

# Gemeinsam für eine „Gute Gesunde Schule“

Nachhaltig und partizipativ im Schulalltag - mit den B-Teams



# MIT B-TEAMS GESUNDHEITSFÖRDERUNG IN SCHULEN AUF AUGENHÖHE UMSETZEN

Die Bedeutung von Gesundheit in der Schule wurde spätestens durch die Corona-Pandemie deutlich. Die B-Teams haben die wichtige Aufgabe, Gesundheitsbildung und -förderung in den Schulalltag zu integrieren und somit für ein gesundheitsbewusstes Umfeld zu sorgen.

## Weil Gesundheit alle Akteure der Schule betrifft

Der Schulalltag ist gleichwohl für Sie als Lehrkräfte, aber auch für Ihre Schüler:innen vielfältig herausfordernd. Auch Ihre Schüler:innen stehen unter Druck. Schnell bleiben da gesunde und gute Lebensweisen auf der Strecke. Statt eines gesunden Frühstücks gibt es nur eine Tüte Chips. Auch die Bewegung in den Pausen kommt viel zu kurz. Oft entsteht das Gefühl, dass nicht genug Zeit ist, sich gesund und bewusst zu ernähren oder eine richtige Pause zu machen.

**Aber wie können Sie sich selbst und Ihre Schüler:innen für einen gesünderen Alltag motivieren und gemeinsam etwas erreichen?**

Dazu braucht es eine gemeinsame Anstrengung. In den B-Teams packen Schüler:innen und Lehrkräfte gemeinsam im Sinne einer besseren und gesünderen Schule an. Sie begegnen sich auf Augenhöhe und übernehmen gemeinsam Verantwortung für sich selbst und ihre Umwelt.

Außerhalb des Unterrichts lernen die Schüler:innen mehr über Gesundheitsthemen – mit Vorteilen nicht nur für ihre eigene Klasse. Sie werden zu Multiplikator:innen, die ihr Wissen an andere weitergeben – so wachsen sie über sich selbst hinaus und alle profitieren.

### Was sind B-Teams?

B-Teams steht für „**gesundheitsorientierte Beteiligungsteams**“. Hinter diesem Begriff verbirgt sich ein spannendes Projekt, welches Schüler:innen und Lehrkräfte zusammenbringt. Ziel des Projekts ist es, den Schulalltag gesünder und nachhaltiger zu gestalten.

Die Schüler:innen lernen, wie sie ihr Wissen über Gesundheitsthemen passend an andere weitergeben können und so den Schulalltag aktiv mitgestalten. Dabei ist es ganz ihnen überlassen, wie sie das Thema umsetzen möchten. So können sie zum Beispiel eine Rallye zu gesunder Ernährung gestalten, die sie – im wahrsten Sinne des Wortes – gemeinsam gleich in Bewegung versetzt. Sie können in ihren B-Teams Vorschläge für eine bessere Mittagsversorgung entwerfen, gemeinsame Bewegungspausen für den Unterricht erarbeiten oder informieren, wie Schüler:innen gesünder durch herausfordernde Zeiten kommen.

**Ein Programm für die Gesundheitsförderung auf allen Ebenen: Ernährung, Bewegung, Stress, Sucht sowie allgemeine Lebenskompetenz.**

**„Ich war in einem B-Team an meiner Schule und es war richtig cool! Wir haben uns um die Gesundheit von uns gekümmert und dafür gesorgt, dass wir gesünder essen und mehr Bewegung haben. Wir haben auch Projekte organisiert, wie zum Beispiel einen „Bewegungstag“ an der Schule.“**

Teilnehmer, 7. Klasse einer Gesamtschule



# DAS KONZEPT DER B-TEAMS KURZ ERKLÄRT

Das Konzept der B-Teams kann an allen Schulen in Nordrhein-Westfalen umgesetzt werden. Initiiert und gefördert wird das Projekt vom Landesprogramm Bildung und Gesundheit NRW sowie von allen gesetzlichen Krankenkassen (GKV NRW).

Es finden sich in der Regel sechs Schüler:innen und zwei Lehrkräfte zusammen und bilden ein B-Team. Sie werden im Rahmen von vier Qualifizierungsworkshops möglichst mit einer Partnerschule zusammen fit gemacht. Durchgeführt werden diese von externen Fachkräften. Die Schule kann hierbei aus verschiedenen Qualifizierungsanbietern wählen.

Diese Workshops sind in vier Module unterteilt und decken die folgenden Themengebiete ab:

- **Modul 1:**  
Kommunikation und Feedback
- **Modul 2:**  
Soziale Kompetenz und Teamentwicklung
- **Modul 3:**  
Gesundheitsbildung
- **Modul 4:**  
Projektmanagement und Qualitätsentwicklung

Im gesamten Projekt, einschließlich der Präsentationsveranstaltung, unterstützen die B-Team-Trainer:innen den laufenden Prozess. Auch danach wird in einem Evaluationsgespräch geklärt, inwiefern sich das B-Team an der Schule bereits fest etablieren konnte oder ob es noch besonderer Unterstützung bedarf.

## Der Weg zum eigenen B-Team

In diesen drei Schritten implementieren Sie an Ihrer Schule ein B-Team:

1. Wenn Sie Teil des Landesprogramms Bildung und Gesundheit NRW sind, kontaktieren Sie direkt Ihre zuständige Koordinator:in. Andernfalls wenden Sie sich an die AOK NordWest. Die Kontaktdaten finden Sie auf der letzten Seite.
2. Auf der Schulkonferenz beschließen Sie, an Ihrer Schule ein B-Team zu implementieren und stellen mithilfe Ihrer Ansprechperson den Maßnahmenantrag.
3. Qualifizierte Trainer:innen begleiten Sie von den ersten Ideen bis zur ersten Präsentation des Projektes. Ihr fester Selbstkostenanteil beträgt für jedes B-Team 300 €.

Partizipative Projektarbeit zum Thema Gesundheit ist nicht nur sinnstiftendes Arbeiten, sondern bietet auch die Möglichkeit, fächerübergreifende Kompetenzen ganz praktisch zu erlernen und anzuwenden.

**„Die B-Teams waren bisher das interessanteste Vorhaben, dass ich an meiner Schule je mitmachen durfte. Wir hatten die Gelegenheit, eingeständig zu arbeiten und am Ende unser Projektergebnis sogar der Presse vorzustellen.“**

Teilnehmerin von einem Berufskolleg

## SO KÖNNTEN PROJEKTE DER B-TEAMS AUSSEHEN...

### Frühstücksolympiade mit Rollbrett-Parcours

Bewegung, Ernährung und Denksport am Friedrich-Ebert-Gymnasium Bonn



### Projekte auf Augenhöhe und ohne Notendruck

Gemeinsam gesunde Schule gestalten – Geschwister-Scholl-Gymnasium Pulheim



### Weiche Matten, gedimmtes Licht: Traumreisen sind ausdrücklich erwünscht

Bertolt-Brecht-Gesamtschule Löhne





Weitere Informationen  
zu den B-Teams



## Ansprechpersonen für BuG Schulen



### Landeskoordination Bildung und Gesundheit NRW

Wenden Sie sich an die BuG-Koordination  
an Ihrer Schule.

Tel.: 0234 91535 - 7000  
E-Mail: [landeskoordination@bug-nrw.de](mailto:landeskoordination@bug-nrw.de)

## Ansprechperson für alle anderen Schulen



### AOK NordWest

Ihre Ansprechpartnerin ist  
Kathrin Mersch

Tel.: 0800 2655 - 500629  
E-Mail: [kathrin.mersch@nw.aok.de](mailto:kathrin.mersch@nw.aok.de)