

5.2.Klasse 2000¹

Gesundheitsförderung und Prävention

Klasse2000[®]

STARK UND GESUND IN DER GRUNDSCHULE



Gesund, stark und selbstbewusst – so sollen Kinder aufwachsen. Dabei unterstützt die Goetheschule Klasse2000, ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltvorbeugung in der Grundschule.

Mit Klasse2000 und seiner Symbolfigur KLARO erfahren die Kinder an der Goetheschule, was sie selbst tun können, damit es ihnen gut geht und sie sich wohlfühlen. Frühzeitig und kontinuierlich von Klasse 1 bis 4 lernen die Kinder mit Klasse2000 das 1x1 des gesunden Lebens – aktiv, anschaulich und mit viel Spaß. Lehrkräfte und speziell geschulte Gesundheitsförderer gestalten rund 15 Klasse2000-Stunden pro Schuljahr zu den wichtigsten Gesundheits- und Lebenskompetenzen. So entwickeln unsere Kinder Kenntnisse, Haltungen und Fertigkeiten, mit denen sie ihren Alltag so bewältigen können, dass sie sich wohlfühlen und gesund bleiben.

Ziele

- 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, damit er gesund bleibt und sie sich wohl fühlen
- Kinder besitzen wichtige Lebenskompetenzen: z.B. mit Gefühlen und Stress umgehen, mit anderen kooperieren, Konflikte lösen und kritisch denken.

Themen

- Gesund essen & trinken
- Bewegen & entspannen
- Sich selbst mögen & Freunde haben
- Probleme & Konflikte lösen
- Kritisch denken & Nein sagen

¹ <http://www.klasse2000.de/das-programm/gesundheitsfoerderung-und-praevention.html>

Gute Gründe für Klasse2000

- Die Themen passen zu unserem Erziehungsauftrag der Schule: Ernährung, Bewegung, Gewalt- und Suchtvorbeugung
- Geschulte Gesundheitsförderer besuchen die Klassen - Lehrkräfte profitieren vom Perspektivenwechsel
- Vielfältiges Material macht den Kindern Spaß
- Verbesserung von Klassenklima und Sozialverhalten

Seit dem Jahr 2015 hat unsere Schule auch das Zertifikat erhalten.

Das Klasse2000-Zertifikat

Besonders engagierte Schulen können mit dem Klasse2000-Zertifikat zeigen, dass ihnen die Gesundheit der Schüler am Herzen liegt.

Die Schule hat eine Urkunde erhalten, ein Schild für den Außenbereich sowie ein Logo zur Verwendung in Briefen und Veröffentlichungen der Schule. Außerdem ist unsere zertifizierte Schule auf der Website von Klasse 2000 veröffentlicht.

Um das Zertifikat zu erhalten, mussten folgende Voraussetzungen erfüllt sein:

- Mindestens 75 % aller Grundschulklassen der Schule nehmen im laufenden Schuljahr am Programm Klasse2000 teil - bei unserer Schule 100%
- Klasse2000 ist im Schulprogramm/-profil verankert
- Eine Steuergruppe koordiniert das Programm
- Auf Schulebene finden strukturelle Aktivitäten zur Gesundheitsförderung statt, z.B. regelmäßiges gemeinsames Frühstück, regelmäßiges Trinken im Unterricht, regelmäßige Bewegungs- oder Entspannungspausen