

LEITFADEN PRÄVENTION

Primarstufe VSG Region Sulgen

SCHULSOZIALARBEIT UND SCHULLEITUNGEN PRIMARSTUFE

Roman Eugster, SSA Auholz, Oberdorf, Donzhausen

Anna-Mengia von Salis, SSA Schönenberg, Kradolf, Götighofen

Michael Hefti, SL Götighofen, Oberdorf

Anna Heuberger, SL Kradolf

Inhaltsverzeichnis

Ausgangslage	2
Zielsetzung Übersicht.....	3
Blöcke zur Umsetzung der Präventionsziele	4
Kindergarten.....	4
Durchgeführt durch die Schulsozialarbeit:	4
Durchgeführt durch externe Fachpersonen:	4
1./2. Klasse	5
Durchgeführt durch die Schulsozialarbeit:	5
Durchgeführt durch externe Fachpersonen:	6
Durchgeführt durch die Klassenlehrperson:.....	7
3./ 4. Klasse	7
Durchgeführt durch die Schulsozialarbeit:	7
Durchgeführt durch externe Fachpersonen:	8
Durchgeführt durch die Klassenlehrperson:.....	9
5./6. Klasse	10
Durchgeführt durch die Schulsozialarbeit:	10
Durchgeführt durch externe Fachpersonen:	11
Durchgeführt durch die Klassenlehrperson:.....	13

Ausgangslage

Der Präventionsplan der Primarschulen der VSG Region Sulgen kam im Jahr 2021 in die Umsetzung und steht in Verbindung mit dem Lehrplan 21. Der Aufbau führt entlang der Stufen Kindergarten, 1./2. Klasse, 3./4. Klasse und 5./6. Klasse. Die unterschiedlichen Blöcke des Präventionsplans werden im 2-Jahres Rhythmus durchgeführt, was bedeutet, dass sie wiederholt werden, sobald die Schüler und Schülerinnen in die nächste Stufe wechseln. Weiter gibt es einige Blöcke, die sich jährlich wiederholen, da sie für Schüler und Schülerinnen einer bestimmten Klassenstufe konzipiert sind.¹

Die Themen werden über acht Jahre hinweg aufbauend aufeinander vertieft. Dabei werden die Bedürfnisse und Erfahrungen der Schüler und Schülerinnen, wie auch aktuelle Trends berücksichtigt und wenn es als wichtig erscheint, in den Präventionsplan eingebaut. Weiter ist es ein Anliegen, dass die Eltern über die Prävention informiert sind und diese gemeinsam getragen und umgesetzt wird.

¹ Ausnahme: Donzhausen und Götighofen aufgrund anderer Schulhausstrukturen.
Leitfaden Prävention Primar VSG Region Sulgen

Zielsetzung Übersicht

Das übergeordnete Ziel ist es, die Selbstwahrnehmung und das Wohlbefinden der Kinder zu fördern, damit sie in eine möglichst gesunde und positive Entwicklung kommen können. Weiter sollen durch die Präventionsarbeit mögliche Risikofaktoren minimiert werden und die Schüler und Schülerinnen lernen, mit unterschiedlichen Alltagssituationen einen resilienten Umgang zu finden. Der Präventionsplan für die Primarschulen der VSG Region Sulgen verfolgt somit das Ziel, den Schüler und Schülerinnen ein sicheres und gesundes Umfeld zu bieten und sie in den unten aufgeführten 6 Kompetenzen zu begleiten, zu fördern und zu stärken:

- (1) Selbstvertrauen durch Erfolgserlebnisse entwickeln.**
- (2) Sich und seine Umwelt ganzheitlich wahrnehmen**
- (3) Klassengemeinschaft gesundheitsfördernd und nachhaltig mitgestalten.**
- (4) Konflikte respektvoll und konstruktiv lösen**
- (5) Über sein Wohlbefinden sprechen.**
- (6) Themen zu Gesundheit und Nachhaltigkeit selbständig bearbeiten**

	Zyklus 1	Zyklus 2
Personale Kompetenzen	 Selbstvertrauen durch Erfolgserlebnisse entwickeln	 Sich und sein Umfeld ganzheitlich wahrnehmen
Soziale Kompetenzen	 Klassengemeinschaft gesundheitsfördernd und nachhaltig mitgestalten	 Konflikte respektvoll und konstruktiv lösen
Methodische Kompetenzen	 Über sein Wohlbefinden sprechen	 Themen zu Gesundheit und Nachhaltigkeit selbstständig bearbeiten

<http://www.schulnetz21.ch/instrumente/ueberfachliche-kompetenzen>

Um diese Ziele zu erreichen, ist eine enge Zusammenarbeit der Schulsozialarbeit und der Schulleitungen, sowie der Lehrpersonen und der Unterrichtsassistenten unabdingbar.

Blöcke zur Umsetzung der Präventionsziele

Die Angebote werden durch die Schulsozialarbeit, durch externe Fachpersonen oder durch die Lehrpersonen durchgeführt. Folgend werden die einzelnen Angebote stufenweise veranschaulicht:

Kindergarten

Durchgeführt durch die Schulsozialarbeit:

Friedensseil

<i>Umfang</i>	Jährlich, 4 Lekt. pro Schuljahr
<i>Start</i>	SJ 2023/24
<i>Ziel</i>	Die Kinder lernen, wie sie bei Konflikten vorgehen können. Sie lernen Konflikte zu benennen und diese mit Unterstützung der einzelnen Schritte des Friedensseils zu klären. Weiter lernen sie Gefühle kennen, welche bei einem Streit entstehen können. Sie lernen, diese in ihrem Körper wahrzunehmen und wie sie mit starken Gefühlen wie Wut oder Trauer umgehen können.
<i>Inhalt</i>	Instrument zur gewaltfreien Lösung von Konflikten
<i>Bemerkung</i>	Die Kinder sollen die Schulsozialarbeit ein erstes Mal kennen lernen.
<i>Kompetenzen</i>	

Durchgeführt durch externe Fachpersonen:

Elternabend zum Thema Medien

<i>Umfang</i>	Alle 2 Jahre
<i>Start</i>	SJ 2023 /24
<i>Ziel</i>	Der Elternabend thematisiert folgenden Themen: Wie viel Bildschirm ist ok? / Wie können wir einen Überblick bezüglich den Medienangeboten behalten? / Was sind sinnvolle Apps? / Wie schaffen wir es, klare, sinnvolle Medienregeln aufzustellen? / Wie kann ich für meine Kinder ein Vorbild sein?
<i>Inhalt</i>	Der Verein Zischtig.ch führt einen Elternabend zum folgenden Thema durch: „Wie kann eine gelingende Mediennutzung gefördert werden, ohne die Medien zu verteufeln“
<i>Bemerkung</i>	
<i>Kompetenzen</i>	 

1./2. Klasse

Durchgeführt durch die Schulsozialarbeit:

Binja «Achtsam durch die Welt der Gefühle»

Umfang	Alle 2 Jahre, 10 Lekt. pro Schuljahr
Start	SJ 2023/24
Ziel	Die Schüler und Schülerinnen erlernen den achtsamen Umgang mit Gefühlen wie Angst, Wut, Eifersucht, Hoffnungslosigkeit, Trauer und Freude.
Inhalt	BINJA ist ein Achtsamkeitstraining für Kinder, Begleitpersonen und Schulklassen. Eltern und Lehrpersonen treten dabei als Begleitende auf und werden darin geschult.
Bemerkung	https://www.binja.ch
Kompetenzen	

Sich und andere wahrnehmen

Umfang	Alle 2 Jahre, 7 Lekt.
Start	SJ 2024/25
Ziel	Die Schüler und Schülerinnen lernen Gefühlsäusserungen wahrzunehmen, zu unterscheiden und zu benennen. Sie lernen eigene Gefühle auszudrücken, über Gefühle zu sprechen, sich zu entspannen und auch einen gelingenden Umgang mit negativen Gefühlen zu finden
Inhalt	• Bereich der Emotionen / die Emotionsregulation im Verbund der Klasse • die Selbstkompetenz des einzelnen Schülers / der einzelnen Schülerin • die Empathie im Umgang mit den Klassenkameradinnen und Klassenkameraden • das Gemeinschaftserleben im gemeinsamen Tun • das prosoziale Verhalten
Bemerkung	In Anlehnung an FESK- Förderung emotionaler-sozialer Kompetenz / Ludwig-Maximilians-Universität München
Kompetenzen	

Durchgeführt durch externe Fachpersonen:

Ja zum Nein

Umfang	Alle 2 Jahre, 2 x 2 Lekt.
Start	SJ 2023/24
Ziel	Die Schüler und Schülerinnen lernen anhand von Beispielen, wie sie sich selbst besser vor körperlicher, psychischer und sexueller Gewalt schützen können.
Inhalt	Dieser Präventionsblock wird in Form eines Klassenworkshops durch den Verein PräVita durchgeführt, welcher Präventionsangebote rund ums Thema Gewalt anbietet. https://praevida.ch/modules/klassenworkshop-ja-zum-nein-praevention-vor-sexueller-ausbeutung/
Bemerkung	Bei 2 von 4 Lektionen ist die SSA anwesend
Kompetenzen	  

Webkids

Umfang	Alle 2 Jahre, 2 Lekt.
Start	SJ 2023/24
Ziel	Die Schüler und Schülerinnen werden prophylaktisch und sorgfältig auf unangenehme Erfahrungen rund um digitale Medien vorbereitet und lernen, wie sie sich selbst davor schützen können.
Inhalt	Jugendmedienschutz als Reise vermittelt. Inhalte: Kinder am Familientablet, Schutz vor Werbung, angstmachenden Inhalten und Cybergrooming.
Bemerkung	Dieser Präventionsblock wird durchgeführt von dem Verein Zischtig.ch: https://zischtig.ch/webkids/
Kompetenzen	 

Durchgeführt durch die Klassenlehrperson:

Medien und Ich

Umfang	6 Lekt. pro Schuljahr
Start	Jährlich
Ziel	Über die eigene Mediennutzung nachdenken und die eigenen Gefühle bezogen auf die Mediennutzung erkennen und benennen.
Inhalt	Erfahrungen in virtueller Lebenswelt austauschen und über eigene Mediennutzung sprechen. wie werden Emotionen dargestellt. Welche Emotionen lösen Medien aus
Bemerkung	Lehrplankompetenz: MI.1 und MI.2

Kompetenzen



3./ 4. Klasse

Durchgeführt durch die Schulsozialarbeit:

Kinderrechte

Umfang	Alle 2 Jahre, 5 Lekt.
Start	SJ 2023/24
Ziel	Die Schüler und Schülerinnen lernen zwischen Wunsch und echtem Bedürfnis zu unterscheiden. Sie entwickeln ein Verständnis für das an sich abstrakte Thema Recht. Sie lernen fünf wichtige Kinderrechte kennen und setzen sich mit Verletzungen von Kinderrechten auseinander.
Inhalt	Die Schüler und Schülerinnen setzen sich mit der Entstehungsgeschichte der Kinderrechtskonvention auseinander, lernen einzelne Kinderrechte kennen und setzen sich mit Verletzungen von Kinderrechten auseinander, für die es Lösungen zu suchen gilt.
Bemerkung	
Kompetenzen	

Wetterfest – Konflikte und Vielfalt

Umfang	Alle 2 Jahre, 6 Lekt.
Start	SJ 2024/25
Ziel	Die Schüler und Schülerinnen lernen sich und ihre Bedürfnisse, Ziele, Werte & Haltungen und Emotionen besser kennen und setzen sich mit dem ich als Teil der Gesellschaft auseinander, wobei ihre Empathiefähigkeit gestärkt wird. Sie lernen, was Streit ist, wie ihr eigenes Streitverhalten aussieht und was es für Strategien zur Streitschlichtung gibt.
Inhalt	Die Schüler und Schülerinnen kennen die Bedeutung von «Respekt» sowie von respektvollem- wie auch respektlosem Verhalten. Weiter geht es um die Stärkung der Lebenskompetenzen als Basis für Sucht-, Gewalt- und Suizidprävention. Folgende Themen werden bearbeitet: «Ich und meine Innenwelt» / «Ich und meine Beziehungen» / «Ich und meine Probleme»
Bemerkung	
Kompetenzen	

Durchgeführt durch externe Fachpersonen:

Webexperten

Umfang	Alle 2 Jahre, 2 Lekt.
Start	SJ 2024/25
Ziel	Befähigung der Schüler und Schülerinnen zu einem sicheren, fairen und konstruktiven Umgang mit neuen Medien: Die Kinder sind mit der Funktionsweise des mobilen Internets vertraut, sind altersadäquat über Chancen und Risiken informiert und Wissen über allfällige Handlungsfolgen Bescheid. Sie erkennen Fallen und schwierige Inhalte und können sich abgrenzen. Die Kinder kennen eine Person oder Fachorganisation in der Nähe, an die sie sich bei Schwierigkeiten wenden können. Sie wissen um förderliche Alternativen zu den Bildschirmmedien, die ihnen Spass machen.
Inhalt	Entlang der von den Kindern genutzten Chat-, Game- und Social Media-Diensten, werden Vorzüge und Tücken packend und altersadäquat aufbereitet. Es ist garantiert, dass die wichtigsten Regeln zur Nutzung digitaler Medien vermittelt werden.
Bemerkung	Durchgeführt durch den Verein Zischtig.ch https://zischtig.ch/webexperten-old/

Kompetenzen



Elternabend zum Thema «Digitale Medien in der Freizeit»

Umfang	Alle 2 Jahre
Start	SJ 2024/25
Ziel	Eltern erfahren, worauf sie in der Medienerziehung achten sollen. Sie lernen, wie sie ihre Kinder in einem gelingenden Umgang mit digitalen Medien unterstützen können und wie sie heikle Themen ansprechen können.
Inhalt	
Bemerkung	Durchgeführt durch den Verein Zischtig.ch
Kompetenzen	  

Durchgeführt durch die Klassenlehrperson:

Sicherheit, Daten, Passwörter

Umfang	4 Lekt. pro Schuljahr
Start	Jährlich
Ziel	Die Schüler und Schülerinnen pflegen einen Sicheren Umgang mit persönlichen Daten
Inhalt	In eigenen Medienbeiträgen die Sicherheitsregeln im Umgang mit persönlichen Daten kennenlernen. Angaben zur Person, Passwort, Nickname Regeln aufstellen/Merkmale. Vereinfachte Mediennutzungsvereinbarung wird unterzeichnet -> Schwerpunkt mit den neuen Drittklässlern, jeweils jedes Jahr
Bemerkung	Lehrplankompetenz: MI.1, 1.3, 1.4
Kompetenzen	  

5./6. Klasse

Durchgeführt durch die Schulsozialarbeit:

Gewaltfreie Kommunikation - GFK

Umfang	Alle 2 Jahre, 9 Lekt.
Start	SJ 2023/24
Ziel	Die Schüler und Schülerinnen lernen, dass sie in Konflikten eine Eigenverantwortung zu tragen haben. Sie lernen, dass Gefühle der Schlüssel zu den unterschiedlichen Bedürfnissen sind. Sie erfahren, dass der Auslöser eines Konfliktes nie das eigentliche Problem darstellt.
Inhalt	Die Schüler und Schülerinnen lernen die 4 Schritte der Gewaltfreien Kommunikation kennen und Konflikte danach zu besprechen.
Bemerkung	
Kompetenzen	

Stark im Leben

Umfang	Jährlich für alle 6. Klassen, 6 Lektionen
Start	SJ 2023/24
Ziel	Die Schüler und Schülerinnen werden in ihren personalen Fähigkeiten gestärkt und sehen, was sie bereits alles geschafft haben. Gefühle, Unsicherheiten und Fragen rund ums Thema Übertritt in die Sekundarschule werden thematisiert.
Inhalt	auf Übertritt in Oberstufe vorbereiten / Eigene Kompetenzen hervorheben und stärken / Resilienzförderung
Bemerkung	
Kompetenzen	

Durchgeführt durch externe Fachpersonen:

MfM Sexualprävention – Tagesworkshop für 5. Klasse geschlechtergetrennt

Umfang	Jährlich für alle 5. Klassen, 7 Lekt. (1 Tag)
Start	SJ 2022/23
Ziel	Die Schüler und Schülerinnen lernen mit allen Sinnen, körperliche und seelische Veränderungen während der Pubertät kennen und verstehen diese. Sie bekommen einen Zugang zum eigenen Körper und wissen Bescheid, was in ihm vorgeht. Förderung der körperlichen Gesundheit.
Inhalt	Wie Mädchen und Jungen ihren eigenen Körper erleben und bewerten, hat grossen Einfluss auf ihr Selbstwert- und Lebensgefühl. Ein verantwortungsvoller Umgang mit Gesundheit, Sexualität und Fruchtbarkeit kann nur dann gelingen, wenn junge Menschen dem Körper Achtung und Wertschätzung entgegenbringen.
Bemerkung	https://www.mfm-projekt.ch/
Kompetenzen	 

MfM Sexualprävention – Elternabend 5. Klasse: Mädchen und Jungen in der Pubertät

Umfang	Jährlich für alle Eltern der 5. Klässler:innen
Start	SJ 2022/23
Ziel	Die Eltern setzen sich vorgängig zu ihren Kindern mit dem Thema Pubertät, Veränderung des Körpers und Sexualität auseinander. Sie lernen die Kursleitenden persönlich kennen, können Fragen stellen und werden ermutigt und unterstützt, ihren Kindern einen positiven Zugang zu ihrem Körper zu vermitteln.
Inhalt	“Geschlechtergetrennte” Elternabende (für Eltern mit Mädchen/Eltern mit Knaben) an dem die Eltern unter anderem Informationen über das MFM-Projekt erhalten werden. Vorgänge im Körper von Jungen und Mädchen während der Pubertät, Thema Fruchtbarkeit und Zyklusgeschehen der Frau
Bemerkung	https://www.mfm-projekt.ch/
Kompetenzen	 

Jugendpolizei: Rechte und Pflichten / Onlinesicherheit

Umfang	Alle 2 Jahre, 2 Lektionen
Start	SJ 2023/24
Ziel	Die Schüler und Schülerinnen lernen die Jugendpolizei kennen und wissen, wer bei der Polizei ihre Ansprechpersonen sind. Sie werden über das Gesetz aufgeklärt und wissen, wie sie sich online schützen können.
Inhalt	5 Fingertipps fürs Internet / Wann ist mein Verhalten strafbar und ab welchem Alter kann ich dafür haften?
Bemerkung	
Kompetenzen	  

Digitale und soziale Medien

Umfang	Alle 2 Jahre, 4 Lektionen
Start	SJ 2026/27
Ziel	Im Anschluss an den Input von der Jugendpolizei setzen sich die Schüler und Schülerinnen mit digitalen Medien auseinander und erfahren, wie sie bewusst, verantwortungsvoll und kritisch damit umgehen und diese Medien nutzen können.
Inhalt	Digitale Medien, insbesondere Smartphones mit Internetzugang, sind heute ein fester Bestandteil im Alltag von Kindern und Jugendlichen. Deshalb ist es wichtig, dass sie lernen, mit diesen Medien bewusst, verantwortungsvoll und kritisch umzugehen. Dabei setzen sie sich sowohl mit den Chancen als auch mit den Risiken digitaler Medien auseinander und entwickeln ein reflektiertes Verständnis für ihren persönlichen Mediengebrauch.
Bemerkung	Durchgeführt durch Benjamin Hanimann, Experte digitale Welten: <u>Benjamin Hanimann</u> <u>witzelfitz-consulting</u>
Kompetenzen	  

Elternabend: Digitale und soziale Medien

Umfang	Alle 2 Jahre, obligatorisch für alle Eltern der Kinder in der 5./6. Klasse
Start	SJ 2026/27
Ziel	Die Eltern bekommen die Chance in die digitale Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen einzutauchen und ihren eigenen Medienkonsum zu reflektieren. Es soll ein offener Austausch zwischen Eltern externen Fachpersonen, wie auch Fachpersonen der Schule ermöglicht werden.
Inhalt	Fachinput von Benjamin Hanimann, Fachmann digitale Welten: Informationen und Tipps zu den digitalen und sozialen Medien, in der Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen Marktstände unterschiedlicher Fachstellen: Nach dem Vortrag besuchen Sie verschiedene Marktstände. Fachstellen beantworten Fragen und informieren über ihr Fachgebiet.
Bemerkung	Durchgeführt durch Benjamin Hanimann, Experte digitale Welten: <u>Benjamin Hanimann</u> <u>witzelfitz-consulting</u>
Kompetenzen	  

Durchgeführt durch die Klassenlehrperson:

Umgang mit Social Media

Umfang	4 Lekt. pro Schuljahr
Start	Jährlich
Ziel	Die Schüler und Schülerinnen halten sich an die wichtigsten Regeln bei der Nutzung von Social Media
Inhalt	Medien für gemeinsames Arbeiten und Meinungsaustausch einsetzen (Sicherheits- und Verhaltensregeln). - Wie verhalte ich mich auf sozialen Plattformen? - Bilder im Netz: Fremdbild/Selbstbild: Darstellung (Schönheit) - Umgang mit Medien: Wie und wann nutze ich Medien? Nutzung Smartphones (always on), Gamen - Regeln für Kommunikation, Cybermobbing - Fakenews: Welche Bilder und Aussagen sind korrekt, was ist fake?
Bemerkung	Lehrplankompetenz: MI.1, 1.2, 1.3, 1.4
Kompetenzen	  