



Die Schüler der Astrid-Lindgren-Grundschule haben auch in diesem Schuljahr wieder an dem Projekt „Klasse 2000“ teilgenommen. ■ Foto: Assmann

Mit Klaro auf richtige Ernährung achten

Astrid-Lindgren-Schule nimmt an Gesundheitsprojekt teil

Von Stephanie Assmann

BAD WESTERNKOTTEN ■ An dem Gesundheitsprojekt „Klasse 2000 – Stark und gesund in der Grundschule“ haben nun wieder die Schüler der Astrid-Lindgren-Grundschule in Bad Westernkotten teilgenommen. Dabei lernen die Kinder, was sie selbst tun können, damit es ihnen gut geht.

Vom ersten bis zum vierten Schuljahr setzen sich die Schüler mit Themen wie Entspannung, gesunde Ernährung und Umgang mit Gefühlen auseinander. „Das Projekt wird in der Regel über Patenschaften finanziert“, wie Gesundheitsförderin Nadine Fischer von Klasse 2000 berichtete. An

Schüler insgesamt 15 Unterrichtsstunden mit dem Projekt auseinander – teils von einer Gesundheitsförderin, teils von ihren Klassenlehrern gestaltet. Als Gedankenstütze dient den Schülern eine Stoffpuppe namens Klaro. In jeder Unterrichtsstunde müssen sich die Kinder fragen, was Klaro glaubt, was ihnen gut tut.

Gleichgewicht muss entstehen

Spielerisch werden den Schülern Schritt für Schritt die einzelnen Themenbereiche näher gebracht. „Die Kinder sind sehr offen und können sich noch an die vergangenen Unterrichtsstunden erinnern“, betonte Fischer. Ein Kind konnte

Auch durch Experimente würden die Grundschüler lernen, was ihnen gut tut. So testeten sie unter anderem, was passiert, wenn sie ihre Hände anspannen. Außerdem wird die Sozialkompetenz der Schüler gefördert. Konflikte und Probleme lernen sie friedlich lösen. Hilfreiche Grundregeln werden den Kindern mit auf den Weg gegeben.

Des Weiteren nehmen sie in jedem Schuljahr ein bestimmtes Körperteil wie die Luftröhre, das Gehirn, das Herz und die Lunge durch.

Darüber hinaus sei „Klasse 2000“ aber auch ein Präventionsprojekt. „Die Kinder lernen, wie schädlich Nikotin für ihren Körper ist“, sagt Klassenlehrerin Dana Wohlfahrt. Auch der

der Astrid-Lindgren-Grundschule gebe es aber einen Sonderfall. Dort werde das Projekt für die kommenden vier Jahre vollständig vom Bundesministerium für Gesundheit gefördert. Pro Schuljahr setzen sich die

mir noch die ganze Ernährungspyramide erklären. Die Schüler lernen, dass immer ein gewisses Gleichgewicht entstehen muss. Zum Beispiel ist zu viel Entspannung nicht gut, zu viel Bewegung aber auch nicht.“

Konsum von Alkohol werde thematisiert. So lernen die Schüler von Anfang an kritisch zu denken und Nein zu sagen, wenn andere Jugendliche sie zum Rauchen oder Trinken animieren möchten.