



Klasse2000®

STARK UND GESUND IN DER GRUNDSCHULE

Gesundheitsförderung
Gewaltvorbeugung und
Suchtvorbeugung in Klasse 1 - 4

Schirmherrschaft



Der Beauftragte
der Bundesregierung
für Sucht- und Drogenfragen



Partner der
deutschen Lions



GRÜNE LISTE PRÄVENTION



Deutschland's Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung



Geprüft + Empfohlen!

Risiken



- Rauchen: 6 % der Jugendlichen (BZgA, 2022)
- Alkohol: 9 % der Jugendlichen trinken regelmäßig, 11% praktizierten im letzten Monat mind. einmal Rauschtrinken (BZgA, 2022)
- Cannabis: 9 % der Jugendlichen haben schon mind. einmal Cannabis konsumiert, 2 % konsumieren Cannabis regelmäßig (BZgA, 2022)
- Übergewicht: 15 % der Kinder und Jugendlichen (KiGGS-Studie, 2018)
- Psychische Auffälligkeiten: 17 % der Kinder und Jugendlichen (KiGGS-Studie, 2018)
- Computer- u. internetbezogene Störung: 8 % der Jugendlichen (BZgA, 2020)

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, Spiele usw. für Kinder, Infos für Eltern, CDs und Zusatzmodule für Lehrkräfte
- Digitales Lernen im www.klaro-labor.de



1. Jahr: Gesund mit KLARO



Stunden: Gesundheitsförder:innen: 2

Lehrkräfte: 13

Themen: Atmung, Bewegung, Pausenbrot, Klassenklima

Material: Kinderheft, KLARO, Atemtrainer, Pausenbrot-Drehscheibe, Bewegungspausen-CD

Eltern: Infoveranstaltung, Elternbrief und Elternbroschüre



2. Jahr: Fit mit KLARO



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

3. Jahr: Stark mit KLARO



Stunden: Gesundheitsförder:innen: 3

Lehrkräfte: 11

Themen: Klassenklima, Kommunikation, Problem- u. Konfliktlösung, Herz-Ernährung-Bewegung

Material: Stethoskope, Heft KLAROs Sportspaß, Lesezeichen mit KLAROs Zauberformel, Bewegungspausen-CD

Eltern: Elternbrief, Lesezeichen KLAROs Zauberformel



4. Jahr: Schlau mit KLARO



Stunden: Gesundheitsförder:innen: 3

Lehrkräfte: 11

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

Material: Heft „KLAROs Taschenhirn“, Türschild „Bildschirmmedien“, KLAROs Tippkarte

Eltern: Elternbrief

KLARO-Labor.de



Das ganze Programm digital und interaktiv, für den Unterricht und zu Hause.

Zum

- Begleiten
- Wiederholen
- Vertiefen
- Erweitern

Für alle beteiligten Kinder, Eltern, Lehrkräfte und Gesundheitsförder:innen



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
- Cannabiskonsum

Patenschaft



- Spenden und Fördergelder als Patenschaften für Klassen
- 250 € pro Klasse und Schuljahr
- Lions Clubs, Krankenkassen, Firmen, Stiftungen, öffentliche Mittel, Fördervereine, Eltern ...
- Sparsame und wirtschaftliche Mittelverwendung

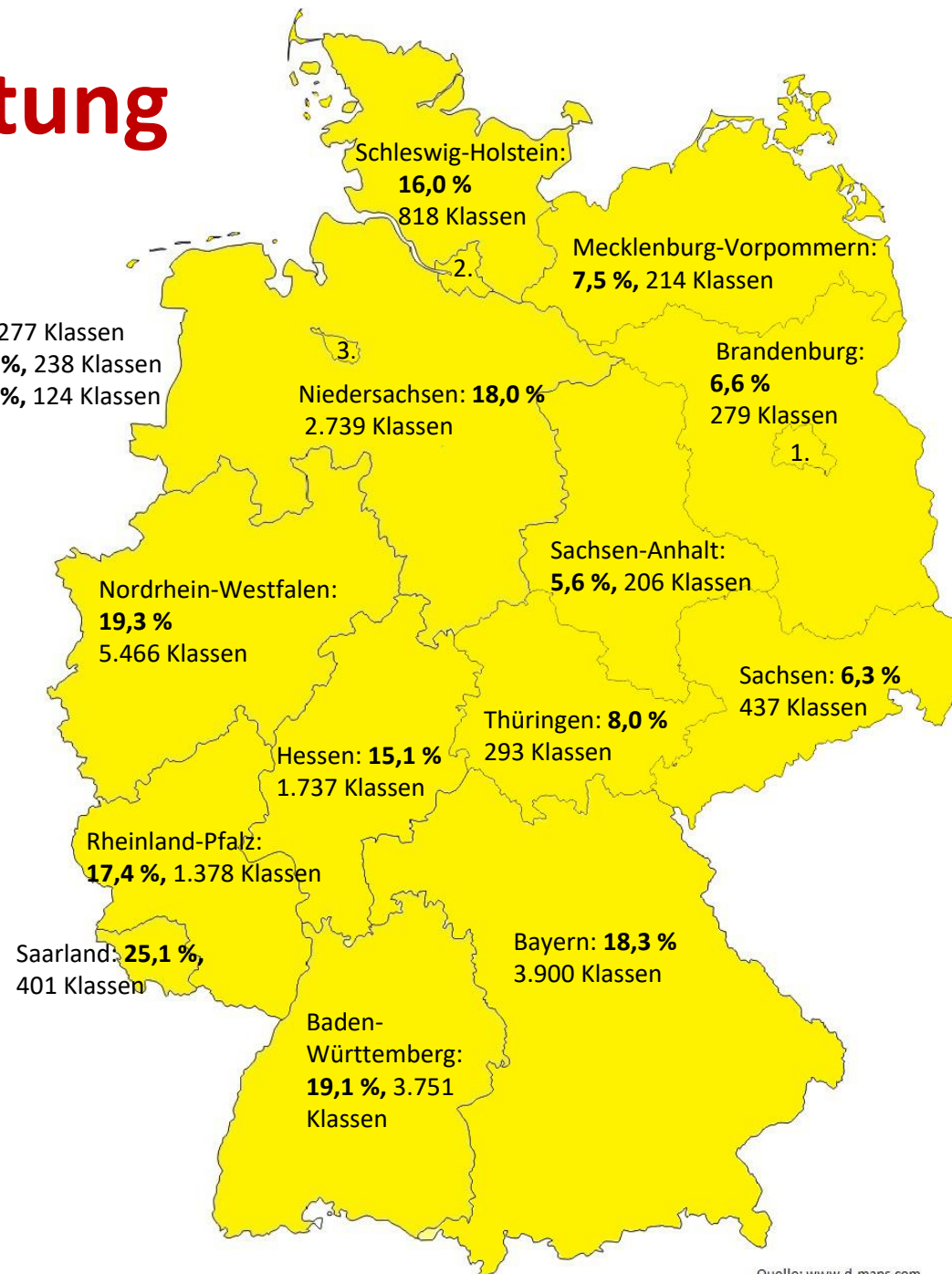
Die größten Förderer 2022-23

Stand: 30.06.22



Verbreitung Klassen

1. Berlin: **4,5 %**, 277 Klassen
2. Hamburg: **7,1 %**, 238 Klassen
3. Bremen: **10,0 %**, 124 Klassen



Quelle: www.d-maps.com

Schuljahr 2022/2023

- 22.258 Klassen = 15,6 % der Grundschulklassen
- 3.728 Schulen = 24,1 % der Grundschulen
- 480.806 Kinder
- 1.631 Klasse2000-Gesundheitsförder:innen
- 4.913 Paten

Stand: 30.06.2023



Mitmachen



Infos



- www.klasse2000.de
- Broschüren etc.:
klasse2000.de/downloads/infomaterial
- Regionale Koordinatorinnen:
[klasse2000.de/über uns/das sind wir](http://klasse2000.de/über_uns/das_sind_wir)

