



**MECKLENBURG-VORPOMMERN**

Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur

# RAHMENPLAN

Grundschule

Regionale Schule

Verbundene Haupt- und Realschule

Hauptschule

Realschule

Gymnasium

Integrierte Gesamtschule

Jahrgangsstufen 1 -13

Erprobungsfassung 2004

Gesundheitserziehung

#### Impressum

Herausgeber: Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur  
Mecklenburg-Vorpommern, Werderstr. 124,  
19055 Schwerin

#### Rahmenplan-Kommission:

Dr. Inge Koch (Vorsitzende), L.I.S.A./PRI Neubrandenburg  
Dr. Gundrun Zander, L.I.S.A. Schwerin  
Bärbel Beck, Verbundene Haupt- und Realschule Demen  
Valentina Filter, F.-Ludwig-Jahn-Gymnasium Greifswald  
Karin Ladewig, J.-Curie-Gymnasium Röbel

Herstellung: Satz und Gestaltung - dekas GmbH Rostock  
Druck und Verarbeitung - adiant Druck Roggentin

## Vorwort

Der Rahmenplan *Gesundheitserziehung* der Jahrgangsstufen 1 bis 13 gilt für alle Schularten der allgemeinbildenden Schulen. In den Bildungsgängen dieser Schularten sind die Schüler so zu fordern und zu fördern, dass sie in altersgemäßer Weise aktiv am gesellschaftlichen Leben teilhaben können und auf die eigenverantwortliche Gestaltung eines sinnerfüllten Lebens vorbereitet werden. Dazu gehört, dass sie den Anforderungen weiterer Qualifikationswege wie Studium oder Berufsausbildung sowie der Arbeitswelt gewachsen sind. Die Qualität schulischer Bildung und Erziehung kann maßgeblich unterstützt werden, wenn sich alle an Schule beteiligten Personen der Gesundheitserziehung verpflichtet fühlen. Nur wenn in der Schule gesunde Lern- und Arbeitsbedingungen herrschen, werden sich Schullaufbahnen und Lebensläufe von Schülern erfolgreich entwickeln können.

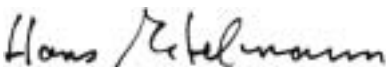
Der Rahmenplan *Gesundheitserziehung* bietet eine grundsätzliche Orientierung, indem er exemplarisch gesundheitserzieherische Aspekte aufzeigt, Themenbereiche aus den Rahmenplänen der Fächer aufgreift, ausgewählte Planungsangebote für Themen und Projekte bzw. projektorientierte Arbeit unterbreitet und eine Strukturierungshilfe für Schulentwicklung anbietet.

Themenbereiche der Gesundheitserziehung sind in den Unterricht, die außerunterrichtliche Arbeit und das gesamte Schulleben zu integrieren. Schulische Gesundheitserziehung kann im Sinne der Öffnung von Schule durch Angebote kommunaler Träger bereichert werden.

Je umfassender die Kinder und Jugendlichen Gesundheitserziehung als mehrdimensionale, aktive Auseinandersetzung mit ihrer Umwelt, u. a. mit dem physischen, psychischen, sozialen oder ökologischen Geschehen begreifen und die dazu notwendigen Kompetenzen ausbilden, desto bewusster wird ihr Gesundheitshandeln gelingen.

In diesem Sinne bitte ich alle Lehrer, den Rahmenplan im eigenen Kollegium als eine Grundlage für die Gestaltung der schulinternen Lehrpläne zu nutzen.

Der Rahmenplan wird zunächst in der Erprobungsfassung in Kraft gesetzt. Hinweise und Anregungen, die sich aus schulischen Erfahrungen mit dem Rahmenplan ergeben, werden vom Landesinstitut für Schule und Ausbildung (L.I.S.A.) entgegengenommen.



Prof. Dr. Dr. Hans-Robert Metelmann  
Minister für Bildung, Wissenschaft und Kultur

Vorwort .....	1
1 Der Beitrag des Aufgabengebietes <i>Gesundheitserziehung</i> zur Ausbildung von Kompetenzen .....	4
2 Arbeit mit dem Rahmenplan .....	6
3 Themenbereiche der Gesundheitserziehung .....	7
3.1 Schule als gesunder Lebensraum .....	7
3.2 Individuelle, gesunde Lebensführung .....	7
3.3 Gewaltprävention - Gewaltintervention .....	7
3.4 Sexualerziehung .....	7
3.5 Sucht- und Drogenprävention .....	8
3.6 Ernährungserziehung .....	8
3.7 Gesundheit und Krankheit .....	8
3.8 Unfallvermeidung und Erste Hilfe .....	8
3.9 Sport und Bewegung .....	9
4 Beispiele zur Gestaltung des Aufgabengebietes <i>Gesundheitserziehung</i> .....	9
4.1 Beiträge der Fächer Beispiele für die Fächer <i>Sachunterricht, Biologie, Sozialkunde</i> und <i>Sport</i> .....	9
4.2 Fachübergreifendes und fächerverbindendes Arbeiten am Beispiel des Themenbereiches <i>Ernährungserziehung</i> auf der Grundlage der in den Rahmenplänen der Fächer ausgewiesenen Inhalte .....	21
Beispiel: Themenbereich <i>Ernährungserziehung</i> .....	22
4.3 Projekte und projektorientierte Arbeit .....	27
Beispiel: <i>Was ich schon alles kann</i> (Jahrgangsstufe 1) .....	28
Beispiel: <i>Das Vierkornbrötchen-Frühstück</i> (Jahrgangsstufe 4) .....	28
Beispiel: <i>Erste Hilfe</i> (Jahrgangsstufe 5/6) .....	30
Beispiel: <i>Alkohol</i> (Jahrgangsstufe 9) .....	31
Beispiel: <i>Der Ölbaum</i> (Jahrgangsstufe 12) .....	32
4.4 Schulentwicklung <i>Gesunde Schule</i> .....	33

# 1 Der Beitrag des Aufgabengebietes *Gesundheitserziehung* zur Ausbildung von Kompetenzen

Moderne Gesundheitserziehung in der Schule orientiert sich an der Programmatik der Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung (WHO 1986). Danach zielt »Gesundheitsförderung auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen«. <sup>1</sup>

Gesundheitsförderung unterstützt »die Entwicklung von Persönlichkeiten und sozialen Fähigkeiten durch Information, gesundheitsbezogene Bildung sowie die Verbesserung sozialer Kompetenzen und lebenspraktischer Fertigkeiten«. <sup>1</sup>

In der Programmatik werden als die fünf wesentlichen Handlungsbereiche benannt:

- die Entwicklung einer gesundheitsförderlichen Gesamtpolitik
- die Schaffung gesundheitsförderlicher Lebenswelten
- die Unterstützung gesundheitsbezogener Gemeinschaftsaktionen
- die Entwicklung persönlicher Kompetenzen
- die Neuorientierung der Gesundheitsdienste und anderer gesundheitsrelevanter Dienste.

Gesundheitserziehung ist auf den gelingenden Aufbau einer Handlungskompetenz gerichtet, die es dem Schüler ermöglicht, Gesundheit als wesentliche Grundbedingung des alltäglichen Lebens zu begreifen, für sich gesundheitsdienliche Entscheidungen treffen zu können sowie Verantwortung für die Mitmenschen und die Umwelt zu übernehmen.

Im schulischen Alltag sind die Kompetenzen so zu bündeln, dass sie allen an Schule Beteiligten ein aktives, soziales und individuelles Leben und Lernen ermöglichen. Die Inhalte schulischer Gesundheitserziehung sollen aufbauend auf dem traditionell bio-medizinisch-naturwissenschaftlichen Denkmodell zu einem integrativ-ganzheitlichen Verständnis von Gesundheit im Sinne der Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung führen.

Die Übersichten 1 und 2 zeigen die gesundheitserzieherisch relevanten Zielsetzungen für die einzelnen Kompetenzen.

## Übersicht 1:

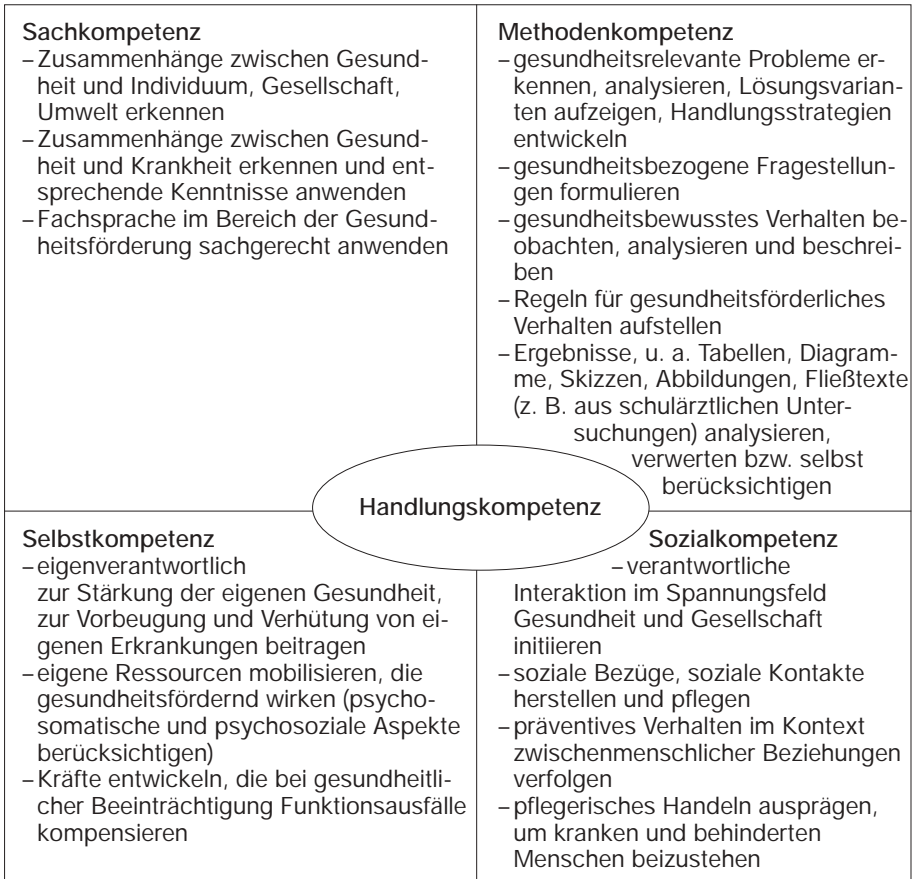
### **Ausgewählte Beispiele zur Kompetenzentwicklung im Aufgabengebiet *Gesundheitserziehung***

Handlungskompetenz ist sowohl Ziel als auch Instrument des Lernens, sie wird im individuellen Entwicklungsprozess aufgebaut und weiter vervollkommnet. Sie konkretisiert sich in Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Sozialkompetenz und Selbstkompetenz.

---

<sup>1</sup> Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung: Entwicklung einer gesundheitsfördernden Gesamtpolitik/World Health Organization; Health and Welfare Canada; Canadian Public Health association. 1. Aufl., Nachdruck der autorisierten Fassung. Gamburg: Conrad, Verlag für Gesundheitsförderung 1993.

Bezogen auf die Gesundheitserziehung bedeutet:



**Übersicht 2:**  
**Handlungskompetenz im Sinne von**  
**Zielvorstellungen der Gesundheitserziehung**

Schüler verfügen über Handlungskompetenz im Bereich der Gesundheitserziehung, wenn sie in angemessener Weise

- Gesundheit in ihrer Mehrdimensionalität als physisches, psychisches, soziales und ökologisches Geschehen begreifen und Kenntnisse darüber besitzen
- Risiken und Chancen für Gesundheit im gesellschaftlichen Kontext erkennen und Einsichten in die eigene Gesundheitsbalance gewinnen
- die gesundheitserzieherischen Dimensionen erkennen, einordnen und beurteilen können
- an der Schaffung gesunder Lern- und Arbeitsbedingungen in der Schule mitwirken und Eigeninitiative für gesundheitsfördernde Maßnahmen entwickeln
- Gesundheit als subjektives Befinden wahrnehmen und artikulieren können
- ein Bewusstsein für den individuellen Nutzen von Prävention aus salutogenetischer Perspektive entwickelt haben
- das Prinzip des Gender Mainstreaming kennen und anwenden

- durch Stärkung und Mobilisierung persönlicher Ressourcen am Erhalt ihrer Gesundheit mitwirken
- Risikofaktoren vermeiden, die für Entstehung und Verlauf von sogenannten Volkskrankheiten verantwortlich sind
- fähig sind, mit persönlicher Krankheit umzugehen
- dem Grundsatz der Toleranz folgend das Anderssein von Menschen mit Behinderungen oder Krankheiten sensibel annehmen und sich entsprechend verhalten.

## 2 Arbeit mit dem Rahmenplan

Der Erlass des Kultusministeriums zur Gesundheitserziehung, Sucht- und Gewaltprävention<sup>2</sup> definiert Gesundheitserziehung als Aufgabe der Schule und umreißt Ziele und Grundsätze der Gesundheitserziehung sowie entsprechende Schwerpunkte. Er formuliert Beiträge der Fächer und deren Ausprägung in den verschiedenen Schularten und Schulbereichen. Als besondere schulische Verantwortungsbereiche werden die Sucht- und Gewaltprävention herausgehoben. Der Erlass benennt als Voraussetzung für eine wirkungsvolle Gesundheitserziehung und Präventionsarbeit die intensive Zusammenarbeit der Lehrkräfte mit den Erziehungsberechtigten sowie die Öffnung der Schule.

Der Rahmenplan **Gesundheitserziehung** gilt für alle Schulstufen und Schularten. Seine Inhalte sind in allen Unterrichtsfächern sowie in außerunterrichtlichen Veranstaltungen zu berücksichtigen. Darüber hinaus bietet er im Sinne eines erweiterten Konzeptes schulischer Gesundheitsförderung Anregung für die Schulprogramm-Arbeit.

Die im Kapitel 1 (Übersicht 2) beschriebene **Handlungskompetenz** hat Zielstatus und ist **verbindlich**. Der Rahmenplan weist im Kapitel 3 in neun Themenbereichen die inhaltlichen Grundlagen des Aufgabengebietes aus, die der Entwicklung der Kompetenzen dienen.

Unter Berücksichtigung der Rahmenpläne der Fächer bündelt der vorliegende Rahmenplan gesundheitserzieherische Aspekte und dient der Koordination, Auswahl und Transparenz von Themen ganzheitlicher Gesundheitserziehung in der Schule.

Die **Themenbereiche** sind integrativ in allen Jahrgangsstufen als gesundheitserzieherische Schwerpunkte in den schulinternen Lehrplänen fachbezogen, fachübergreifend oder fächerverbindend aufzugreifen. Sie sollen in die Schulprogramme einbezogen werden.

Die dargestellten praktischen Beispiele zur Gestaltung des Aufgabengebietes *Gesundheitserziehung* (Kapitel 4) tragen Empfehlungscharakter und verdeutlichen die vielfältigen Dimensionen schulischen Gesundheitsverständnisses und schulischer Einflussnahme. Die konkrete Auswahl der Lerninhalte, der methodischen und organisatorischen Wege im Unterricht soll stets entsprechend den schulischen Bedingungen und der pädagogischen Konzeption unter besonderer Berücksichtigung der Lerninteressen der Schüler erfolgen. Für eine zielstrebige Gesundheitsförderung im Sinne des Konzeptes *Gesunde Schule* ist die Mitarbeit aller an Schule

---

<sup>2</sup> Gesundheitserziehung, Sucht- und Gewaltprävention an Schulen Mecklenburg-Vorpommerns. Erlass des Kultusministeriums vom 19. Juli 1996, geändert durch Erlass vom 25. September 1997. Schwerin 1997.

Beteiligten Voraussetzung. Phasen auf dem Weg dorthin werden im Abschnitt 4.4 exemplarisch skizziert.

Im Bildungsserver ([www.bildung-mv.de](http://www.bildung-mv.de)) wird – zusätzlich zum Rahmenplan *Gesundheitserziehung* – eine Liste mit externen Ansprechpartnern, Gesundheitsprojekten und Initiativen zur Unterstützung der Arbeit veröffentlicht. Dort können auch Projekte der Schulen oder Angebote von externen Partnern eingestellt werden.

## 3 Themenbereiche der Gesundheitserziehung

### 3.1 Schule als gesunder Lebensraum

- Schule als gesunder Lebens- und Lernort
- Schulgestaltung, z. B. Schulgebäude, Schulhof, Pausengestaltung, Schulweg und Sicherheit, umweltverträgliche Unterrichtsmaterialien
- Schulethos
- zwischenmenschliche Beziehung in der Schule, z. B. soziales Klima unter Beachtung gesundheitspsychologischer Aspekte stärken
- Beratungssysteme für Schüler

### 3.2 Individuelle, gesunde Lebensführung

- Sinn des Lebens, Lebensziele, Lebenskultur, Lebensqualität
- Entwicklung eines gesundheitsbewussten Verhaltens gegenüber sich selbst und Anderen
- allgemeine präventive Maßnahmen zur Stärkung von Gesundheit und zum Vorbeugen und Verhüten von Krankheiten, z. B.:
  - Bewegung und Ruhe
  - Körperpflege und Bekleidung
  - Schul- und Wohnhygiene
  - gesundheitsfördernde Freizeitgestaltung
  - Stressbewältigung
  - Stärkung des Selbstwertgefühls
  - Genuss und Entwicklung von Genussfähigkeit

### 3.3 Gewaltprävention – Gewaltintervention

- Gesprächsführung
- Problemlösungsstrategien
- Konfliktmanagement
- Streitschlichtung, z. B. Mediation
- Gewalt und Medien

### 3.4 Sexualerziehung

- biologische Grundlagen der Fortpflanzung des Menschen
- entwicklungspsychologische Besonderheiten im Kindes- und Jugendalter
- Sprache in der Sexualerziehung
- sexueller Missbrauch/sexuelle Gewalt



- Homosexualität
- AIDS – Aufklärung und Prävention
- sexuell übertragbare Krankheiten
- Sexualhygiene
- soziale, rechtliche und ethische Grundlagen der Sexualität in Partnerschaft, Ehe und Familie
- Gender Mainstreaming als Prinzip

### 3.5 Sucht- und Drogenprävention

- Stärkung des Selbstwertgefühls
- illegale und legale Drogen
- allgemeine Entwicklung des Suchtverhaltens, z. B. beim Konsum von Alkohol, Nikotin, Medikamenten und illegalen Drogen sowie durch nichtstoffliche Wirkungen, u. a. eine Vielzahl an elektronischen Medien, Warenangeboten
- Umgang mit Sucht- und Drogengefährdeten
- Beratungsmöglichkeiten

### 3.6 Ernährungserziehung

- Lebensmittellehre, u. a. gesunde und wertvolle Lebensmittel, Lebensmittelhygiene, Ernährungsverhalten und -gewohnheiten, Gestaltung von Tagesplänen zur gesunden Ernährung
- ernährungsbedingte Störungen und Krankheiten, z. B. Diabetes, Bulimie, Anorexie, Adipositas, Herz- und Kreislauferkrankungen
- Krebsprävention durch gesunde Ernährung

### 3.7 Gesundheit und Krankheit

- Gesundheitsdefinition der WHO
- Gesundheitspolitik und Gesundheitswesen
- Wertschätzung von Gesundheit (eigene medizinische Präventivmaßnahmen, z. B. Impfungen, Vorsorgeuntersuchungen)
- Umgang mit eigenen Erkrankungen und Behinderungen, u. a. mit psychosomatischen Erkrankungen
- Patientenverfügung, Patientenvollmacht, Vorsorgevollmacht
- Solidargemeinschaft mit kranken Menschen und Behinderten, u. a. solidarisches Verhalten, Organ- und Blutspende
- Schmerzen, Leiden, Sterben, Tod
- Zusammenhänge: Prävention, Therapie, Pflege, Rehabilitation

### 3.8 Unfallvermeidung und Erste Hilfe

- Vermeidung von Gefahren und Unfällen, z. B. in der Schule, auf dem Schulweg, im Haushalt, beim Sport und bei vielfältiger Freizeitgestaltung
- Sicherheit im Straßenverkehr
- Verhalten in Notfällen
- Grundlagen der Ersten Hilfe

## 3.9 Sport und Bewegung

- Organismus und Bewegung
- Zusammenhang von physischer/psychischer Belastung und Entspannung
- Folgen des Bewegungsmangels, u. a. Haltungsschwäche, Haltungsschaden
- Bewegung in der Schule, z. B. *Bewegte Schule* als Schulprogramm
- Beteiligung im Sportunterricht, in Sportgemeinschaften und in Sportvereinen als Möglichkeit, eigenes Wohlbefinden zu beeinflussen

## 4 Beispiele zur Gestaltung des Aufgabengebietes *Gesundheitserziehung*

### 4.1 Beiträge der Fächer

Beispiele für die Fächer *Sachunterricht, Biologie, Sozialkunde und Sport*

Gesundheitserziehung ist Unterrichtsprinzip in allen Fächern. Es soll sowohl das Wissen und Können der Schüler erweitern als auch insbesondere gesundheitsbewusstes Schulleben fördern.

Über die traditionelle Form der Information und Aufklärung hinaus (z. B. Alkohol- und Nikotin-Missbrauch, Über- und Unterernährung, Bewegungsmangel) ist in allen Fächern ein erweitertes Gesundheitsverständnis anzubahnen, das die physische, psychische und soziale Gesundheit berücksichtigt. Insgesamt ist ein gesundheitsförderndes Lern- und Arbeitsumfeld zu schaffen.

Die folgende Tabelle zeigt an ausgewählten Beispielen inhaltliche Ansätze für die Themenbereiche der Gesundheitserziehung und ihre Anbindung an die Fächer. Bei der Erstellung schulinterner Lehrpläne ist die oben beschriebene ganzheitliche Sicht auf das Aufgabengebiet *Gesundheitserziehung* zu berücksichtigen.

Sachunterricht (Bitte beachten Sie die neuen Rahmenpläne ab Schuljahr 2004/2005)

Themenbereiche	Jahrgangsstufen 1/2	Jahrgangsstufen 3/4
<p>3.1 Schule als gesunder Lebensraum</p>	<p><b>Miteinander in der Schule</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schule als Lebens- und Lernort</li> <li>- Ordnungsstrukturen</li> <li>- Außenkontakte</li> </ul>	<p><b>Miteinander in der Schule</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bedeutung des demokratischen Miteinanders für Lebens- und Lernfreude, Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft in der Schule</li> <li>- kreatives Handeln</li> </ul>
<p>3.2 Individuelle gesunde Lebensführung</p>	<p><b>Miteinander in der Familie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vielfalt des Zusammenlebens</li> <li>- Tätigkeiten in der Familie, u. a. Rechte/Pflichten, Normen, Aufgaben</li> <li>- Lebensgewohnheiten und Lebenshaltungen</li> <li>- Miteinander im Heimort</li> <li>- Vielfalt des Zusammenlebens</li> </ul>	<p><b>Miteinander in der Familie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vielfalt des Zusammenlebens</li> <li>- Geborgenheit, Fürsorge, Offenheit</li> <li>- Freizeit, u. a. Feste</li> </ul>
<p>3.3 Gewaltprävention – Gewaltintervention</p>	<p><b>Miteinander in der Familie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ursachen von Meinungsverschiedenheiten und gewaltfreie Konfliktlösungen</li> </ul>	<p><b>Miteinander in der Schule</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bedeutung des demokratischen Miteinanders für Lebens- und Lernfreude, Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft in der Schule</li> <li>- kreatives Handeln</li> </ul>
<p>3.4 Sexualerziehung</p>	<p><b>Miteinander in der Familie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vorfreude auf ein Kind bzw. Geschwisterkind, besondere Fürsorge für Schwangere, Geburt, Entwicklung neue menschlicher Beziehungen</li> </ul>	<p><b>Körper/Körperentwicklung/Körperpflege</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vom Jungen zum Mann, vom Mädchen zur Frau</li> <li>- Abbau von Ängsten/Scham, gegenseitige Achtung</li> <li>- Natürlichkeit der Veränderung</li> <li>- ein Baby wird erwartet</li> </ul>

Themenbereiche	Jahrgangsstufen 1/2	Jahrgangsstufen 3/4
3.5 Sucht- und Drogenprävention	<b>Ernährung/Wohlbefinden</b> -Genussmittel -Fernsehen und Freizeit	<b>Ernährung/Wohlbefinden/ Gesundheitsgefährdung</b> -Naschsucht/Essgewohnheiten -Schädlichkeit von Alkohol/Nikotin als so genannte Genussmittel -Absichten der Werbung
3.6 Ernährungserziehung	<b>Ernährung/Wohlbefinden</b> -vollwertige und abwechslungsreiche Kost -verantwortungsvoller Umgang mit Lebensmitteln -Herkunft der Nahrungsmittel berücksichtigen -schulgärtnerische Arbeiten	<b>Ernährung/Wohlbefinden/ Gesundheitsgefährdung</b> -vollwertige und abwechslungsreiche Kost -Problematik von ungesunden Ernährungs- und Essgewohnheiten -Herkunft der Nahrungsmittel berücksichtigen
3.7 Gesundheit und Krankheit	<b>Ernährung/Wohlbefinden</b> -Einflussfaktoren für das Wohlbefindens - geregelter Tagesablauf - ausreichender Schlaf - Bewegung und Aufenthalt an frischer Luft -Vermeidung von Erkältungskrankheiten	<b>Körper/Körperentwicklung/Körperpflege</b> -Verhalten bei Krankheit/Verständnis für Kranke -Ansteckungsgefahr bei Krankheiten
3.8 Unfallvermeidung und Erste Hilfe	<b>Erste Hilfe</b> -Behandeln kleiner Verletzungen -Gefahren im Haushalt	<b>Erste Hilfe und Unfallvermeidung</b> -Maßnahmen der Ersten Hilfe -richtiges Reagieren in konkreten Situationen
3.9 Sport und Bewegung	<b>Körper/Körperpflege</b> -richtige Körperhaltung	<b>Umgehen mit der Natur</b> -körperliche Betätigung bei gärtnerischen Arbeiten

Themenbereiche	Jahrgangsstufen 5/6	Jahrgangsstufen 7/8	Jahrgangsstufen 9/10	Jahrgangsstufen 11-13
<p>3.1 Schule als gesunder Lebensraum</p>	<p>-der menschliche Körper und seine Gesunderhaltung -Maßnahmen zur Gesunderhaltung</p>	<p>- unsere Schule im Check - Schulhofgestaltung - Entwicklung eines Umweltkonzeptes - unsere Schule ist eine „Raucharmer Zone“</p>	<p>- unsere Schule im Check - Schulhofgestaltung - Entwicklung eines Umweltkonzeptes</p>	
<p>3.2 Individuelle gesunde Lebensführung</p>		<p>- Schönheitsideal im Wandel - Gesundheit und Umwelt (Wirkung der Umwelt auf das körperliche und geistige Wohlbefinden) - Gesunderhaltung der Atmungsorgane - gesunde Lebensweise gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen - Herz-Kreislauf-Erkrankungen und eine mögliche Prophylaxe</p>	<p>- 3 Millionen Jahre Mensch – woher kommen wir, wohin gehen wir - Menschen in unterschiedlichen Kulturkreisen der Erde und kulturelle Evolution - Mensch in der Zukunft - Gesundheit und Umwelt - Mensch und Umwelt (Naturschutz-Bestimmungen, Nationalparks in Mecklenburg-Vorpommern)</p>	<p>- Verhalten des Menschen in der Sozialgemeinschaft (u. a.: - soziale Kontakte - Konfliktbewältigung - Stress/-bewältigung - intra- und interspezifisches Sozialverhalten - alternative Lebensweisen verschiedener Kulturen) - Verhalten des Menschen gegenüber der Umwelt - Umweltbelastungen - Möglichkeiten des Eingreifen bei der Lösung regionaler Umweltprobleme</p>

Themenbereiche	Jahrgangsstufen 5/6	Jahrgangsstufen 7/8	Jahrgangsstufen 9/10	Jahrgangsstufen 11-13
<p>3.3 Gewaltprävention – Gewaltintention</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Sport gegen Gewalt</li> <li>– Gewaltprävention auf dem Schulhof</li> <li>– Anti-Gewalt-Woche</li> <li>– Aktion Gewaltfreie Schule</li> <li>– Schüler-Moderatoren</li> <li>– kriminalpräventiver Unterricht</li> </ul>			
<p>3.4 Sexualerziehung</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– der menschliche Körper und seine Gesunderhaltung</li> <li>– Sexualität</li> <li>– Fortpflanzung und Entwicklung</li> <li>– partnerschaftliches Verhalten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Sexualität, Liebe, Partnerschaft</b></li> <li>– Pubertät als Entwicklungsabschnitt</li> <li>– Fortpflanzung und Entwicklung des Menschen</li> <li>– Geschlechtshygiene, Menstruationshygiene</li> <li>– Beziehung Eltern – Kinder</li> <li>– Verhalten bei drohendem sexuellen Missbrauch (Beratungsstellen)</li> <li>– Schwangerschaftsverhütung und Familienplanung</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>– intra- und interspezifisches Sozialverhalten</li> <li>– Sexual- u. Pflegeverhalten</li> </ul>

Themenbereiche	Jahrgangsstufen 5/6	Jahrgangsstufen 7/8	Jahrgangsstufen 9/10	Jahrgangsstufen 11-13
3.5 Sucht- und Drogenprävention		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Drogen – Sucht – Abhängigkeit</li> <li>- Atmung, Blut, (Blutkreislauf, Rauchen)</li> <li>- unsere Schule ist eine „Raucharme Zone“</li> <li>- Wirkung von Drogen auf das Nervensystem</li> <li>- Vorstellen von Drogen und Gefahren, die von Drogen ausgehen</li> <li>- Besuch einer Drogen-Beratungsstelle</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wild- und Kulturpflanzen als Nahrungs- und Heilmittel bzw. Drogen</li> <li>- Erbkrankheiten beim Menschen</li> <li>- Wirkung von Drogen und Medikamenten</li> <li>- Bau und Funktion der Nervenzellen und die Funktion des zentralen Nervensystems</li> <li>- Nervengifte und Drogen</li> </ul>

Themenbereiche	Jahrgangsstufen 5/6	Jahrgangsstufen 7/8	Jahrgangsstufen 9/10	Jahrgangsstufen 11-13
3.6 Ernährungsziehung	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ernährung (gesundes Frühstück)</li> <li>- der menschliche Körper und seine Gesunderhaltung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- gesunde Ernährung (Regeln, Ernährungskreis, Ernährungs- und Ess-Störungen, Diäten)</li> <li>- Bakterien und Pilze in der Umwelt des Menschen (Befall von Lebensmitteln)</li> <li>- Ernährung und Verdauung (Zusatz- und Konservierungsstoffe, gentechnisch veränderte Stoffe in Lebensmitteln)</li> <li>- Notwendigkeit der Ernährung für die Gesunderhaltung des Organismus</li> <li>- Ernährungsberatung</li> <li>- gesunde Ernährung – Freude am Leben</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wild- und Kulturpflanzen als Nahrungs- und Heilmittel bzw. Drogen</li> <li>- tierische Nahrungsmittel und ihre Bedeutung für eine ausgewogene Zusammensetzung der Nahrung</li> <li>- Gewinnung von Lebensmitteln durch biologische Prozesse</li> <li>- Auswertung von Angaben über die Zusammensetzung von Lebensmitteln</li> <li>- Grundschemata des erbkoordinierten Verhaltens</li> <li>- Nahrungsverhalten</li> </ul>



Themenbereiche	Jahrgangsstufen 5/6	Jahrgangsstufen 7/8	Jahrgangsstufen 9/10	Jahrgangsstufen 11-13
3.7 Gesundheit und Krankheit		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Infektionskrankheiten</li> <li>- Immunität und Immunisierung (Wahrnehmung persönlicher Verantwortung für Impfungen, Immunisierung)</li> <li>- Organspende</li> <li>- AIDS (Immunschwächekrankheit), Schutz</li> <li>- Gesundheit und Umwelt (gesundheitliche Beeinträchtigung durch Lärm, Stress, Schadstoffe)</li> <li>- Atmung, Blut (Luftschadstoffe und Atemwegserkrankungen, Blutkreislauf, Zusammensetzung des Blutes)</li> <li>- Bakterien als Produzenten von Medikamenten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Chancen und Risiken der Gentechnik</li> <li>- Grundlagen der Vererbung (Ursachen für Variabilität)</li> <li>- genetisch bedingte Krankheiten (Beispiele, Vorbeugung, Therapie)</li> <li>- Gentechnik – Möglichkeiten und Gefahren</li> <li>- Stammbaumanalyse (genetische Beratung)</li> <li>- erblich bedingte Stoffwechselerkrankungen und Chancen der Behandlung</li> <li>- Erbkrankheiten, ihre persönlichen und sozialen Auswirkungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wild- und Kulturpflanzen als Nahrungs- und Heilmittel bzw. Drogen</li> <li>- Erbkrankheiten beim Menschen (Ursachen, Möglichkeiten der Hilfe und Heilung)</li> <li>- Verantwortung des Menschen im Umgang mit mutagenen Materialien</li> <li>- Möglichkeiten der Behandlung und Heilung von Krankheiten mit genetischer Ursache (genetische Beratung)</li> </ul>
3.9 Sport und Bewegung		<ul style="list-style-type: none"> <li>- fit durch Training – was unser Körper dabei leistet</li> <li>- Sport treiben oder gesund bleiben?</li> </ul>		

## Sozialkunde

Themenbereiche	Jahrgangsstufen 8	Jahrgangsstufen 9/10	Jahrgangsstufen 11-13
3.1 Schule als gesunder Lebensraum	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schule (Sinn des Lernens, Schule ein Ort zum Wohlfühlen, Schule ein Ort der Demokratie, Konflikte in der Schule, Rechte und Pflichten von Schülern, Lehrern und Eltern)</li> </ul>		
3.2 Individuelle gesunde Lebensführung	<ul style="list-style-type: none"> <li>- psychosoziale Besonderheiten des Jugendalters (Suche nach dem Lebensstil bzw. Platz in der Gesellschaft, die Gruppe als Chance oder Risiko, Freizeitverhalten, Entstehung von Aggressionen, ihre Funktion u. Umgang mit ihnen)</li> <li>- der Mensch als Rechtssubjekt</li> <li>- Werte, Normen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Chancen und Risiken zukünftiger globaler Entwicklungen</li> <li>- der Mensch als Schöpfer (ethische Fragestellungen beim Eingriff in das Erbgut des Menschen, der klonierte Mensch)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sozialisation</li> <li>- Wie entwickelt der Mensch Individualität und Sozialität?</li> <li>- Pluralisierung von Lebensformen und sozialen Beziehungen</li> <li>- Wie viel Individualisierung verträgt eine Gesellschaft?</li> </ul>
3.3 Gewaltprävention - Gewaltintervention	<ul style="list-style-type: none"> <li>- psychosoziale Besonderheiten des Jugendalters</li> <li>- Jugendkriminalität</li> </ul>		
3.5 Sucht- und Drogenprävention	<ul style="list-style-type: none"> <li>- psychosoziale Besonderheiten des Jugendalters</li> <li>- Drogen</li> <li>- Konfliktagen im familiären Bereich – Auswirkung auf die psychosoziale Befindlichkeit von Kindern (Alkoholmissbrauch)</li> </ul>		

Themenbereiche	Jahrgangsstufen 8	Jahrgangsstufen 9/10	Jahrgangsstufen 11-13
3.6 Ernährungserziehung	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Auswertung psychosozialer Befindlichkeiten von Kindern und Jugendlichen</li> </ul>		
3.7 Gesundheit und Krankheit	<ul style="list-style-type: none"> <li>- der Andere und ich (Umgang mit Behinderten)</li> </ul>		
3.8 Unfallvermeidung und Erste Hilfe	<ul style="list-style-type: none"> <li>- psychosoziale Besonderheiten des Jugendalters</li> <li>- Risikoverhalten im Jugendalter (Unfallversicherung, Haftpflicht-Versicherung)</li> </ul>		

Sport

Themenbereiche	Jahrgangsstufen 5/6	Jahrgangsstufen 7-10	Jahrgangsstufen 11-13
<p>3.2 Individuelle gesunde Lebensführung</p>	<p>– miteinander leben – Erfahrungen in der Gruppe</p>	<p>– Tänze, Spiele und Bräuche in anderen Ländern                      – Jazz und Pop in Europa                      – miteinander leben – miteinander feiern                      – verantwortungsvoller Umgang des Sportlers mit der Natur werden die zugewiesenen Räume eingehalten?</p>	<p>– Fitness-Sport (Entspannung, Anti-Stress-Programm, meditative Bewegungskulturen)                      – Selbstfindung Jugendlicher – Jugendkulturen</p>
<p>3.3 Gewaltprävention                      – Gewaltintervention</p>	<p>– wir sind gegen Gewalt                      – wenn uns Gewalt angetan wird, können wir uns wehren</p>		<p>– Funktionen und Dysfunktionen des Sport                      – mögliche Gefahren des Sports (Gewalt)                      – mit Fairplay gegen zunehmende Gewalt</p>
<p>3.4 Sexualerziehung</p>		<p>– Rollen der Geschlechter im Sport</p>	
<p>3.6 Ernährungserziehung</p>		<p>– Zusammenhang Sport – Ernährung – Fitness</p>	
<p>3.7 Gesundheit und Krankheit</p>		<p>– gesundheits- und umweltbewusstes Sporttreiben – aber wie?</p>	<p>– Funktionen und Dysfunktionen des Sport                      – mögliche Gefahren des Sports (Gesundheitsrisiken)</p>

Themenbereiche	Jahrgangsstufen 5/6	Jahrgangsstufen 7-10	Jahrgangsstufen 11-13
3.8 Unfallvermeidung und Erste Hilfe			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainingslehre (Sportverletzungen und -Schäden am Bewegungsapparat)</li> </ul>
3.9 Sport und Bewegung	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reaktionen des menschlichen Körpers auf Belastungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Risiko im Sport – wie viel Wagnis ist zu verantworten?</li> <li>- funktionelle Gymnastik:</li> <li>- Körperbildung</li> <li>- Dehnen und Kräftigen zum Körperbau</li> <li>- bewusstes Anwenden funktioneller Übungen</li> <li>- Wahrnehmen des eigenen Körpers</li> <li>- Fitnesssport:</li> <li>- aerobe Ausdauer</li> <li>- Kraftausdauer</li> <li>- Übungen für die Hauptmuskelgruppen (Schulter, Rücken, Brust, Arme, Beine, Bauch)</li> <li>- Wintersport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungslehre</li> <li>- Trainingslehre</li> <li>- Einflüsse auf den aktiven Bewegungsapparat</li> <li>- Folgen von Bewegungsmangel für den Bewegungsapparat</li> <li>- Trainingseinflüsse für das Herz-Kreislauf-System</li> <li>- Risikofaktoren für das Herz-Kreislauf-System, (Bewegungsmangel)</li> <li>- Gesundheit – Möglichkeiten und Gefahren (Gefährdungen beim Sporttreiben und bei Alltagsbewegungen)</li> </ul>

## 4.2 Fachübergreifendes und fächerverbindendes Arbeiten am Beispiel des Themenbereiches *Ernährungserziehung* auf der Grundlage der in den Rahmenplänen der Fächer ausgewiesenen Inhalte

Gesundheitserziehung in der Schule umfasst einen so komplexen Problembereich, dass sie sich kaum auf die inhaltliche Spezifik einzelner Fächer reduzieren lässt. Fachübergreifendes und fächerverbindendes Arbeiten muss sich an den Rahmenplänen der Fächer orientieren, kann aber darüber hinaus interessenbezogen um offene, freie Themen erweitert werden.

Die Lernarrangements beim fächerverbindenden Arbeiten sollen offen gestaltet werden, z. B.

Merkmal der Öffnung	Hinweis
inhaltlich offen	die Lebenswelt der Kinder und Jugendlichen berücksichtigen; exemplarische Auswahl solcher Themenbereiche treffen, die für die Kinder der jeweiligen Altersgruppen bedeutsam sind, ihr Denken in Zusammenhängen fördern und von ihnen auch verinnerlicht werden
didaktisch-methodisch offen	differenzierte schüler- und handlungsorientierte Arbeit mit vielfältigen Materialien anstreben, die dazu beiträgt, bereits gewonnene Erfahrungen zu erhellen, neue Erfahrungen zu gewinnen und selbstständig sowie selbsttätig zu sein
zeitlich offen	die Fächerstruktur und 45-Minuten-Unterricht flexibler gestalten; Projektpläne, z. B. Tages-, Wochen-, Monatspläne
räumlich offen	den Tätigkeits- und Erfahrungsraum der Schüler auf die Umgebung erweitern, z. B. Exkursionen, Fahrten, Besichtigungen, Kooperation mit Vereinen, Verbänden und Institutionen fördern, die an Gesundheitserziehung interessiert sind
personell offen	die partnerschaftliche Zusammenarbeit von Schülern, Lehrern und Eltern stärken; Personen außerhalb von Schule in schulische Bildungs- und Erziehungsprozesse einbeziehen

Die folgende Tabelle zeigt an einem ausgewählten Beispiel zur *Ernährungserziehung*, wie fachübergreifende bzw. fächerverbindende Unterrichtsgestaltung realisiert werden kann.

Beispiel: Themenbereich Ernährungserziehung  
 Grundschule – auf der Grundlage der im Rahmenplan Sachunterricht ausgewiesenen Inhalte (Bitte beachten Sie die neuen Rahmenpläne ab Schuljahr 2004/2005)

Sachunterricht	Fachübergreifende/fächerverbindende Arbeit Projektangebote	Bereiche/Inhalte
Jahrgangsstufen 1/2	<b>Ernährung und Wohlbefinden</b> – vollwertige und abwechslungsreiche Kost kennen – verantwortungsvoll mit Lebensmitteln umgehen – Herkunft der Nahrungsmittel recherchieren (Produkte des schulgartnerischen Arbeitens berücksichtigen)	– ein gesundes Schulfrühstück – Bedeutung von Obst, Gemüse, Milch und Vollkornprodukten – Genussmittel – Aufbewahrung von Lebensmitteln
Jahrgangsstufen 3/4	<b>Ernährung/Wohlbefinden/Gesundheitsgefährdung</b> – Erweitern der Kenntnisse über vollwertige und abwechslungsreiche Kost – Erfassen der Problematik von ungesunden Ernährungs- und Essgewohnheiten - meine Essgewohnheiten - Süßigkeiten, Naschsucht - Schädlichkeit von Alkohol/Nikotin als so genannte Genussmittel - Absichten der Werbung - Herkunft der Nahrungsmittel	– ein Tag der gesunden Ernährung (Rezepte, Verteilung der Mahlzeiten am Tag) – warum wir Nahrung brauchen – bevorzugte und weniger geschätzte Speisen – Bestandteile von Lebensmitteln

In der Jahrgangsstufe 8 – auf der Grundlage der in den Rahmenplänen der Fächer ausgewiesenen Inhalte

Fächer/Jahrgangsstufe 8	Fachübergreifende/fächerverbindende Arbeit Projektangebote	Bereiche/Inhalte
AWT		<ul style="list-style-type: none"> <li>-berufliches Selbstkonzept</li> <li>-Bauen und Wohnen</li> <li>- Einrichtungengegenstände, z. B. Küche</li> <li>- Versorgungs- und Entsorgungssysteme, z. B. Wasser, Abwasser</li> <li>- Energieverbrauch</li> </ul>
Biologie	<p>Fit durch Training Drogen – Sucht – Abhängigkeit Schönheitsideale im Wandel Wasser – unsere Lebensquelle</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Stoff- und Energiewechsel des Menschen</li> <li>- Ernährung und Verdauung</li> <li>- Experimente</li> </ul>
Chemie	<p>Wasser – ein lebensnotwendiger Stoff Back- und Brausepulver</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Wasser als lebensnotwendiger Stoff</li> <li>- Säuren, Laugen, Salze im Alltag, z. B.</li> <li>- Wirkung von Zitronensaft/Essig auf Indikatoren</li> <li>- saure Lösungen im Haushalt</li> <li>- Natriumchlorid (Kochsalz)</li> <li>- Back- und Brausepulver</li> <li>- Salmiak-Pastillen</li> </ul>
Deutsch		<p>(alle Teilbereiche des Deutschunterrichts)</p>



Fächer/Jahrgangsstufe 8	Fachübergreifende/fächerverbindende Arbeit Projektangebote	Bereiche/Inhalte
Englisch	Fast food Feiertage (Christmas, New Year's day usw.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ich und Du – Wir und die Anderen</li> <li>- Party für Freunde, Partyrezepte</li> <li>- Geschichte von Curry, potato u. A.</li> <li>- Verhalten in englischen Restaurants</li> <li>- Tipps für gesunde Lebensweise</li> <li>- Gesundheitskiller</li> <li>- Vorlieben/Abneigungen, z. B. Essen zu Hause</li> <li>- Orte – Menschen und ihre Bräuche; nah und fern</li> <li>- Essen/Gerichte an Feiertagen</li> <li>- Umfragen zu „Fast Food“</li> <li>- heute und morgen</li> <li>- neue Rezepte, Kochbuch</li> <li>- der Mensch zwischen Natur und Technik</li> <li>- Rezepte zur gesunden Ernährung</li> <li>- Rezeptsammlung (Vergleichen einheimischer</li> <li>Rezepte mit denen anderer Länder)</li> <li>- ausgewählte Gerichte herstellen</li> </ul>
Russisch	Wir in Europa Lebensgestaltung ohne Sucht und Drogen Natürliche Lebensgrundlagen und Ressourcen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reisen, z. B. im Speisewagen</li> <li>- Einkäufe; z. B. Lebensmittel, gemeinsames Frühstück mit „eingekauften“ Lebensmitteln durchführen</li> <li>- russische Küche, z. B. Rezeptheft, Gerichte zubereiten, Speisekarte anfertigen, Restaurantszenen</li> <li>- Feiertage/Einladung von Gästen, z. B. Ostern, Weihnachten, Silvester, Neujahr, Geburtstag</li> <li>- junge Menschen in Russland und Deutschland, z. B. Lebensstile, Süchte</li> <li>- Werbung</li> </ul>

Fächer/Jahrgangsstufe 8	Fachübergreifende/fächerverbindende Arbeit Projektangebote	Bereiche/Inhalte
Geographie	Wir leben mit Menschen anderer Kulturen zusammen Die Menschheit vor dem großen Durst Reis – ein Hauptnahrungsmittel der Menschheit Reisanbau auf Java Bananen schmecken nicht jedem süß Wasserpotenzial Landwirtschaft zwischen Tradition und Moderne Arme Welt – reiche Welt – eine Welt Hunger und Überfluss	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kulturreisende – eine andere Einteilung der Erde</li> <li>- Aufzeigen ausgewählter Merkmale an einem konkreten Beispiel (Ernährung)</li> <li>- Leben und Wirtschaft in verschiedenen Regionen Asiens (oder anderen Kulturteilen), z. B.:</li> <li>- Probleme der Ernährung</li> <li>- Reisanbau</li> <li>- Meeresnutzung</li> <li>- ökologische Folgen intensiver Nahrungsmittelproduktion usw.</li> </ul>
Geschichte	Entdeckendes Lernen im Agrarmuseum Leben im Kloster Kolonialwaren von Apfelsinen bis Zuckerrohr	<ul style="list-style-type: none"> <li>- über die Alltagsgeschichte Einblick in die Arbeits- und Lebensverhältnisse der Bauern</li> <li>- Kloster als Stätten des Glaubens, der Wirtschaft und christlichen Kultur</li> <li>- jüdische Lebensweise in Europa</li> <li>- Siedlungs- und Lebensweise slawischer Stämme</li> </ul>
Informatik		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Informieren in Datenbank und Datennetzen</li> <li>- Tabellen und Diagramme als Darstellungsform für Informationen sachgerecht auswählen</li> </ul>
Kunst und Gestaltung		<ul style="list-style-type: none"> <li>- künstlerische Tätigkeit auf der Grundlage lebensweltlicher Bezüge (exemplarische Beispiele)</li> </ul>

Fächer/Jahrgangsstufe 8	Fachübergreifende/fächerverbindende Arbeit Projektangebote	Bereiche/Inhalte
Mathematik	Wasser Statistische Erhebungen	- Nutzung von Gleichungen zur Lösung von Sachaufgaben
Physik		- Energie und rationelle Nutzung - Zusammenhänge von Natur, Umwelt, Energie und Gesellschaft, z. B. Energiewandler Mensch (allgemeiner Energie-Erhaltungssatz)
Sozialkunde	Zusammenleben von Menschen Das globale Dorf - Wirtschaftsbeziehungen und Informationsaustausch	- psychosoziale Befindlichkeiten von Kindern und Jugendlichen (Auswirkungen) - psychosoziale Besonderheiten des Jugendalters - Risikoverhaltensweisen im Jugendalter - Spannungsverhältnis zwischen Rechtsnorm und Rechtswirklichkeit - Jugendgesetz
Sport	Entwicklung von Trainingsplänen Gesundheits- und umweltbewusstes Sporttreiben - aber wie?	- Zusammenhang Sport – Ernährung – Fitnesssport - Erfahrungswerte zum Beziehungsgefüge Fitness – Ernährung – Körperpflege

## 4.3 Projekte und projektorientierte Arbeit

Projekte bzw. projektorientierte Arbeiten in der Gesundheitserziehung dienen dem handlungsorientierten Problemlösen. Sie tragen maßgeblich dazu bei, Schüler zur Stärkung ihrer Gesundheit, ihres Wohlbefindens und zum Umgang mit Erkrankungen zu befähigen. Darüber hinaus fördern sie die Selbstständigkeit der Schüler, indem sie die selbst hergestellten Produkte oder selbst gefundenen Lösungsergebnisse einem entsprechenden Publikum präsentieren. Als günstig erweist sich, in projektorientierter Arbeit Bezüge zwischen den Fächern herzustellen und dabei vor allem die Erfahrungen der Schüler einzubeziehen.

Folgende Aspekte sind bei der Planung zu berücksichtigen:

- Die Lernenden können sich an ihren Interessen orientieren und ihr Lernen mitbestimmen.
- Das aufgeworfene Problem bzw. der Lerngegenstand wird in seinem komplexen Lebenszusammenhang erfahrbar.
- Die Lernenden „verlassen“ Fächer, Lernbereiche und gegebenenfalls den Lernort Schule, um unmittelbare Erfahrungen zu gewinnen, nach Lösungen zu suchen und Produkte herzustellen.
- Das Projektlernen lässt der Kreativität, dem Spiel, der Fantasie, dem sinnlichen und körperlichen Erleben Raum zur Entfaltung.
- Die Lernprozesse und Produkte werden am Projekttag bzw. im Kontakt mit der Öffentlichkeit präsentiert und in einen sozialen Prozess eingebracht.

Es erweist sich als günstig, Projekte zu themenbezogenen Gesundheitstagen zu gestalten. Dazu führen Gesundheitsämter, Krankenkassen, Vereinigungen bzw. Initiativen häufig auf regionaler Ebene Aktionen durch. Zentrale Ansprechpartner sind unter folgender Internetadresse zu finden:

<http://www.bvgesundheits.de/gesundheitsstage.html>

Einige ausgewählte Termine:

15.03.	Tag der Rückengesundheit
22.03.	Welt-Wasser-Tag
22.04.	Tag der gesunden Ernährung (variiert)
24.04.	Tag gegen den Lärm (variiert)
31.05.	Welt-Nichtraucher-Tag
Juni	Tag der Organspende (1. Samstag)
10.06.	Kindersicherheitstag
26.06.	Anti-Drogen-Tag
25.09.	Tag der Zahngesundheit
Oktober	World Sight Day (2. Donnerstag)
10.10.	Internationaler Tag der seelischen Gesundheit
16.10.	Welternährungstag
28.10.	Welt-Polio-Tag
01.12.	Welt-Aids-Tag
03.12.	Welttag der Behinderten

**Beispiel: *Was ich schon alles kann* (Jahrgangsstufe 1)**

**Bezug zum Themenbereich:**

3.2 Individuelle gesunde Lebensführung

**Umfang:**

ein Schultag

**Intentionen:**

Die Schüler beweisen durch vielfältige Tätigkeiten, was sie schon alles können. Sie schlagen selbst verschiedene Aufgaben vor, die in der Regel von der Lehrkraft vorbereitet werden. Günstig ist es, Arbeitstische für Einzel-, Partner- oder Gruppenarbeit einzurichten (Aufsteller mit Symbolen, ein Muster und Material bereitlegen). Für weitere Aktivitäten können interessenbezogene Tätigkeiten angeboten werden.

**Tätigkeitsschwerpunkte (Vorschläge):**

- eine Figur kneten, z. B. eine Frucht
- ein Puzzle legen
- etwas ausschneiden, malen und aufkleben, z. B. ein Lesezeichen ausschneiden, ein Bild malen und aufkleben
- den eigenen Namen schreiben
- eine Aufgabe ausrechnen
- in einem Fühlsack Gegenstände erfühlen
- Geräusche hören und erkennen
- eine Schleife binden
- Balancieren (Buchstaben-Parcours)
- Flüssigkeit durch einen Trichter in eine Flasche füllen
- Perlen auf einem Brett auslegen bzw. auffädeln
- ein Gedicht lernen und vortragen
- gemeinsam ein Lied singen
- sich nach Musik bewegen
- ein Singspiel (Rollenspiel) einüben
- Fingerspiele zeigen
- am Computer arbeiten

**Präsentation und Weiterführung:**

Die Ergebnisse werden in der Vitrine des Schulflores ausgestellt und anderen Klassen, Lehrkräften, schulischen Mitarbeitern und Besuchern gezeigt oder vorgeführt.

Auf einem thematischen Elternabend sollten auch die Eltern Einblick in die Tätigkeiten ihrer Kinder erhalten und dabei Aspekte der Projektarbeit kennen lernen und eventuell selbst Aufgaben lösen.

**Beispiel: *Das Vierkornbrötchen-Frühstück* (Jahrgangsstufe 4)**

**Bezug zu den Themenbereichen:**

3.2 Individuelle gesunde Lebensführung

3.6 Ernährungserziehung

**Umfang:**

ca. 8 Unterrichtsstunden

### Intentionen:

Die Schüler kaufen (nach einer Kurzgeschichte zum Frühstück) entsprechende Nahrungsmittel ein und erkunden Herkunft, Zusammensetzung sowie den Wert für die Ernährung. Untersucht werden Brötchen, Margarine-Sorten, Butter, Eier, Salz, Tomaten, Petersilie, verschiedene Getränke und „Vitamine“. Die Klasse arbeitet in Gruppen.

### Tätigkeitsschwerpunkte:

Gruppe	Tätigkeitsschwerpunkte
Gruppe A	<ul style="list-style-type: none"><li>-Vierkornbrötchen kaufen</li><li>-Anlieferung und Herstellungsverfahren der Brötchen und wichtige Zutaten ermitteln</li><li>-Brötchen mit allen Sinnen genießen</li><li>-Getreidearten auf Abbildungen wiedererkennen und beschriften</li><li>-<i>Aus Korn wird Mehl</i> – Mehl als eine Zutat einkaufen, Angaben auf der Verpackung analysieren</li><li>-Rezept für Brötchen aus Sachbüchern entnehmen und eventuell zu Hause selbst Brötchen backen</li><li>-den Wert des Vierkornbrötchens für eine gesunde Ernährung einschätzen</li></ul>
Gruppe B	<ul style="list-style-type: none"><li>-Zusammensetzung einer Margarine-Sorte genau feststellen und mit Butter vergleichen</li><li>-Herkunft der Rohstoffe für Margarine und Butter bestimmen</li><li>-Recherchen in Sachbüchern, Gespräche mit Fachleuten führen</li><li>-den Wert der Margarine für eine gesunde Ernährung beurteilen</li></ul>
Gruppe C	<ul style="list-style-type: none"><li>-Herkunft der Eier mit Hilfe der Verpackung ermitteln</li><li>-den Weg des Eies von der Produktion zum Verbraucher dokumentieren</li><li>-den Aufbau eines Eies untersuchen</li><li>-Eier als Nahrungsmittel genießen</li><li>-den Wert von Eiern für eine gesunde Ernährung einschätzen</li></ul>
Gruppe D	<ul style="list-style-type: none"><li>-Salz einkaufen, Verpackungstexte analysieren</li><li>-Eigenschaften des Salzes untersuchen</li><li>-Herkunft des Salzes erkunden</li><li>-Werbung für Würzmittel gestalten</li><li>-den Wert des Salzes für eine gesunde Ernährung erkennen</li></ul>
Gruppe E	<ul style="list-style-type: none"><li>-Tomaten einkaufen, beachten der Preise und Herkunftsländer</li><li>-Tomaten mit allen Sinnen genießen und Qualität beurteilen</li><li>-Informieren über die Aufzucht von Tomaten (Kenntnisse aus dem Schulgarten)</li><li>-den Wert der Tomaten für eine gesunde Ernährung beurteilen</li></ul>
Gruppe F	<ul style="list-style-type: none"><li>-Petersilie als wichtiges Küchenkraut erkennen</li><li>-verschiedene Möglichkeiten der Haltung von Petersilie im Winter kennen lernen</li><li>-den Wert der Petersilie für eine gesunde Ernährung einschätzen</li></ul>

Gruppe	Tätigkeitsschwerpunkte
Gruppe G	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erfahrungen über verschiedene Getränke austauschen</li> <li>- ausgewählte Getränke kaufen und untersuchen</li> <li>- Hagebutte als Frucht einer Pflanze kennen lernen, Tee aufgießen und Geschmack feststellen</li> <li>- sich über die Qualität des Leitungswassers informieren</li> <li>- den Wert der Getränke für eine gesunde Ernährung erkennen</li> </ul>
Gruppe H	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verpackung von Vitamin-Brausetabletten analysieren, Eigenschaften prüfen</li> <li>- den Wert der Vitamine und Mineralstoffe für eine gesunde Ernährung einschätzen</li> </ul>

#### Präsentation und Weiterführung:

Die Ergebnisse der Arbeit werden in der Klasse in Form von Vorträgen, Geschmacksprouben, Mitmach-Untersuchungen präsentiert.

Möglich ist eine Weiterführung durch ein Projekt *Gesundes Schulfrühstück*, zu dem die Kinder Lebensmittel mitbringen und verzehren, aber auch anderen Klassen über gesundheitsfördernde Ernährung Auskunft geben.

Alle Arbeitsblätter zur Durchführung dieser projektorientierten Arbeit sind im Bildungsserver Mecklenburg-Vorpommern eingestellt ([www.bildung-mv.de](http://www.bildung-mv.de)).

#### Beispiel: *Erste Hilfe* (Jahrgangsstufen 5/6)

Bezug zu den Themenbereichen:

- 3.1 Schule als gesunder Lebensraum
- 3.8 Unfallvermeidung und Erste Hilfe

#### Umfang:

je nach Möglichkeit 1 oder 3 Projektstage

#### Intentionen:

Das große Interesse der meisten Schüler in dieser Altersgruppe, anderen Menschen in Notsituationen helfen zu wollen, ist Ausgangsbasis für die Inhaltswahl des Projektes.

Die Schüler kennen aus ihrem Umfeld viele Situationen, in denen Erste Hilfe nötig gewesen wäre. Oft haben sie selbst Hilfe erfahren oder hätten Hilfe leisten wollen, waren dazu aber nicht in der Lage. Das Projekt befähigt und sensibilisiert Schüler, erste Schritte bei notwendiger Hilfe selbst einzuleiten, d. h. „Helfen zu können“ und auch „Helfen zu wollen“.

Fachgerechte Unterstützung für die Projektdurchführung leisten die Kreisverbände des DRK, so kann man z. B. Übungen von Ausbildern des DRK durchführen lassen, ein Phantom und Verbandsmaterial erhalten oder einen Rettungswagen genauer kennen lernen.

### **Tätigkeitsschwerpunkte (Vorschläge):**

- einen Notruf absetzen
- Verhaltensregeln für den Ersthelfer kennen, z. B. bei
  - lebensbedrohlichen Zuständen (Bewusstlosigkeit, Herz- und Kreislauf-Stillstand, stark blutende Wunden, Schock)
  - Knochenbrüchen
  - Verbrennungen
  - der Rettung von Verletzten
- Gespräche mit Mitarbeitern des DRK über deren Arbeitsaufgaben führen
- einen Rettungswagen/Rettungshubschrauber besichtigen
- Materialien zur Ersten Hilfe in der Schule zusammenstellen
- Schautafeln zur Ersten Hilfe gestalten
- praktische Übungen zur Ersten Hilfe mit Grundschulern gemeinsam durchführen
- Fachliteratur lesen, Internetrecherche und entsprechende Vorträge vorbereiten
- ein Würfelspiel zur Ersten Hilfe gestalten

### **Präsentation und Weiterführung:**

Die Schüler sollen ihr erworbenes Wissen und Können an andere Schüler weitergeben, z. B. an Grundschüler, die im Sachunterricht mit Erster Hilfe vertraut gemacht werden. Des Weiteren können die ausgebildeten Schüler z. B. Schulsportfeste als Helfer betreuen. Ausgehend von diesem Projekt kann eine Arbeitsgemeinschaft *Junge Sanitäter* gegründet werden.

Das von den Schülern erarbeitete Material kann in den Fundus der Unterrichtsmittel der Schule aufgenommen und für unterrichtliche Zwecke genutzt werden.

### **Beispiel: *Alkohol* (Jahrgangsstufe 9)**

#### **Bezug zu den Themenbereichen:**

- 3.2 Individuelle gesunde Lebensführung
- 3.5 Sucht- und Drogenprävention

#### **Umfang:**

2 Unterrichtstage

#### **Intentionen:**

Die Schüler bereiten das fächerverbindende Projekt gemeinsam mit den beteiligten Lehrern vor und entscheiden selbst über die konkreten Inhalte sowie die Aufgabenverteilung.

Günstig erweist sich die Arbeit in Vierergruppen, in denen die Schüler verschiedene Arbeitstechniken, wie z. B. das selbstständige Recherchieren für schriftliche Dokumentationen bzw. Vorträge, das Experimentieren und Protokollieren, das Aufstellen und Auswerten von Statistiken und die Präsentation der Untersuchungsergebnisse anwenden.

Die Schüler nehmen u. a. Kontakt zu Mitarbeitern gesundheitsfördernder Einrichtungen auf. Sie lernen, dass Lebensprobleme durch Alkoholgenuss nicht gelöst werden, und wie schwierig es ist, sich aus dem so genannten „Teufelskreis“ zu lösen. Ihnen wird der Zusammenhang zwischen Sucht, Suchtentwicklung und Lebensqualitätsminderung bewusst.



### **Tätigkeitsschwerpunkte (Vorschläge):**

- Protokollieren des Demonstrationsexperimentes zur Herstellung von Ethanol durch alkoholische Gärung
- Erarbeiten von Vorträgen zur Geschichte der Herstellung und Nutzung von Alkohol in verschiedenen Ländern, u. a. Weinanbau und Weinherstellung
- Erfassen des Sortimentes an alkoholischen Getränken in einem Supermarkt
- Befragen von Verkäuferinnen zu Bestimmungen über den Alkoholverkauf
- Sammeln von Rezeptvorschlägen für Cocktails ohne Alkohol
- Organisieren von Vorträgen und Diskussionsrunden, z. B. mit Ärzten, Mitarbeitern von Krankenkassen, Mitarbeitern einer Suchtberatungsstelle, Polizisten, Richtern, trockenen Alkoholikern und deren Familienangehörigen
- Erstellen einer Informationsmappe zum Thema Alkohol
- Anfertigen einer Collage zum Thema *Alkoholkonsum und Alkoholmissbrauch*

### **Präsentation und Weiterführung:**

Das erarbeitete Material wird in der Schule ausgestellt, z. B. in Form von Schaufeln, Schaukästen und verschiedenen Informationsmappen. Selbst erarbeitete Vorträge können auch in anderen Klassen gehalten werden. Rollenspiele können in Form einer Performance zur Eröffnung der Ausstellung dargeboten werden. In Elternversammlungen wird über die Ergebnisse der Projektarbeit informiert. Die Schüler sollten das Material so weiter bearbeiten, dass es in verschiedenen gesundheitsfördernden Einrichtungen als Leihgabe ausgestellt werden kann.

### **Beispiel: *Der Ölbaum* (Jahrgangsstufe 12)**

#### **Bezug zum Themenbereich:**

3.2 Individuelle gesunde Lebensführung

#### **Umfang:**

ca. 8 Unterrichtsstunden

#### **Intentionen:**

Die Schüler informieren sich in der Fachliteratur über den Ölbaum. Sie kaufen verschiedene Speiseöle ein, untersuchen diese und verwenden Öl bei der Zubereitung mediterraner Speisen. Sie erfahren, dass Olivenöl Bestandteil verschiedener Cremesorten ist und stellen diese selbst her.

### **Tätigkeitsschwerpunkte (Vorschläge):**

- Sammeln von Informationen über den Ölbaum (Kultivierung, Symbolkraft, Kulturgebiet, Mannigfaltigkeit, Früchte, Ölgewinnung, Verwendung des Öls, Oliven als Nahrungsmittel)
- Untersuchen verschiedener Speiseöle
- Ermitteln und Vergleichen der Jodzahl verschiedener Speiseöle
- Kennen lernen des Zusammenhangs zwischen Jodzahl und Anteil der ungesättigten Fettsäuren und der Bedeutung des Wertes ungesättigter Fettsäuren für eine gesunde Ernährung
- Festigen des Umgangs mit Chemikalien und Geräten
- Sammeln von Rezepten der mediterranen Küche
- Kennen lernen von Öl als Körperpflegemittel und Trägersubstanz in der Parfümindustrie
- Herstellen von Tages-, Nacht- und Handcremes in Gruppen
- Kennen lernen von Zusatz- und Konservierungsstoffen

#### Präsentation und Weiterführung:

Die Arbeitsergebnisse werden in Form von Vorträgen, mediterranen Mahlzeiten und kosmetischen Proben präsentiert. Auf Schautafeln im Biologie- und Chemieraum kann anderen Schülern vom Projekt berichtet werden. Die hergestellten Cremes können begutachtet, ausprobiert und auf ihre Verträglichkeit hin geprüft werden. Eine Bildungsreise in ein Anbaugebiet des Ölbaums ist empfehlenswert, um u. a. den Anbau und die Verarbeitung von Oliven genauer zu erforschen sowie regionale Legenden und geschichtsträchtige Orte kennen zu lernen.

## 4.4 Schulentwicklung *Gesunde Schule*

Programme zur Schulentwicklung zielen auf Prozesse ab, die sowohl die Arbeitsbedingungen für alle in der Schule Tätigen verbessern (Humanität) als auch Strukturen verändern, so dass sich die Qualität von Schule wirksam erhöht (Effektivität).

Das Erarbeiten eines konzeptionellen Rahmens für einen längerfristigen Entwicklungsprozess der Schule kann dazu beitragen, das Engagement aller an Schule Beteiligten zu erhöhen, gegenseitiges Verständnis zu fördern und durch Mitwirkung und ständiges Lernen das sich selbst steuernde System *Schule* zu verändern.

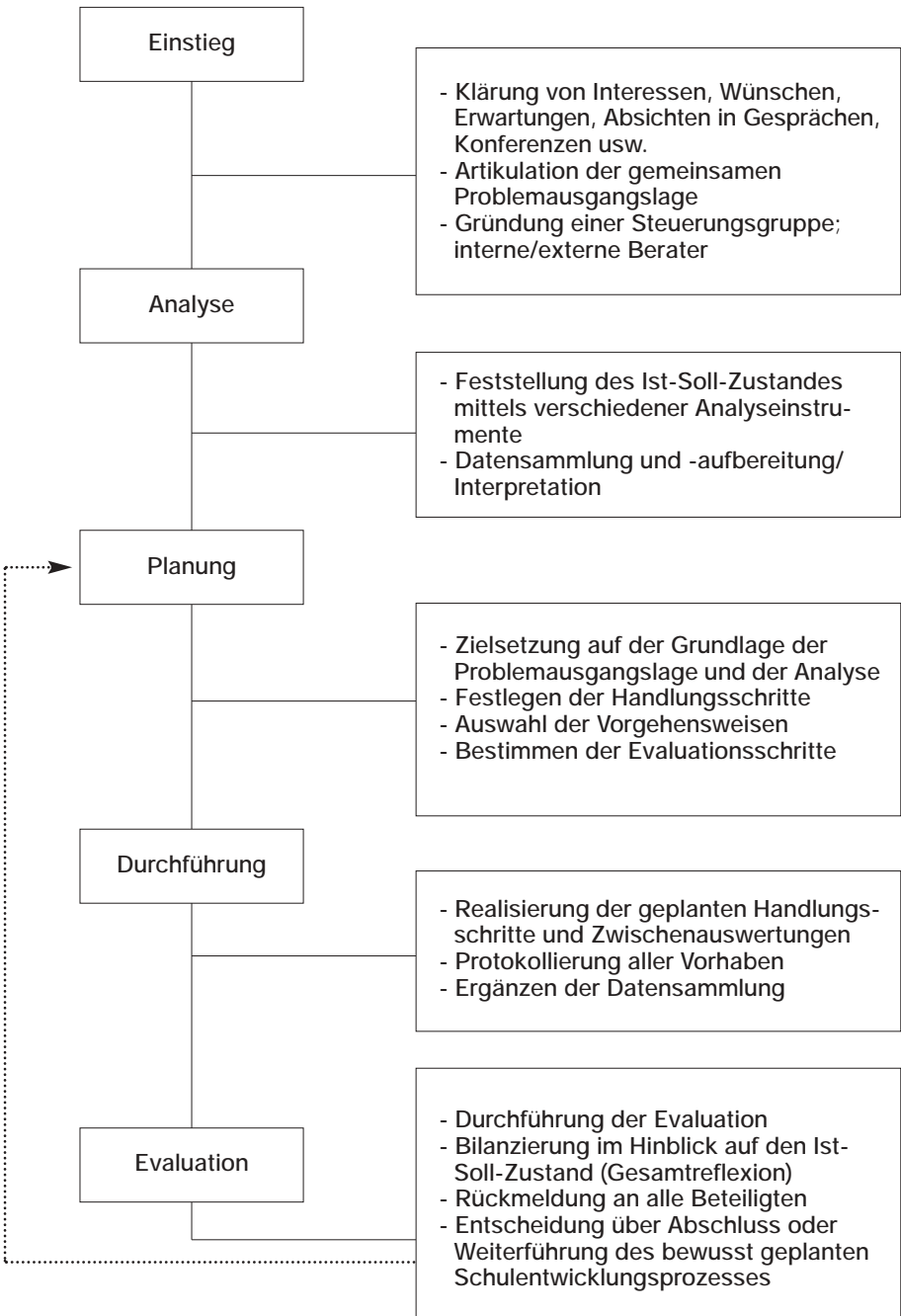
Die nachfolgend aufgeführten Phasen für Schulentwicklung gelten allgemein (Übersicht 3).

Sie lassen sich auch auf Schulprogramme beziehen, die den Weg zur gesundheitsfördernden und gesunden Schule beschreiben. Hauptziel eines Schulprogramms *Gesunde Schule* ist es, den Arbeits- und Lebensort *Schule* so zu gestalten, dass Schulqualität und Wohlbefinden sowie Gesundheit der Lernenden und Lehrenden möglichst optimal gefördert werden. Jede Schule muss dabei entsprechend ihren Vorstellungen und Möglichkeiten eigene Schwerpunkte zur Gesundheitsförderung setzen. Es hat sich als günstig erwiesen, durch gezielte Fortbildung solche Handlungsstrategien zu entwickeln, die geeignet sind, die angestrebten systemischen Veränderungen nachhaltig zu unterstützen. Verstärkend wirkt stets auch die Kooperation zwischen Schulen, die sich gemeinsame gesundheitsfördernde Ziele gesetzt haben und konzeptionell bzw. inhaltlich projektbezogen in Erfahrungsaustausch treten.

Dazu gehören nicht nur spezifische Themen der Gesundheitserziehung im engeren Sinne, sondern ebenfalls solche über Lernkultur, Qualität des Unterrichts, Lernergebnisse und schulische Erfolge, Schulkultur, Schulmanagement, Personal- und Organisationsentwicklung oder Erhöhung der Selbstständigkeit von Schule, Lehrerprofessionalität, Motivation u. a.

Ein ausgewähltes Beispiel aus der Planungsphase ist anschließend in Form eines Schemas angeführt (Übersicht 4).

## Übersicht 4: Strukturschema zu den Phasen der Schulentwicklung



## Übersicht 5: Planungshilfe Wege zur gesunden Schule

