

Stark und gesund in der Grundschule

Klasse **2000**[®]



Gesundheitsförderung, Gewalt- und Suchtvorbeugung



Schirmherrschaft



Die Drogenbeauftragte
der Bundesregierung



Geprüft + Empfohlen!



Partner der deutschen
Lions Clubs

Konzept

- ☺ Kinder lernen, was sie tun können, damit es ihnen selbst und anderen gut geht – körperlich, psychisch und sozial
- ☺ Programm 1. bis 4. Klasse, passend zu den Bildungsplänen, integriert in den Schulunterricht
- ☺ Zusammenarbeit von Lehrkräften und Klasse2000-Gesundheitsförderern; Einbeziehung der Eltern
- ☺ Aktive Stunden mit KLARO, die Spaß machen; praxisorientiertes Material: Poster, Hefte, Spielgeräte...
- ☺ Regelmäßige Evaluation
- ☺ Finanzierung durch Patenschaften



- ☺ Kindern ist es wichtig gesund zu sein und sie sind überzeugt, selbst etwas dafür tun zu können
- ☺ Kinder kennen ihren Körper und wissen was sie tun können, um gesund zu bleiben und sich wohlfühlen, z. B. Ernährung, Bewegung, Entspannung
- ☺ Kinder besitzen wichtige Lebenskompetenzen: z. B. mit Gefühlen und Stress umgehen, mit anderen zusammenarbeiten, Streit lösen, Nein sagen (z. B. zu Tabak und Alkohol)



Themen

- 😊 Gesund essen & trinken
z. B. Wasser als Durstlöscher; Obst und Gemüse: 5 am Tag
- 😊 Bewegen & entspannen
z. B. Bewegungspausen; Entspannungsübungen
- 😊 Sich selbst mögen & Freunde haben
z. B. den eigenen Körper wertschätzen, Stärken und Schwächen kennen; im Team arbeiten
- 😊 Probleme & Konflikte lösen
z. B. mit Angst und Wut richtig umgehen;
gewaltfreie Lösungen finden
- 😊 Kritisch denken & Nein sagen
z. B. Gefahren von Tabak und Alkohol
kennen; Nein sagen üben bei
Gruppendruck



Für Kinder und Lehrkräfte

- ☺ Stundenvorschläge und Schülerhefte für Klasse 1 bis 4, je ca. 15 Stunden
- ☺ Vielfältiges Material: Poster, CDs, Bewegungskarten, Ernährungspyramide, Atem-Trainer, Entspannungsball, Stethoskope, Gefühlebuch ...
- ☺ Klasse2000-Gesundheitsförderer: pro Jahr 2-3 Impulsstunden mit den Kindern; Vorbereitungsgespräche mit den Lehrern
- ☺ Differenziertes Material, für Förderschulen, Inklusions- und jahrgangsgemischte Klassen



Für Eltern und Schulen

- 😊 Elternabend zur Einführung
- 😊 Jährliche Elternbriefe zu den Themen der Stunden
- 😊 Zeitung KLARO-Text: Neues über Klasse2000 und zur Gesundheitsförderung
- 😊 Broschüre Schule2020: Ideen für den Weg zur gesundheitsfördernden Grundschule
- 😊 Das Klasse2000-Zertifikat für Schulen, die intensiv mit dem Programm arbeiten



Wirkung

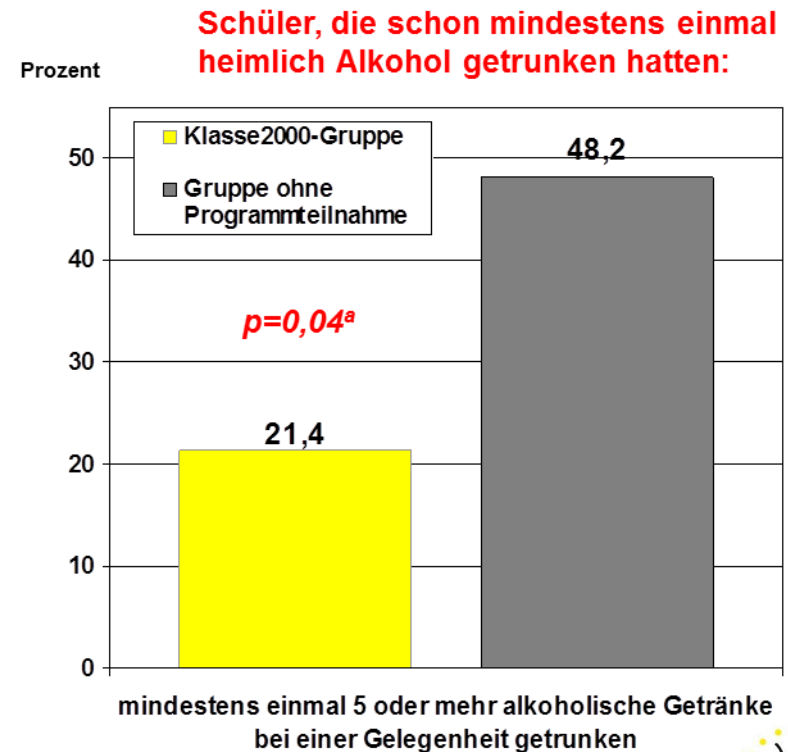
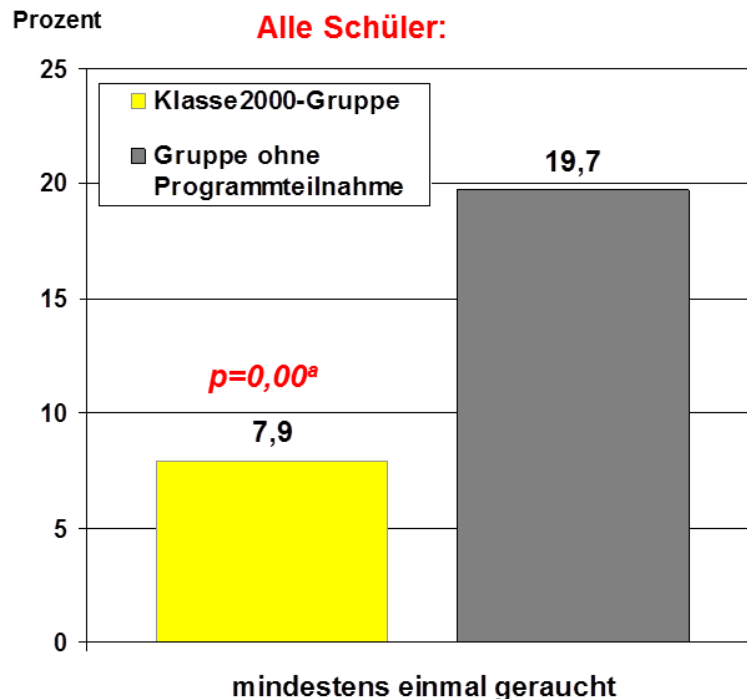
Studie mit Klasse2000-Schülern und Schülern ohne Programm-Teilnahme in 119 Klassen (1.-4. Klasse)
Zwei Nachbefragungen (6. und 7. Klasse)

- ☺ Das **Klassenklima** entwickelte sich in Klasse2000-Klassen günstiger als in Klassen ohne Programmteilnahme.
- ☺ Klasse2000-Kinder wussten in der Grundschulzeit mehr über Gesundheit und glaubten, selbst mehr für ihre Gesundheit **tun** zu können.
- ☺ Frühere Klasse2000-Schüler (6. und 7. Klasse) nannten häufiger die **Ernährung** als eine konkrete Möglichkeit, gesund zu bleiben.
- ☺ In der Klasse2000-Gruppe (6. und 7. Klasse) hatte ein geringerer Anteil der Schüler schon einmal **geraucht**.
- ☺ In der 6. Klasse hatte ein geringerer Anteil in der Klasse2000-Gruppe schon einmal **Alkohol** getrunken.
- ☺ In der Klasse2000-Gruppe (7.Klasse) ist der Anteil der Schüler, die viel Alkohol trinken, deutlich **geringer**.



Wirkung: Nachbefragung 7. Klasse

- 😊 In der Klasse2000-Gruppe haben deutlich weniger Schüler schon einmal geraucht.
- 😊 In der Klasse2000-Gruppe haben deutlich weniger Schüler (unter den bereits Alkohol Trinkenden) schon mindestens einmal 5 oder mehr alkoholische Getränke bei einer Gelegenheit getrunken.



^a kontrolliert nach Alter, Geschlecht und Schultyp



Patenschaft

- 😊 Finanzierung durch Spenden und Fördergelder in Form von Patenschaften
- 😊 Patenschaft 2015/16: pro Klasse und Schuljahr 220 € für 1. Klassen, 200 € für 2. -4. Klassen, steuerlich absetzbar
- 😊 Paten sind z. B.:
 - Lions Clubs, Eltern,
 - Fördervereine,
 - Firmen, Banken,
 - Ärzte, Apotheken,
 - Krankenkassen ...



Machen Sie mit!

Über 1,2 Millionen Kinder aus mehr als 54.000 Klassen haben seit 1991 schon mitgemacht!

"Wenn man in der Schule was fürs Leben lernen soll, dann doch am besten, wie man gesund und lebendig bleibt!"

Klasse2000 ist klasse!"

Dr. Eckart von Hirschhausen
Ehrenamtlicher Klasse2000-Botschafter

