

Gesundheitsförderung und Prävention mit Klasse2000 - wir sind **Pate der Grundschule Beilngries**

Was ist Klasse 2000?

Gesund, stark und selbstbewusst – so sollen Kinder aufwachsen.

Dabei unterstützt sie **Klasse2000**, das in Deutschland am weitesten verbreitete Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltvorbeugung in der Grundschule.

Mit **Klasse2000** und seiner Symbolfigur **KLARO** erfahren die Kinder, was sie selbst tun können, damit es ihnen gut geht und sie sich wohlfühlen.

Frühzeitig und kontinuierlich von **Klasse 1 bis 4** lernen die Kinder mit Klasse2000 das 1x1 des gesunden Lebens – aktiv, anschaulich und mit viel Spaß. Lehrkräfte und speziell geschulte Gesundheitsförderer gestalten rund **15 -Klasse2000-Stunden** pro Schuljahr zu den wichtigsten Gesundheits- und Lebenskompetenzen. So entwickeln Kinder Kenntnisse, Haltungen und Fertigkeiten, mit denen sie ihren Alltag so bewältigen können, dass sie sich wohlfühlen und gesund bleiben.

Ziele:

- Kindern ist es wichtig, gesund zu sein und sie sind überzeugt, selbst etwas dafür tun zu können.
- Kinder kennen ihren Körper und wissen, was sie tun können, damit er gesund bleibt und sie sich wohl fühlen
- Kinder besitzen wichtige Lebenskompetenzen: z.B. mit Gefühlen und Stress umgehen, mit anderen kooperieren, Konflikte lösen und kritisch denken.

Themen:

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

Über eine Million Kinder erreicht:

Seit Beginn des Programms im Jahr 1991 schlossen über

1,3 Millionen Kinder Bekanntschaft mit KLARO. Zur Zeit macht bundesweit jedes achte Grundschulkind bei **Klasse2000** mit: Im Schuljahr 2015/16 nahmen über 438.000 Kinder aus 19.409 Grundschulklassen teil, das entspricht 14,4 % aller Grundschulklassen.

Noch mehr Informationen gibt es auf www.klasse2000.de