Probleme selbstständig unter den Schülern gelöst werden.

### **Ernährung:**

#### **- Mensa:**

Alle Schülerinnen und Schüler (vor allem diejenigen, die die offene Ganztagschule besuchen) und Lehrkräfte haben die Gelegenheit, von Montag bis Freitag das Mittagessen in der nahe gelegenen Mensa einzunehmen. Hier gibt es immer mehrere frisch gekochte Gerichte zu einem erschwinglichen Preis zur Auswahl.

#### **- Eat-no-meat-day:**

An mehreren Tagen im Herbst bietet des Hausmeisterteam saisonales, frisch gekochtes, fleischloses Essen aus regionalem Anbau an. Apfel- und Kürbissuppe sowie Apfelkuchen, Apfelstrudel und Gemüsequiche erfahren regen Absatz.

### **- Projekttag „Rund um die Milch“**

Im Fach Ernährung und Gesundheit besuchten die Schülerinnen und Schüler einen Bauernhof in der Nähe, um den Weg der Milch nachzuverfolgen. Die Verkostung selbst produzierter Milchprodukte rundete den abwechslungsreichen Vormittag ab.

### **Suchtprävention**

#### **- Alkohol und Drogen:**

Vortrag Polizei: Jedes Jahr kommt ein Polizeibeamter an die Schule, der die Jugendlichen im Umgang mit Alkohol und Drogen, auch im Straßenverkehr, aufklärt und Auswirkungen mit ihnen bespricht.

#### **- Systematisches Programm**

An der Schule werden systematisch alle Schülerinnen und Schüler bereits ab der 8. Jahrgangsstufe in die Suchtproblematik eingeführt.

### **Lehrergesundheit:**

#### **- Bauliche Maßnahmen**

Im Rahmen der umfassenden Schulhaussanierung wurde ein großes Lehrerzimmer geschaffen, das unterschiedliche Bereiche enthält. Neben dem klassischen Lehrerzimmer stehen eine Kaffeeküche für den gemütlichen, ungezwungenen Austausch sowie ein Silentiumraum mit Besprechungskabinen zum Arbeiten zur Verfügung. Beim Mobiliar wurde auf rückenfreundliche Stühle und Tische geachtet, die komplette Schulverwaltung erhielt höhenverstellbare Arbeitsplätze. Auch in den Klassenzimmern stehen sowohl Pulte als auch Stehpulte zur Verfügung.

#### **- Lehrerfortbildung Yoga**

Eine Kollegin der Schule stellt ihr Wissen bezüglich Yoga den anderen Kolleginnen und Kollegen zur Verfügung und führt mit ihnen praktische Übungen durch.

### **Unsere Gründe für die umfassenden Maßnahmen:**

- Aktuelle Studien belegen, dass Jugendliche zu wenig sportlich aktiv sind, zu Übergewicht neigen, wenig Wissen zu gesunder Ernährung haben. Dies können wir auch an unserer Schule beobachten.
- Schulprofil in die Richtung "Gesunde Schule" schärfen.
- Aktuelle Corona-Lage zeigt, wie wichtig Gesundheit und Gesunderhaltung vor allem auch bei Jugendlichen ist.
- Verantwortungsbewusstsein für den eigenen Körper stärken.
- Immer mehr Jugendliche konsumieren zuckerhaltige Getränke, Süßigkeiten und Chips in der Pause; die Zahl der berufstätigen Eltern, die ihren Kindern ein gesundes Pausenbrot zubereiten, sinkt auch auf dem Land.
- Durch die Digitalisierung sinkt die Bereitschaft, sich in der Freizeit in Sportvereinen o.ä. zu engagieren.
- Steigende Zahl an chronisch kranken Schülerinnen und Schülern (Diabetiker, Epileptiker, Sehbehinderung, Mukoviszidose, ... )
- Steigende Zahl der magersüchtigen Schülerinnen
- Ergebnis der internen Evaluation: Wunsch nach Lehrer- und Schülersgesundheit

## **Ziele unserer Gesundheitserziehung:**

Die Schülerinnen und Schüler sollen

- erkennen, wie konkret gesunde Ernährung zu Hause und in der Pause aussehen kann.
- erleben, wie wichtig Bewegung für das allgemeine Wohlbefinden ist.
- die Auswirkungen von Sucht (Alkohol und Drogen) auf den Alltag einschätzen können.
- Möglichkeiten der Entspannung kennen lernen, die leicht im Alltag integriert werden können.
- den Alltag entschleunigen, Nötiges von Unnötigen unterscheiden lernen.
  
- Systematische Schulentwicklung in allen Jahrgangsstufen mit allen Personen, die an der Schule zu finden sind.
  
- Beitrag zu unserem Leitbild der Schule: KISS (kreativ, innovativ, sportlich, sozial)

## **Wirkungen:**

- entspannte Schülerschaft, wenig Spannungen zwischen den Schülerinnen und Schülern
- gute Leistungen im Vergleich zum Bayern- und Oberpfalzdurchschnitt
- Wohlfühlklima
- ehemalige Schüler besuchen zahlreich Tage der offenen Tür, ... und berichten über gute Zeit in der Schule
- positives Feedback der Eltern zur schulischen Arbeit