

Klasse2000®

STARK UND GESUND IN DER GRUNDSCHULE

Gesundheitsförderung
Gewaltvorbeugung und
Suchtvorbeugung
für Klasse 1 - 4



Schirmherrschaft



Die Drogenbeauftragte
der Bundesregierung



Partner der
deutschen Lions



GRÜNE LISTE PRÄVENTION



Geprüft + Empfohlen!

Risiken



- Rauchen: 7 % der Jugendlichen (BZgA, 2020)
- Alkohol: 9 % der Jugendlichen trinken regelmäßig, 15% praktizierten im letzten Monat mind. einmal Rauschtrinken (BZgA, 2020)
- Übergewicht: 15 % der Kinder im Grundschulalter (KiGGS-Studie, 2018)
- Psychische Auffälligkeiten: 17 % der Kinder und Jugendlichen (KiGGS-Studie, 2018)
- Computer- u. internetbezogene Störung: 6 % der Jugendlichen (BZgA, 2017)

gerundete Werte

Ziele



Gesundheit fördern, Sucht und Gewalt vorbeugen

Die Kinder lernen

- wie ihr Körper funktioniert und was ihnen gut tut
- wie wichtig Gesundheit ist und was sie selber dafür tun können
- wie sie für sich selber sorgen und gut mit anderen umgehen

Themen



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

Programm



- Gesundheits- und Lebenskompetenzen
- Komplette Stundenvorschläge 1.- 4. Klasse,
- Je 10 – 15 Stunden, fächerübergreifend
- Stunden mit Gesundheitsförder:innen und Lehrer:innen
- Hefte, CD, Spiele usw. für Kinder, Infos für Eltern
- Neu: Digitales Lernen im www.klaro-labor.de

1. Jahr: Gesund mit KLARO



Stunden: Gesundheitsförder:innen: 2

Lehrer:innen: 13

Themen: Atmung, Bewegung, Pausenbrot,
Klassenklima

Material: Kinderheft, KLARO, Atemtrainer,
Pausenbrot-Drehscheibe

Eltern: Infoveranstaltung, Elternbrief und
Elternbroschüre

2. Jahr: Fit mit KLARO



- Stunden: Gesundheitsförder:innen: 3
Lehrer:innen: 10
- Themen: Ernährung, Entspannung,
Gefühle
- Material: Körperpuzzle, KLARO-Kugel,
Gefühle-Buch, Entspannungs-CD
- Eltern: Elternbrief, KLARO-Text,
Würfelspiel

3. Jahr: Stark mit KLARO



- Stunden: Gesundheitsförder:innen: 3
Lehrer:innen: 11
- Themen: Klassenklima, Kommunikation,
Problem- u. Konfliktlösung,
Herz-Ernährung-Bewegung
- Material: Stethoskope, Heft KLAROs
Sportspaß, Merkkarte KLAROs
Zauberformel
- Eltern: Elternbrief, KLARO-Text,
Lesezeichen KLAROs
Zauberformel

4. Jahr: Schlau mit KLARO



Stunden: Gesundheitsförder:innen: 3

Lehrer:innen: 11

Themen: Gehirn, Werbung, Bildschirmmedien, Rauchen und Alkohol, Gruppendruck, Nein-Sagen

Material: Heft KLAROs Taschenhirn, Türschild, KLAROs Tippkarte

Eltern: Elternbrief, KLARO-Text

Wirkung



Klasse2000 ist aufgenommen in die
Grüne Liste Prävention
Höchste Stufe: Effektivität nachgewiesen

Studien von unabhängigen Forschungsinstituten
Kinder mit Klasse2000 ↔ ohne Klasse2000

Positive Wirkung im Grundschulalter auf

- Konsum von Gemüse u. Obst, Wasser, Süßigkeiten
- Aktiven Schulweg
- Gewalterfahrung

Positive Wirkung im Jugendalter auf

- Rauchen
- Alkoholkonsum

Studienberichte: <http://www.klasse2000.de/downloads/evaluation.html>

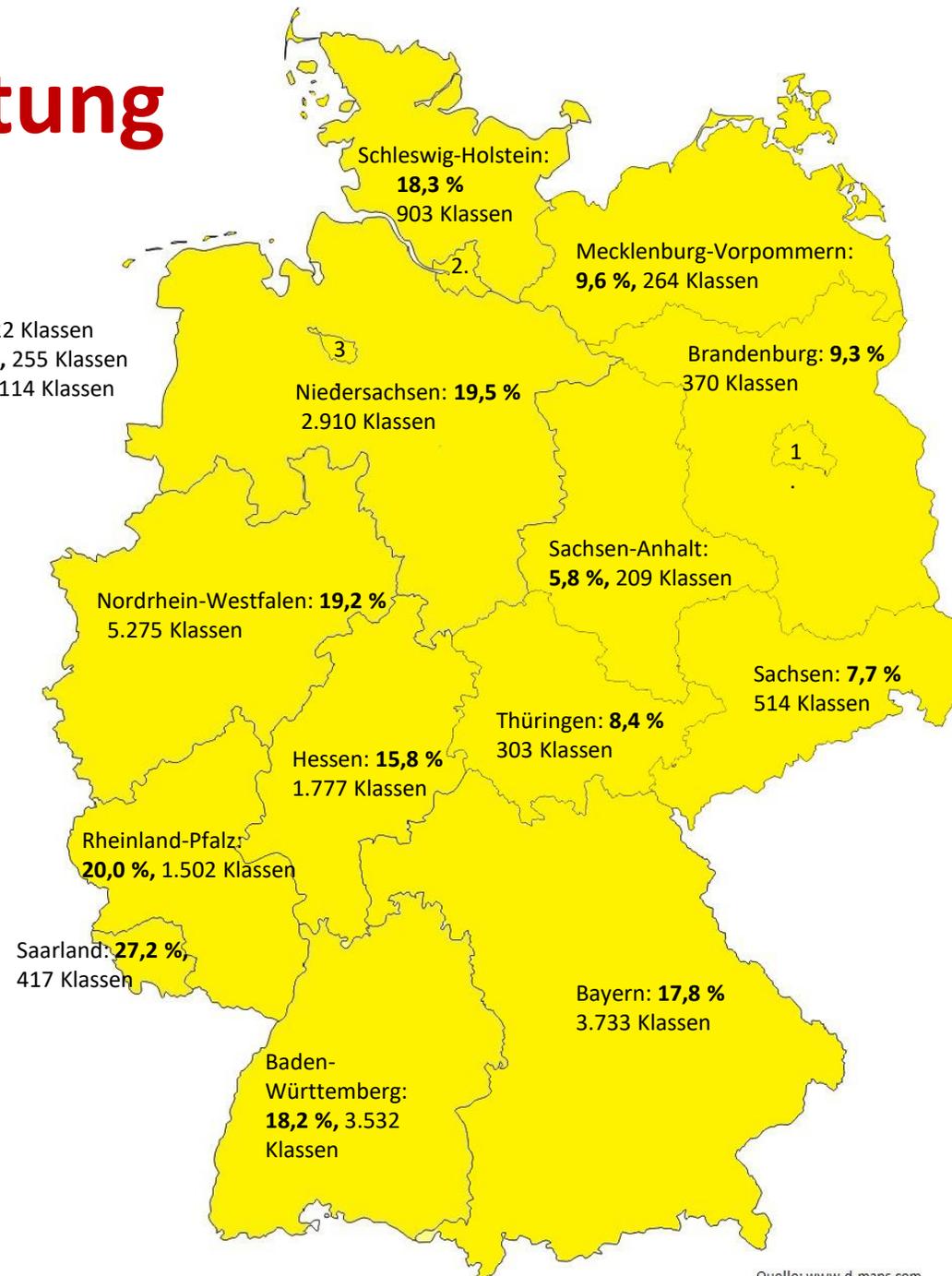
Patenschaft



- Spenden und Fördergelder als Patenschaften für Klassen
- 220 € pro Klasse und Schuljahr
- Lions Clubs, Krankenkassen, Firmen, Stiftungen, öffentliche Mittel, Fördervereine, Eltern ...
- Sparsame und wirtschaftliche Mittelverwendung

Verbreitung

1. Berlin: **7,3 %**, 422 Klassen
2. Hamburg: **8,0 %**, 255 Klassen
3. Bremen: **9,9 %**, 114 Klassen



Quelle: www.d-maps.com

Schuljahr 2019/2020

- 22.500 Klassen = 16 % der Grundschulklassen
- 3.933 Schulen = 25 % der Grundschulen
- 505.071 Kinder
- 1.651 Klasse2000-Gesundheitsförder:innen
- 5.788 Paten



Mitmachen



Infos



- www.klasse2000.de
- Broschüren etc.:
klasse2000.de/downloads/infomaterial
- Regionale Koordinatorinnen:
klasse2000.de/kontakt/regionale-koordinatorinnen

