

„Klasse 2000“ an der Grundschule Dinkelsbühl erprobt – Vorbeugung und Gesundheitsförderung müssen früh ansetzen

Projekt setzt auf Sucht- und Gewaltprävention

Der Lions Club Dinkelsbühl legt den Grundstein durch Vermittlung von Paten – Organisatoren informierten über Projekt

DINKELSBÜHL (hdg) – Gesundheit von Kindern ist ein Thema, das in der Öffentlichkeit intensiv diskutiert wird, geprägt von Begriffen wie Bewegungsmangel, Fettleibigkeit, Alkoholexzesse und Gewalt. Möglichst schnell sollen dann jeweils effektive Lösungen gefunden werden, was sich jedoch als sehr schwierig erweist. Verhaltensweisen bilden sich von früher Kindheit an über einen längeren Zeitraum und bleiben dann relativ stabil. Sucht- und Gewaltprävention sowie Gesundheitsförderung müssen deshalb früh ansetzen. Genau dies ist das Ziel von „Klasse 2000“ in der Grundschule.

Immerhin fast ein Drittel der Eltern von neu eingeschulerten Schülern der 1. Jahrgangsstufe war der Einladung zu einem Elternabend in der Grundschule Dinkelsbühl gefolgt, um über das seit vielen Jahren an der Schule erprobte Projekt informiert zu werden. Die externe Gesundheitsförderin Anne Krebs sprach über die Ziele und Themen des Programms, das die Kinder fit fürs Leben machen will. Sie erwähnte zum Beispiel Themen wie Atmung, Entspannung und Bewegung, gesunde Ernährung, Umgang mit Problemen, gewaltfreie Lösung von Konflikten, Gefahren von Tabak und Alkohol, Nein-Sagen lernen bei Gruppendruck durch Rollenspiele und Durchschauen von Werbung.

„Klasse 2000“ ist das bundesweit größte Programm zur Gesundheitsförderung und Suchtprävention in Grundschulen. Es begleitet die Kinder von der ersten bis zur vierten Jahrgangsstufe und erzielt dadurch eine hohe Nachhaltigkeit. Das pädagogische Konzept des Unterrichtsprogramms wurde 1991 am Klinikum Nürnberg von Experten aus unterschiedlichen Bereichen entwickelt. Es wird laufend wissenschaftlich überprüft und aktualisiert.



Hier warten Styroporkugeln auf die Erstellung des „KLARO“, der von jedem Schüler individuell gestaltet wird. Die Identifikationsfigur begleitet die Kinder durch die Klasse-2000-Stunden. Foto: Geißler

„Klasse 2000“ setzt auf einen altersgerechten Unterricht, der Spaß macht. Dafür steht die von den Schülern selbst liebevoll angefertigte Identifikationsfigur „KLARO“, der die Kinder durch die Klasse-2000-Stunden begleitet. Die Klassenlehrer erhalten ausführliches Vorbereitungsmaterial und Unterrichtsvorschläge, die Kinder jedes Jahr ein eigenes Arbeitsheft.

Zwei bis drei Unterrichtseinheiten pro Schuljahr gestalten die externen Gesundheitsförderer, die speziell geschulte Fachleute aus den Bereichen Gesundheit und Pädagogik sind. Die Kinder erhalten durch sie eine starke Motivation, welche die Lehrkräfte wiederum für ihren eigenen Unterricht nutzen. „Klasse 2000“ legt außerdem großen Wert auf die Einbindung und Information der Eltern. Nur wenn Eltern und Schule an einem Strang ziehen, kann Gesundheitsförderung erfolgreich sein.

Wer sich selbst gut kennt, erfolgreich kommuniziert und Probleme konstruktiv lösen kann, wird höchst-

wahrscheinlich die Herausforderungen des Lebens ohne Sucht und Gewalt meistern können, wie es hieß. Aus diesem Grund werden bei dem Projekt nun bereits ab der ersten Klasse die sozialen und persönlichen Kompetenzen der Kinder gestärkt.

Gemeinsam erarbeiten die Kinder, wie sie miteinander umgehen wollen. Sie besprechen, welche Regeln ihnen wohl zu fühlen. Um Streit und Ärger zu vermeiden, lernen und erproben sie einfache und effektive Regeln für das Sprechen und Zuhören. Das Thema „Das kann ich schon – das kann ich noch nicht“ regt die Kinder zudem zu einer realistischen Selbstwahrnehmung an.

Der zweite Schwerpunkt in der ersten Jahrgangsstufe liegt bei der Vermittlung von Körperwissen, und zwar zum Thema „Luft und Atmung“. Die Kinder werden zum Forschen und Experimentieren angeregt. Dabei erfahren sie viel über den Weg der Luft durch den Körper, die Bedeutung des

Sauerstoffs für das Leben und den Zusammenhang von Atmung, Bewegung und Gefühlen. Da auch Kinder bereits unter Stress leiden, lernen sie verschiedene Möglichkeiten kennen, sich durch richtige Atmung bewusst zu entspannen.

In der ersten Klasse erhalten alle Lehrkräfte eine Klasse-2000-Bewegungs-CD mit Anleitungen für fünfminütige Bewegungspausen, die jederzeit im Unterricht eingesetzt werden können. So soll regelmäßige Bewegung im Klassenzimmer ohne großen Aufwand ermöglicht werden – und eine Befragung zeigt, dass das gut funktioniert.

Darüber hinaus regt „Klasse 2000“ die Kinder zu eigenen Aktivitäten an. Die Stunden sind so konzipiert, dass sich die Kinder viele Inhalte durch Fragen, Spiele und Gruppenarbeiten selbstständig und aktiv erarbeiten. Dadurch werde, wie es hieß, nicht nur ihr Wissen vergrößert, sondern die selbstständige Auseinandersetzung mit dem Thema „Gesundheit“ trage zur Veränderung von Verhaltensweisen bei – und gerade darauf komme es in der Gesundheitsförderung an. Untersuchungen hätten gezeigt, dass Klasse-2000-Stunden die Persönlichkeitsentwicklung positiv beeinflussen und die Klassengemeinschaft stärken.

Das Projekt wird über Spenden finanziert, meist in Form von Patenschaften für einzelne Schulklassen. Als Paten engagieren sich Eltern, Firmen, Privatpersonen, Stiftungen und unterschiedliche Institutionen.

Der Lions Club Dinkelsbühl koordiniert in diesem Schuljahr 47 Patenschaften an den Grundschulen in Dinkelsbühl, Segringen, Wassertrüdingen, Feuchtwangen Stadt und Land. Hans-Dieter Geißler, selbst erfahrener Pädagoge und Mitglied des Lions Clubs, ist seit Jahren der Koordinator und Ansprechpartner des umfassenden Projekts (09851/3436).