

Pressemitteilung
20.5.2019

Stark und gesund in der Grundschule – Michaelschule-Oberried beteiligt sich am Programm Klasse2000

Das 1 x 1 des gesunden Lebens lernen die Kinder an der Michaelschule in Oberried. Ab diesem Schuljahr beteiligt sich die Schule an Klasse2000, dem in Deutschland am weitesten verbreiteten Programm zur Gesundheitsförderung, Gewalt- und Suchtprävention in der Grundschule.

„Wir möchten Kinder frühzeitig für das Thema Gesundheit begeistern und sie dabei unterstützen, die Herausforderungen des Lebens ohne Sucht und Gewalt zu lösen. Mit der Symbolfigur KLARO erforschen die Kinder spielerisch und mit viel Spaß, was sie selbst tun können, um gesund zu bleiben und sich wohlfühlen“, so begründet Schulleiterin Corinne Johner das Engagement ihrer Schule. Besonders freut sie sich über die Unterstützung von Herrn Helmut L`Occaso vom Lions Club Dreisamtal, der als Pate mit seiner Spende die Teilnahme an dem Programm ermöglicht.

Klasse2000 begleitet Kinder von Klasse 1 bis 4 und behandelt alle Themen, die zum gesunden Leben dazugehören: von Bewegung, Ernährung und Entspannung bis hin zur gewaltfreien Lösung von Konflikten und der kritischen Auseinandersetzung mit Bildschirmmedien, Werbung, Tabak und Alkohol. Besondere Höhepunkte im Unterricht sind für die Kinder die Stunden der Klasse2000-Gesundheitsfördererin Frau Uta Geiger-Denzel. Sie führt zwei- bis dreimal pro Schuljahr neue Themen in den Unterricht ein und bringt dafür interessante Spiele und Materialien mit – z. B. einen Atemtrainer, eine Pausenbrot-Drehscheibe oder Stethoskope. Anschließend vertiefen die Lehrkräfte diese Themen mit den Kindern in den Klaro-Stunden.

Die Erstklässler erforschen in diesem Schuljahr den Weg der Luft durch den Körper und lernen dabei die einfachste Entspannungsübung der Welt kennen – das tiefe Ausatmen. Sie erfahren, warum sich ihr Körper bewegen kann und dass er eine ausgewogene Ernährung braucht, um gesund zu bleiben. Mit der Pausenbrot-Drehscheibe finden sie selbst heraus, wie sie gesund und lecker essen und trinken können.

Klasse2000 wirkt nachhaltig

Klasse2000 wird laufend wissenschaftlich begleitet und überprüft. Mehrere Studien belegen – neben der Praxistauglichkeit und guten Bewertung des Programms durch Lehrkräfte und Eltern – positive Effekte auf das Ernährungs- und Bewegungsverhalten von Klasse2000-Kindern sowie auf die Häufigkeit von Rauchen und Rauschtrinken auch noch am Ende der 7. Klasse.

Über 1,6 Millionen Kinder erreicht

Seit 1991 hat Klasse2000 mehr als 1,6 Millionen Kinder erreicht. Allein im Schuljahr 2017/18 nahmen über 21.000 Klassen mit mehr als 480.000 Kindern daran teil – das sind 15 % aller Grundschulklassen in Deutschland.