

# Materialsammlung

Unterrichtsmaterialien und Schulprogramme  
zur Stärkung der Gesundheitskompetenz



Die Materialsammlung „Unterrichtsmaterialien und Schulprogramme zur Stärkung der Gesundheitskompetenz“ wurde im Rahmen eines vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) geförderten Projekts „GeKoOrg-Schule“ entwickelt. Das Projekt wurde in der Zeit von Oktober 2019 bis September 2023 an der Universität Bielefeld bzw. ab April 2022 an der Technischen Universität München durchgeführt (Förderkennzeichen: 2519FSB006 & 2522FSB006). Projektleitung Bielefeld (Prof. Dr. Orkan Okan, Prof. Dr. Ullrich Bauer), Projektleitung München (Prof. Dr. Orkan Okan).



Bundesministerium  
für Gesundheit

#### Zitiervorschlag:

Kirchhoff, S., Krudewig, C., Okan, O. (2022). Unterrichtsmaterialien und Schulprogramme zur Stärkung der Gesundheitskompetenz. Materialsammlung für Schulen. Gefördert durch das Bundesministerium für Gesundheit. Technische Universität München. Doi: 10.14459/2022md1688088

## Impressum

Materialsammlung Version 1.0  
1. Auflage: Dezember 2022

#### Herausgeber

Professur Health Literacy  
Fakultät für Sport- und  
Gesundheitswissenschaften  
Technische Universität München  
Uptown München-Campus D  
Georg-Brauchle-Ring 60/62  
80992 München  
[www.sg.tum.de/healthliteracy](http://www.sg.tum.de/healthliteracy)  
[gekoorg-schule@sg.tum.de](mailto:gekoorg-schule@sg.tum.de)

#### Für den Inhalt verantwortlich:

Prof. Dr. Orkan Okan, [orkan.okan@tum.de](mailto:orkan.okan@tum.de)  
Sandra Kirchhoff, M. A., [sandra.kirchhoff@tum.de](mailto:sandra.kirchhoff@tum.de)  
Cara Krudewig, M. Sc., [cara.krudewig@tum.de](mailto:cara.krudewig@tum.de)

#### Grafikdesign

Kathrin Dickmann  
TUM ProLehre | Medien und Didaktik

#### Bildnachweise

vectorpocket (Adobe Stock 297621555),  
phototechno (iStock-1125514524),  
phototechno (iStock-1125514528).

In der Materialsammlung verwenden wir die genderneutrale Schreibweise mit Doppelpunkt, damit auch weitere Geschlechter neben Mann und Frau Berücksichtigung finden.

# Materialien und Programme

<b>I. Über die Materialsammlung</b>	<b>4</b>
<b>II. Anwendungshinweise</b>	<b>6</b>
<b>III. Materialien und Programme zur Stärkung der Gesundheitskompetenz</b>	<b>8</b>
Corona Update	9
Die Rakuns	10
Die Welt hält den Atem an	11
ECHT DABEI	12
Fit in Gesundheitsfragen	13
fit4future Teens	14
GeKoKids	15
Gesund macht Schule	16
GET! Grundschule	17
GET! Sekundarstufe	18
HealthWize	19
HeLi-D	20
Klasse2000	21
Lions-Quest	22
MedienUniversum	23
MindMatters	24
Nebolus	25
Pausenlos gesund	26
Psychische Gesundheit und Schule	27
ScienceKids	28
SCURA - Unterrichtsprogramm	29
Toolbox Gesundheitskompetenz	30
WISSEN SCHÜTZT!	31
<b>IV. Informationen zur Evaluation</b>	<b>32</b>
<b>V. Literaturangaben der aufgeführten Angebote</b>	<b>33</b>
<b>VI. Weitere Informationen</b>	<b>36</b>
Weitere Unterrichtsmaterialien und Fortbildungsprogramme	36
Bundesweite Materialsammlungen und Suchmaschinen	38
Materialsammlungen der einzelnen Bundesländer	39
Weitere informative Links	42

# I. Über die Materialsammlung

„Unterrichtsmaterialien und Schulprogramme zur Stärkung der Gesundheitskompetenz“

## Worum geht es in der Materialsammlung?

Die Materialsammlung »Unterrichtsmaterialien und Schulprogramme zur Stärkung der Gesundheitskompetenz« bietet eine Übersicht und zugleich eine einfache Navigation zu existierenden Programmen und Materialien, die im engeren oder weiteren Sinne zur Stärkung der Gesundheitskompetenz beitragen und in der Schule eingesetzt werden können.

## Gesundheitskompetenz von Schüler:innen stärken



Gesundheitskompetenz beschreibt verschiedene persönliche Fähigkeiten, die dabei helfen, Gesundheitsinformationen aus unterschiedlichen Quellen zu finden, zu verstehen, zu beurteilen und anzuwenden, um im Alltag gesundheitsförderliche Entscheidungen treffen zu können.

Im Lebensverlauf werden Kinder und Jugendliche immer wieder mit gesundheitsbezogenen Aufgaben, Herausforderungen und Entscheidungsprozessen konfrontiert. Insbesondere wenn es darum geht, die Gesundheit zu erhalten und zu fördern, Erkrankungen vorzubeugen oder zu bewältigen und bei der Nutzung des Gesundheitssystems, sind persönliche Fähigkeiten gefordert. Die mit dem Begriff „Gesundheitskompetenz“ bezeichneten Fähigkeiten können in diesen Bereichen zum Tragen kommen und gesundheitsförderliches Entscheiden und Handeln bei jungen Menschen unterstützen. Mit Gesundheitskompetenz sind vorwiegend die Fähigkeiten gemeint, die für den konkreten Umgang mit Informationen zur Gesundheit wichtig sind. Besonders in einer immer digitaler werdenden Welt gewinnen diese Fähigkeiten an Bedeutung und durchdringen den Lebensalltag von Kindern und Jugendlichen. Neben den traditionellen Konzepten wie Gesundheitswissen, Gesundheitsverhalten und gesundheitlichen Lebenskompetenzen handelt es sich bei Gesundheitskompetenz um eine neue Fähigkeit. Diese lässt sich am ehesten als eine Informations-, Medien- oder Digitalkompetenz für die Gesundheit beschreiben. Gesundheitskompetenz kann direkt durch gezielte Bildungs- und Lernangebote oder indirekt im Rahmen von Sozialisationsprozessen gefördert und gestärkt werden.

Der Lebensort Schule spielt bei der Vermittlung und Stärkung von Gesundheitskompetenz eine wichtige Rolle. Sie ist als fester und bedeutsamer Wirkort im Leben junger Menschen zu sehen, der ihr Aufwachsen maßgeblich beeinflusst. In der Schule werden Kinder und Jugendliche angeleitet und begleitet u. a. lebenspraktische Kompetenzen, auch zum Thema Gesundheit, zu erlernen. Die Bedeutung der Schule im Kontext der Gesundheitsbildung wird auch dadurch deutlich, dass aufgrund der Schulpflicht nahezu jeder junge Mensch ungeachtet der sozialen Herkunft mit



Maßnahmen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz erreicht werden kann. Die Potenziale zur Stärkung von Gesundheitskompetenz in und durch Schule sind sehr vielseitig: Es können beispielsweise Lerngelegenheiten angeboten oder auch die gesamte Lernumgebung gesundheitskompetenzförderlich gestaltet werden.

## Gesundheitskompetente Schule

Im Forschungsprojekt „GeKoOrg-Schule“ wurde ein ganzheitliches Schulkonzept zur systematischen Stärkung von Gesundheitskompetenz in der Lebenswelt Schule erarbeitet, um die o. g. Potenziale aufzuzeigen und nutzbar zu machen. Das Konzept »Gesundheitskompetente Schule« beschreibt, was eine Schule zu einer sogenannten gesundheitskompetenten Schule macht. Im Konzept werden insgesamt acht Bereiche, „Standards“, innerhalb der Schulorganisation beschrieben, in denen eine Schule zum Thema Gesundheitskompetenz im Schulalltag tätig werden kann. Dabei geht es in einigen Bereichen darum, die personale Gesundheitskompetenz insbesondere von Schüler:innen, aber auch dem Schulteam zu stärken. Die hier vorgestellte Materialsammlung »Unterrichtsmaterialien und Schulprogramme zur Stärkung der Gesundheitskompetenz« bietet eine Übersicht und Verlinkungen zu Materialien und Programmen, die zur Umsetzung von Gesundheitskompetenz in diesen Bereichen verwendet werden können.

Weitere Informationen zum Konzept »Gesundheitskompetente Schule« sowie den Praxisleitfaden »Gesundheitskompetente Schule« finden Sie auf unserer Homepage unter: <https://gekoorg-schule.de>.

„Eine gesundheitskompetente Schule gestaltet Prozesse, Strukturen und Rahmenbedingungen so, dass in ihrem Setting Gesundheitskompetenz entwickelt, eingeübt und gefördert werden kann, um alle Personen in der Schule – Schüler:innen, Schulleitungen, Lehrkräfte und nicht unterrichtendes Personal, aber auch Eltern bzw. Erziehungsberechtigte und Personen des erweiterten Schulumfelds – für den Umgang mit Gesundheitsinformationen zu befähigen und gesundheitskompetentes Handeln zu stärken.“  
(Kirchhoff und Okan 2022)

## Aufbau der Materialsammlung

Diese Materialsammlung besteht aus sechs Abschnitten: Neben diesen einleitenden Worten (Teil I) finden Sie erklärende Hinweise zur Anwendung dieser Materialsammlung auf den folgenden Seiten (Teil II). Im anschließenden Teil III folgt der Hauptteil der Materialsammlung. Hier werden ausgewählte Materialien und Programme, die das Thema Gesundheitskompetenz im engeren oder auch weiteren Sinne behandeln, mit je einem einseitigen Kurzprofil beschrieben. Die Teile IV und V schließen daran an mit einer Übersicht zum Evaluationstand (August 2022) sowie weiterführenden Angaben bzw. Quellenangaben der ausgewählten Materialien. In Teil VI befindet sich eine Linksammlung zu weiterführenden Informationen und Materialien, die im Kern nicht den Einschlusskriterien unseres thematischen Fokus auf Gesundheitskompetenz entsprechen, aber inhaltlich und auch bezogen auf die Zielsetzung der Materialsammlung Schnittstellen aufweisen und daher im Rahmen einer Linkliste aufgenommen wurden.

## II. Anwendungshinweise

Die Materialsammlung der Unterrichtsmaterialien und Schulprogramme zur Stärkung der Gesundheitskompetenz bietet Lehrpersonen für die Planung und Vorbereitung von z. B. Unterrichtsreihen, außercurricularen Angeboten oder Projekttagen zum Kernthema

Gesundheitskompetenz oder angrenzenden Themen wie z. B. Informations- oder Medienkompetenz einen ersten Über- und Einblick sowie eine Navigation zu dem Materialangebot in diesem Themenbereich.

### Aufbau der Material-/Programmprofile

Die Kurzprofile der für diese Materialsammlung ausgewählten Materialien bzw. Programme sind alphabetisch geordnet, bestehen je aus einer Seite und folgen dem gleichen Aufbau.

Hier finden Sie die wichtigsten Informationen, um sich einen Überblick zu verschaffen und

sich zu orientieren, welche Inhalte und Materialien das jeweilige Angebot bietet und wo bzw. auf welche Weise die Materialien für Sie verfügbar sind.

Folgende Informationen finden sich in den Kurzprofilen:

#### ❶ Titel / Untertitel

Der hier angegebene Titel ist gleichzeitig auch die offizielle Bezeichnung des Materials/Programms.

#### ❷ Materialien / Programm

Oben rechts finden Sie auf jeder Profilseite die Angabe, ob das Materialangebot sich als „Materialien“ oder „Programm“ kategorisieren lässt. „Materialien“ umfassen konkrete Unterrichts-, Lehr-, und Arbeitsmaterialien. „Programme“ beinhalten sowohl Unterrichts-, Lehr- und Arbeitsmaterialien als auch weitere Aktivitäten und Angebote (z. B. Fortbildungen) und sind eingebettet in einem ganzheitlichem bzw. systematischen Ansatz der schulischen Gesundheitsförderung.

#### ❸ Thema / Zielsetzung / Zielgruppe

In diesem grau unterlegten Informationskästchen finden Sie zum einen inhaltliche Hinweise zum Thema und Zielsetzung des Materialangebots.

Zudem wird unter Zielgruppe angegeben, für welche Jahrgangsstufe/n die Materialien geeignet sind (Primar-/Sekundarstufe I/II).

#### ❹ Überblick

Der Überblick beschreibt das Materialangebot knapp, dessen Zielsetzung und Konzeption und liefert teilweise auch Hinweise zu Einsatzmöglichkeiten.

#### ❺ Inhalte

Unter Inhalte finden Sie einen thematischen Einblick in die Materialinhalte, Hinweise zum Aufbau der Inhalte sowie Informationen zu den enthaltenden Materialien.

#### ❻ Umfang







Hier wird der Materialumfang beschrieben. Sie finden hier zum Teil die Angabe einer Seitenanzahl sowie Hinweise auf die Beschaffenheit bzw. Aufbereitung des Materials (Print, digital, Multimedia etc.).

#### ❼ Herausgeber


Hier finden Sie den Herausgeber des Materialangebots inklusive der Angabe des Veröffentlichungsdatums (falls vorhanden) bzw. des Datums der letzten Aktualisierung. Diese Angaben beziehen sich auf den Stand zum Zeitpunkt August 2022.

**1** **GeKoKids** Materialien **2**


Gesundheitskompetenz bei Kindern in der Schule

 <b>Thema</b> Gesundheitskompetenz in der Schule	 <b>Zielsetzung</b> Stärkung der Gesundheitskompetenz	 <b>Zielgruppe</b> Schüler:innen der Klassenstufen 5 und 6 und Lehrkräfte
<p><b>4</b> </p> <p>GeKoKids ist ein integratives und modulares Präventionsprogramm zur Stärkung der Gesundheitskompetenz für den Regelunterricht der Klassen 5-6. Es besteht aus Materialien für den Unterricht in Biologie und Sport, die aber im Rahmen von Projekttagen eingesetzt werden können. Die Inhalte bieten Schnittstellen zu den schulischen Lehrplänen in Mecklenburg-Vorpommern.</p> <p><b>5</b> </p> <p>Mit den Materialien werden soziale und kognitive Fähigkeiten in den Bereichen (1) funktionale, (2) kommunikative und (3) kritische Gesundheitskompetenz, insbesondere das Fachwissen und die Handlungskompetenz gestärkt. Das Konzept richtet sich an alle Schüler:innen, wobei insbesondere soziale benachteiligte Schüler:innen profitieren.</p> <p><b>Modularer Aufbau</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstwirksamkeit und internale Kontrollüberzeugung</li> <li>• Sucht: Tabakprävention</li> <li>• Ernährung und Übergewicht</li> <li>• Bewegungs- und Mobilitätsförderung</li> <li>• Zahn- und Mundgesundheit</li> <li>• Prävention von Infektionskrankheiten (Impfen)</li> <li>• Chronischer Schmerz</li> </ul> <p>Die Unterrichtsmodule enthalten Kopiervorlagen, Aufgaben und Fragebögen. Eine Lehrkräftefortbildung enthält Materialien mit Hintergrundwissen und epidemiologische Daten zu den Themen der Unterrichtseinheiten.</p> <p><b>6</b> </p> <p>Printmaterial, 103 Seiten, als Download digital verfügbar</p>		

**7** **Herausgeber:** Ernst-Moritz-Arndt-Universität Greifswald (2011)



**Quelle:** Die Unterrichtsmodule und das Monitoringsystem sind frei zum Download verfügbar unter:  
<http://193.175.51.119/downloads/GEKOKIDS-UNTERRICHTSMODULE.pdf>



**9** III. Materialien und Programme zur Stärkung der Gesundheitskompetenz 15

### **8 Evaluation**

An dieser Stelle wird Ihnen auf den ersten Blick angezeigt, ob eine Evaluation für das jeweilige Materialangebot vorliegt oder nicht. Liegt eine Evaluation vor, erscheint hier ein grünes Icon. Wird derzeit evaluiert, sehen Sie ein gelb gefärbtes Icon. Ist noch keine Evaluation vorhanden, erscheint kein Icon. Die Angaben bilden den Evaluationsstand zum Zeitpunkt August 2022 ab.

### **9 Quelle**

Am Ende der Profildseite finden Sie eine Verlinkung zur Informationswebseite des Materialangebots, wo Sie auch den Zugang zu einem Download erhalten, sofern das Materialangebot zum Download frei zur Verfügung gestellt wird.

### **QR-Code**

Alternativ können Sie auch dem QR-Code scannen und gelangen ebenso zur Quellseite.

# III. Materialien und Programme zur Stärkung der Gesundheitskompetenz

Auf den folgenden Seiten werden die gefundenen Unterrichtsmaterialien und Schulprogramme rund um das Thema Gesundheitskompetenz in einem Kurzprofil vorgestellt. Die Materialien sind alphabetisch sortiert und werden jeweils auf einer Seite zusammengefasst.


Zur besseren Orientierung auf den Projektseiten finden Sie auf der rechten Seite nochmal eine Zusammenfassung der einzelnen Orientierungspunkte und ihrer Bedeutung (Tabelle 1).

Das Kernthema aller Programme ist die Vermittlung von Gesundheitskompetenz. In den vorgestellten Unterrichtsmaterialien wird Gesundheitskompetenz aber auch anhand anderer gesundheitlicher Themen wie beispielsweise Ernährung, Bewegung und dem Umgang mit der Covid-19 Pandemie vermittelt. Auch werden in einigen Materialien zusätzliche Fähigkeiten wie beispielsweise Medienkompetenz oder digitale Gesundheitskompetenz vermittelt. In allen Angeboten sind Kinder und Jugendliche die Zielgruppe. Die Altersspanne ist dabei abhängig von dem jeweiligen Unterrichtsmaterial und reicht hier von der Vorschule bis in die Oberstufe hinein. Die vorgestellten Materialien sind unterschiedlich einsetzbar, zum Beispiel können sie als einzelne Unterrichtsstunde oder als eigene Unterrichtsreihe fungieren. Auch gibt es Angebote, die bei außercurricularen Veranstaltungen wie Projekttagen eingesetzt werden können.

Kategorie Materialien

Kategorie Programm

-  Thema
-  Zielsetzung
-  Zielgruppe
-  Überblick
-  Inhalte
-  Umfang

 Wird gegenwärtig evaluiert


 Evaluation liegt vor

Tabelle 1: Bedeutung der Orientierungspunkte



## Ein Jahr mit Covid-19 (Unterrichtsreihe)



### Thema

Gesundheitsbildung und -kompetenz in der Schule



### Zielsetzung

Vermittlung von Gesundheitswissen (Corona), Stärkung der Gesundheitskompetenz



### Zielgruppe

Lehrkräfte und Schüler:innen der Primarstufe und Sekundarstufe I



„Corona Update – Ein Jahr mit Covid-19“ ist eine Unterrichtsreihe (aufbauend auf „Die Welt hält den Atem an“, s. Seite 11), in der über den aktuellen Stand der Corona-Pandemie informiert wird. Die Materialien dienen dazu, die Entwicklungen und Erkenntnisse des ersten Jahres mit Corona kindgerecht zu vermitteln und Begriffe und Wortbedeutungen (Infektion, Aerosole, Spreading etc.) zu erklären. Ziel ist u. a., dass Schüler:innen die erarbeiteten Inhalte auf ihr eigenes Handeln beziehen und ihr Verhalten gesundheitsförderlich ausrichten (z. B. AHA-Regel).

Neben Fachwissen wird mit diesem Material auch die Informations- und Medienkompetenz geschult, in dem Schüler:innen lernen, Karten, Grafiken und Statistiken zu lesen und einzuordnen sowie den kritischen Umgang mit Informationen üben.



Die Unterrichtsreihe besteht aus Arbeitsmaterialien für 5 Unterrichtsstunden. Neben den Arbeitsblättern bietet Lehrer-Online Hilfestellungen zur Durchführung der Unterrichtseinheiten inkl. didaktischer Hinweise.

#### **Inhaltlicher Aufbau der Unterrichtsreihe:**

- Einstieg in das Thema
- Informationserarbeitung
- Übertragung der Viren durch Tröpfchen- und Schmierinfektion
- Schutz vor Ansteckung
- Wiederholung (Schutz vor Ansteckung)
- Wer entscheidet über die getroffenen Maßnahmen
- Grafiken lesen und verstehen
- Glossar und Abschluss der Unterrichtseinheit






Printmaterial, digital downloadbar

**Herausgeber:** Lehrer-Online / Eduversum GmbH (2021)



**Quelle:** Materialien können von zahlenden Abonnent:innen heruntergeladen werden unter: <https://www.lehrer-online.de/unterricht/grundschule/sachunterricht/ich-und-meine-welt/unterrichtseinheit/ue/corona-update-ein-jahr-mit-covid-19>

## Das gesunde Klassenzimmer

 <b>Thema</b> Gesundheitsbildung in der Grundschule	 <b>Zielsetzung</b> Stärkung der Gesundheitskompetenz und Gesundheitswissen	 <b>Zielgruppe</b> Lehrkräfte (und pädagogisches Personal) und Schüler:innen der Primarstufe
---	---	--



Die Rakuns ist ein modulares Unterrichtsmaterial zur Stärkung der Gesundheits- und Handlungskompetenz von Schüler:innen. Themen sind: frühzeitiges Erlernen von gesunden Verhaltensweisen, Entwicklung eines guten Körper- und Selbstbewusstseins, Erlernen von Medienkompetenzen und Ausbildung einer gesunden und sozial starken Persönlichkeit.



Das Materialpaket besteht aus Printmaterialien (Ordner mit Modulheften, Forscherhefte für die Schüler:innen, Auftragskarten und Arbeitsblätter), Experimentiermaterialien (wie Abklatschplatten, UV-empfindliche Uhren) und zusätzlichem Material passend zu den Modulen, z. B. Alufolie, Löschpapier etc.

Die Inhalte sind modular aufgebaut:

<b>Module für die 1. + 2. Klasse</b>	<b>Module für die 3. + 4. Klasse</b>
Körperbewusstsein	Bewegung
Bewegung/Entspannung	Ernährung
Körperpflege und -hygiene	Medienkompetenz
Ernährung	

Zusätzlich online: Ergänzungsmodule, digitales Unterrichtsmaterial sowie Online-Materialien gezielt für Schüler:innen und Eltern (Gesundheitstipps, Videos, Comics, Quiz).



Digital- und Printmaterial

**Herausgeber:** Stiftung Kindergesundheit und IKK classic (o.J.)



**Quelle:** Medienpaket kostenfrei bestellbar unter:  
<https://www.rakuns.de>



# Die Welt hält den Atem an

## Corona und Covid-19 (Unterrichtsreihe)

Materialien



### Thema

Gesundheitsbildung und Gesundheitskompetenz in der Schule



### Zielsetzung

Vermittlung von Gesundheitswissen (Corona), Stärkung der Gesundheitskompetenz



### Zielgruppe

Lehrkräfte und Schüler:innen der Primarstufe und Sekundarstufe I



„Die Welt hält den Atem an – Corona und Covid-19“ ist eine Unterrichtsreihe, in der über Corona und Covid-19 grundlegend aufgeklärt wird (u. a. Entstehung, Wirkung von Viren, aktueller Verlauf und Stand der Pandemie, gesundheitsförderliches Verhalten, präventive Maßnahmen zum Infektionsschutz). Neben Fachwissen wird mit diesem Material auch die Informations- und Medienkompetenz geschult, in dem Schüler:innen lernen Grafiken und Statistiken zu recherchieren und zu bewerten, Texte sinnerfassend zu lesen und Informationen kritisch zu reflektieren.



Die Unterrichtsreihe besteht aus Arbeitsmaterialien für 10 Unterrichtsstunden. Neben den Arbeitsblättern bietet Lehrer-Online Hilfestellungen zur Durchführung der Unterrichtseinheiten inkl. didaktischer Hinweise.

#### **Inhaltlicher Aufbau der Unterrichtsreihe:**

- Aktivierung von Vorwissen
- Einführung: Woher kommt der Virus?
- Die Corona-Virus Infektionskette
- Schutz vor Viren
- Gefährdete Altersstufen
- Kinderkrankheiten und Impfung
- Immunsystem und Abwehrkräfte
- Ausbreitung des Virus: Fallzahlen in den Bundesländern
- Verbreitung weltweit
- Schlussphase: Schutz vor Ansteckung



Printmaterial, digital downloadbar

**Herausgeber:** Lehrer-Online/ Eduversum GmbH (2020)



**Quelle:** Materialien können von zahlenden Abonnent:innen heruntergeladen werden unter:

<https://www.lehrer-online.de/unterricht/grundschule/sachunterricht/ich-und-meine-welt/unterrichtseinheit/ue/die-welt-haelt-den-atem-an-corona-und-covid-19>

## Gesund groß werden im digitalen Zeitalter



### Thema

Präventionsprogramm zur Medienerziehung



### Zielsetzung

Förderung der Medienmündigkeit im Bereich Gesundheit



### Zielgruppe

Lehrkräfte, Pädagog:innen, Eltern, Schüler:innen, Kindergartenkinder



ECHT DABEI ist ein Programm für Kitas und Grundschulen, das auf mehr echte, bildschirmfreie Zeit zielt und dabei Gesundheits- und Medienkompetenzförderung verknüpft. Ziele sind die frühe ressourcenorientierte Prävention von riskantem Medienkonsum und die Entwicklung von „Medienmündigkeit“ als gesundheitsförderliche Kompetenz bei Kindern. Fachlich-didaktisch sind drei Prinzipien zentral:

1. Analog vor digital: Prinzipien von Medienwelten zuerst an Medien ohne Bildschirm kennenlernen.
2. Produzieren vor Konsumieren: Aktives Gestalten analoger und später auch digitaler Medienwelten in den Vordergrund stellen.
3. Durchschaubarkeit vor „Black Box“: Mit Lehr- und Lernmaterialien arbeiten, die eine maximale Durchschaubarkeit der Funktionsweise(n) ermöglichen und auf Medien mit nicht sichtbaren internen Prozessen („Black Box“) verzichten.



ECHT DABEI besteht aus einem Manual mit unterschiedlichen Modulen und weiterführenden Materialien, die auf der Webseite verfügbar sind. Das Programm ist in Kernmodule (verpflichtend) und Wahlmodule (additiv) gegliedert, die zeitlich versetzt stattfinden.

#### Kernmodule

Modul Fortbildung für pädagogische Fachkräfte  
Modul Elternabend

#### Wahlmodule

Modul Kindertheater  
Modul „Kinderschutz konkret“



Manual mit Materialien (Print), ca. 100 Seiten, Broschüre Medienratgeber für Eltern (in Fremdsprachen), Fallbeispiele, Telefonberatungsgutschein, ergänzende Materialien (in Print oder digital auf der ECHT DABEI Website).




Herausgeber: BKK Dachverband und Media Protect e. V. (2021)



Quelle: Sämtliche Programmmaterialien stehen auf Anfrage zur Verfügung. Weitere Informationen zur Kontaktaufnahme erhalten Sie auf der Homepage: <https://www.echt-dabei.de>



## Gesundheitskompetenz stärken, Gesundheit erhalten, Krankheit vermeiden

 <b>Thema</b>	 <b>Zielsetzung</b>	 <b>Zielgruppe</b>
Gesundheitsbildung in der Schule	Vermittlung von Gesundheitswissen, Stärkung der Medien- und Gesundheitskompetenz	Lehrkräfte und Schüler:innen der Sekundarstufe I und II



Fit in Gesundheitsfragen umfasst modulares Unterrichtsmaterial zur Verbesserung der Gesundheitskompetenz von Schüler:innen. Die Module vermitteln evidenzbasiertes Fachwissen zu den Krankheiten Krebs und Diabetes sowie praktisches Handlungswissen und Motivation zu präventivem Verhalten auf Grundlage aktueller Forschungsergebnisse. Das Material knüpft an die Alltagswelten Jugendlicher an. Ergänzt werden die Module durch innovative Methoden und digitale Materialien. Die Materialien basieren auf einer Lehrplananalyse und sind nach Klassenstufen differenziert.



Die Materialien bestehen aus Übungsblättern (liegen digital und analog vor), Erklärvideos, Fact Sheets, E-Learning-Modulen und bieten für das Lernen eine Methodenvielfalt an. Lehrkräfte erhalten in jedem Modul Hinweise: einen inhaltlichen Überblick, Hintergrundwissen zu den Themen und den anvisierten Kompetenzen. Zudem werden Schnittstellen zum Einsatz in weiteren Schulfächern aufgezeigt. Die Schwerpunkte der Unterrichtsmaterialien sind:

- Thema Diabetes
- Thema Krebs
- Gesundheit, Krankheit und Medienkompetenz

Verschiedene Methoden kommen zum Einsatz, z. B. Blended Learning, Design Thinking, App basiertes Lernen, Reverse Brainstorming, Autorenlernen, Storytelling, Nudging, Pecha Kucha, Lernzirkel und Fermi-Methode.



Printmaterialien: Diabetes: 153 Seiten, Krebs: aktuell 332 Seiten, Materialien zu Gesundheitskompetenz folgen, als Download digital verfügbar.

**Herausgeber:** Helmholtz Zentrum München  
Deutsches Krebsforschungszentrum in Heidelberg (DKFZ)






**Quelle:**

Krebs: <https://www.dkfz.de/de/fit-in-gesundheitsfragen/Unterrichtsmaterialien.html>

Diabetes: <https://www.diabinfo.de/schule-und-bildung/unterrichtsmaterial.html>



## Gesundheitskompetenz bei Kindern in der Schule

 <b>Thema</b>	 <b>Zielsetzung</b>	 <b>Zielgruppe</b>
Gesundheitskompetenz und -bildung in der Schule	Stärkung der Medienkompetenz und Vermeidung von Stress	15-bis-19-jährige Schüler:innen; Lehrkräfte, Sozialarbeiter:innen, Eltern



fit4future Teens ist ein Schulprogramm, das mithilfe von verhaltens- und verhältnispräventiven Maßnahmen, die Lebensgewohnheiten und Lebensstile von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in den Bereichen Medienumgang, Stressreduktion, Ernährung und Bewegung positiv beeinflusst. Teilnehmende Schulen werden dabei unterstützt, sich zu einer gesundheitsfördernden Organisation zu entwickeln. Der Start erfolgt jeweils zum Schuljahresbeginn. Teilnehmende Schulen gehen eine Partnerschaft mit dem Projekt ein und werden 2 Jahre betreuend begleitet.



Der richtige Umgang mit Stress und Medien steht im Vordergrund, gleichzeitig werden Themen zur Bewegung und Ernährung angeboten. Unterrichtsmaterialien liegen für vier Themen vor:

- Medienkompetenz
- Stressbewältigung
- Ernährung
- Bewegung

Die Themen werden über Unterrichtseinheiten, Pausenangebote und digitale Inhalte adressiert. Es gibt Materialien speziell für Schüler:innen, Lehrkräfte und Schulorganisation, aber auch für Eltern. Zu den diversen Programmmaterialien und -angeboten gehören z. B. Face-to-Face Maßnahmen (z. B. Workshops, Kurse), digitale Tools (z. B. Podcasts, Videos, Blog) und Unterrichtsmaterialien (Stundeneinheiten, Broschüren, fit4future-Box mit Spiel- und Sportgeräten). Zudem stehen ein:e Area-Manager:in als Ansprechpartner:in sowie eine Hotline für Ihre Fragen und Anregungen zur Verfügung.



Digital- und Printmaterial




**Herausgeber:** Cleven-Stiftung Deutschland, planero GmbH und DAK-Gesundheit (2020)



**Quelle:** Sämtliche Programmmaterialien stehen den teilnehmenden Schulen nach der Anmeldung auf der Projektwebseite kostenfrei zur Verfügung:  
<https://teens.fit-4-future.de>



## Gesundheitskompetenz bei Kindern in der Schule

 <b>Thema</b> Gesundheitskompetenz in der Schule	 <b>Zielsetzung</b> Stärkung der Gesundheitskompetenz	 <b>Zielgruppe</b> Schüler:innen der Klassenstufen 5 und 6 und Lehrkräfte
--	---	---



GeKoKids ist ein integratives und modulares Präventionsprogramm zur Stärkung der Gesundheitskompetenz für den Regelunterricht der Klassen 5–6. Es besteht aus Materialien für den Unterricht in Biologie und Sport, die im Rahmen von Projekttagen eingesetzt werden können. Die Inhalte bieten Schnittstellen zu den schulischen Lehrplänen in Mecklenburg-Vorpommern.



Mit den Materialien werden soziale und kognitive Fähigkeiten in den Bereichen (1) funktionale, (2) kommunikative und (3) kritische Gesundheitskompetenz, insbesondere das Fachwissen und die Handlungskompetenz gestärkt. Das Konzept richtet sich an alle Schüler:innen, wobei insbesondere sozial benachteiligte Schüler:innen profitieren.

### Modularer Aufbau

- Selbstwirksamkeit und interne Kontrollüberzeugung
- Sucht: Tabakprävention
- Ernährung und Übergewicht
- Bewegungs- und Mobilitätsförderung
- Zahn- und Mundgesundheit
- Prävention von Infektionskrankheiten (Impfen)
- Chronischer Schmerz

Die Unterrichtsmodule enthalten Kopiervorlagen, Aufgaben und Fragebögen. Eine Lehrkräftefortbildung enthält Materialien mit Hintergrundwissen und epidemiologische Daten zu den Themen der Unterrichtseinheiten.



Printmaterial, 103 Seiten, als Download digital verfügbar




**Herausgeber:** Ernst-Moritz-Arndt-Universität Greifswald (2011)



**Quelle:** Die Unterrichtsmodule und das Monitoringsystem sind frei zum Download verfügbar unter:  
<http://193.175.51.119/downloads/GEKOKIDS-UNTERRICHTSMODULE.pdf>



## Programm zur Prävention und Gesundheitsförderung in der Grundschule

 <b>Thema</b> Gesundheitsförderung und -bildung in der Schule	 <b>Zielsetzung</b> Stärkung der Gesundheitskompetenz	 <b>Zielgruppe</b> Lehrkräfte, Schüler:innen, Ärzt:innen, Eltern, OGS-Mitarbeiter:innen
---	---	---



Gesund macht Schule ist ein Programm mit Settingansatz im Bereich der schulischen Gesundheitsförderung und zur Stärkung der Gesundheitskompetenz.



Das Programm besteht aus sechs inhaltlich und methodisch verknüpften Bausteinen, den jeweiligen Materialien, Medien und einem Hygienekoffer sowie weiteren (Bildungs-) Angeboten.

Die Elemente:

- 1. Schulpatenschaften** mit Ärzt:innen (begleiten und unterstützen die Planung von Maßnahmen an der Schule)
- 2. Elternarbeit** (Materialien und Fortbildungsinhalte zu Hintergrundwissen und Anregungen für die Zusammenarbeit mit Eltern)
- 3. Unterrichtsmaterialien** (zu Gesundheitsthemen inkl. Faktenwissen, unterrichtspraktischen Hilfen sowie weiteren Medien/Angeboten)
  - Menschlicher Körper / Beim Arzt
  - Essen und Ernährung
  - Bewegung und Entspannung
  - Sexualerziehung
  - Ich-Stärkung/Suchtprävention+ Schulmaterial und Informationen zu Corona
- 4. Fortbildungen** (zu den Programmenthemen für Lehrkräfte, Mitarbeiter:innen aus dem Offenen Ganztags und Patenärzt:innen)
- 5. Regionale Treffen** (Erfahrungs-) Austausch für Schulen, Patenärzt:innen und Programmkoordinator:innen)
- 6. Offener Ganztags** (Einbindung des Offenen Ganztags, um die im Unterricht erlernten Kompetenzen im Nachmittagsbereich zu festigen, z. B. Koch-AG)



Digital- und Printmaterial

**Herausgeber:** Ärztekammer Nordrhein, Hamburg, Sachsen-Anhalt  
AOK Rheinland, Hamburg, Sachsen-Anhalt



**Quelle:** Fortbildungsangebot für Lehrkräfte sowie Materialien zum Download verfügbar für teilnehmende Schulen (Login erforderlich) unter:  
<https://www.gesundmachtschule.de>





## Gesunde Entscheidungen treffen



### Thema

Gesundheitsbildung in der Grundschule



### Zielsetzung

Stärkung der Gesundheits- und Entscheidungskompetenz in unterschiedlichen Bereichen



### Zielgruppe

Lehrkräfte und Schüler:innen in der Volksschule Österreich (Grundschule)



GET! (= Gesunde Entscheidungen treffen) Grundschule besteht aus einer Materialbox für den Unterricht in Volksschulen für die Stärkung der Gesundheitskompetenz mit dem Fokus auf Gesundheitsinformation lesen, verstehen, kritisch hinterfragen und anwenden zu können.



GET! Grundschule enthält Informationen für Pädagog:innen, Arbeitsblätter, Elternbriefe und Literaturhinweise, eine Arbeitsmappe mit einem Leitfaden „Schulen für Gesundheitskompetenz“ mit einem Plan zu Schulqualität Allgemeinbildung (SQA-Plan), eine Karteibox mit Übungen/Stundenbildern sowie Bücher, Broschüren und Spiele, ein Informationsplakat und Praxisbeispiele.

Die Materialien sind in sechs Themen gegliedert, entlang derer die Gesundheitskompetenz im Bereich Informationsumgang vermittelt wird:

1. Bewegung
2. Psychosoziale Gesundheit
3. Ernährung
4. Prävention und Versorgung
5. Medien
6. Zahngesundheit



Materialien können als Print bestellt werden (Arbeitsmappe, Karteikartenbox) oder in digitaler Form heruntergeladen werden. Neben den Übungsmaterialien werden auch Informationsmaterialien über die Webseite zur Verfügung gestellt. Es werden zudem Bücher empfohlen (kostenpflichtig).

Herausgeber: Styria vitalis (2020)



Quelle: Materialien frei zum Download verfügbar unter:  
<https://styriavitalis.at/information-service/downloads/get-materialbox>



## Gesunde Entscheidungen treffen



### Thema

Gesundheitsbildung in der Schule



### Zielsetzung

Stärkung der Gesundheits- und Entscheidungskompetenz in unterschiedlichen Bereichen



### Zielgruppe

Lehrkräfte und Schüler:innen in der Volkshochschule Österreich (Sekundarstufe)



GET! (=Gesund Entscheidungen treffen) Sekundarstufe besteht aus einer Materialbox für den Unterricht in der Sekundarstufe für die Stärkung der Gesundheitskompetenz mit dem Fokus auf Gesundheitsinformation lesen, verstehen, kritisch hinterfragen und anwenden zu können, Gesundheitswissen, Reflektionsfähigkeit, Meinungsbild, Eigenverantwortung und Gesundheitsverhalten.



GET! Sekundarstufe enthält eine Materialbox mit Unterrichtsmaterialien zu zehn jugendrelevanten Themen, bestehend aus Übungsaufgaben, Checklisten und Fragebögen. Die Themen bestehen jeweils aus mehreren Modulen. Ein Modul entspricht einem Stundenbild (didaktischer und fachlicher Unterrichtsentwurf) und kann über mehrere Unterrichtsstunden umgesetzt werden. Die Module sind mit einer Jugendwebsite verknüpft, auf der weitere Informationen zur Verfügung stehen ([www.feel-ok.at](http://www.feel-ok.at)).

### Zu folgenden zehn Themen gibt es Materialien, entlang derer die Gesundheitskompetenz im Bereich Informationsumgang vermittelt wird:

- |                             |                             |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 1. Bewegung                 | 6. Liebe & Sexualität       |
| 2. Ernährung                | 7. Onlinewelt               |
| 3. Gesundheit und Krankheit | 8. Psychosoziale Gesundheit |
| 4. Gewalt                   | 9. Rausch und Risiko        |
| 5. Klima und Nachhaltigkeit | 10. Suchtmittel             |



Materialien in digitaler Form können heruntergeladen werden. Neben den Übungsmaterialien werden auch Informationsmaterialien über die Webseite zur Verfügung gestellt. Es werden zudem Bücher empfohlen (kostenpflichtig).




Herausgeber: Styria vitalis (2020)



Quelle: Materialien frei zum Download verfügbar unter:  
<https://styriavitalis.at/information-service/downloads/get-sekundarstufe>



## Gesundheitskompetenz von zugewanderten Jugendlichen fördern

	Thema		Zielsetzung		Zielgruppe
	(ganzheitliche) Gesundheitskompetenz von zugewanderten Jugendlichen		Förderung der Gesundheitskompetenz (Wissen, Sprache, Handeln)		Zugewanderte Jugendliche, Lehrkräfte, Pädagog:innen, Deutsch-als-Zweitsprache-Kurse



Das Manual ermöglicht Lehrkräften, Deutsch-als-Zweitsprache-Dozierenden und Pädagog:innen die Gesundheitskompetenz von Jugendlichen (ca. 13–18 Jahre) zu stärken. HealthWize kombiniert Ansätze aus der Gesundheitsförderung, dem Zweitspracherwerb und der Migrationspädagogik und zielt auf folgende Bereiche:

1. Blick erweitern: Gesundheit ist mehr als körperliches Befinden, schließt psychisches und mentales Wohlbefinden ein und kann gezielt gefördert werden.
2. Kommunikation ermöglichen: Um sich für Gesundheit einsetzen zu können, benötigen Zugewanderte sowohl die (Zweit-)Sprache als auch (transkulturelle) Kommunikationsfähigkeiten.
3. Zum Handeln befähigen: Das Manual befähigt, die zugewanderten Jugendlichen in einem neuen Kontext zu handeln und für die eigene Gesundheit zu sorgen anhand von Beispielen aus ihrem konkreten Alltag.



Das HealthWize-Manual besteht aus 11 Einheiten, Hintergrundinformationen, didaktisch-methodischen Hinweisen und Handouts. Zwei thematische Schwerpunkte mit je 5 bzw. 6 Einheiten werden bearbeitet:

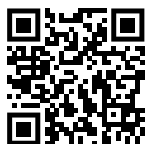
- Die ersten 5 Einheiten behandeln psychische und soziale Gesundheit für neu zugewanderte Jugendliche, inklusive Umgang mit Stress, Freund:innen finden, eigene Gefühle verändern, Umzug in eine andere Kultur.
- Die Einheiten 6-11 umfassen die Kommunikation mit Ärzt:innen, den Aufbau des Gesundheitssystems, Rechte und Pflichten.

Die Module können zeitlich versetzt stattfinden, empfehlenswert ist jedoch die Einheiten dekonsektiv zu unterrichten.



Adaptiertes Manual mit Arbeitsblättern (Print), >190 Seiten, als Download digital verfügbar

**Herausgeber:** Entwickelt von Victorian Foundation for Survivors of Torture Inc. (2004), übersetzt und adaptiert im Projekt SCURA der Pädagogischen Hochschule Freiburg (2020)



**Quelle:** Manual frei zum Download verfügbar unter:  
<http://www.scura.info/healthwize>

## Health-Literacy und Diversity für Schüler:innen der Sekundarstufe I



### Thema

Gesundheitskompetenz und  
Diversität im Unterricht



### Zielsetzung

Stärkung der  
Gesundheitskompetenz



### Zielgruppe

Schüler:innen der 6. und 7. Klasse,  
auch mit Inklusionsbedarf



HeLi-D bietet differenziertes Unterrichtsmaterial für die nachhaltige Förderung der umfassenden Gesundheitskompetenz in den Bereichen kritisches Lesen und Denken, inklusive Medienkompetenz und literaler Kompetenz, insbesondere auch von Schüler:innen mit Behinderungen und Migrationshintergrund.



Das Unterrichtsmaterial besteht aus computergestützten, differenzierten und adaptiven digitalen Trainingsmaterialien. Die Übungen lassen sich nach Inhalten differenzieren (vier sprachliche Komplexitätsstufen; in Teilen mehrsprachig) und ist adaptiv gegenüber den vorliegenden Kompetenzstufen der Schüler:innen.

Es stehen Materialien zu fünf thematischen Modulen zur Verfügung. Jedes Modul enthält Informationstexte, Aufgaben zum Leseverständnis und Online-Rechercheaufgaben, die durch einen Erzähltext gerahmt werden. Das Unterrichtsmaterial bietet insbesondere Übungen an, um Fähigkeiten in den Bereichen Prävention, Gesundheitsförderung und Krankheitsbewältigung zu stärken, und zwar:

- Auffinden von Gesundheitsinformationen
- Kritisches Lesen von Gesundheitsinformationen
- Bewerten von Gesundheitsinformationen
- Gesundheitsrelevantes Wissen



Printmaterialien (analog) und interaktive Inhalte

**Herausgeber:** Karl-Franzens-Universität Graz (2020)



**Quelle:** Das Material steht derzeit nicht zum Download zur Verfügung. Informationen erhalten Sie bei der Projektleitung Univ.-Prof.in Dr.in Barbara Gasteiger-Klicpera: [barbara.gasteiger\[at\]uni-graz.at](mailto:barbara.gasteiger[at]uni-graz.at)



## Stark und gesund in der Grundschule



### Thema

Gesundheitsbildung in der Grundschule



### Zielsetzung

Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltvorbeugung



### Zielgruppe

Lehrkräfte und Schüler:innen in der Grundschule



Klasse2000 ist ein Schulprogramm für die Grundschule mit Lehrinhalten für jede Jahrgangsstufe (1.–4.). Mit dem Programm können Lehrkräfte und speziell geschulte Gesundheitsförderer rund 15 Unterrichtsstunden pro Schuljahr zu den wichtigsten Gesundheits- und Lebenskompetenzen durchführen. So lernen Grundschul Kinder das 1x1 eines gesunden Lebens, entwickeln Kenntnisse, Haltungen und Fertigkeiten, mit denen sie ihren Alltag so bewältigen können, dass sie sich wohlfühlen und gesund bleiben.



In den Programmmaterialien werden folgende Themen aufgegriffen:

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

Die Unterrichtseinheiten umfassen umfängliche Materialien u. a. mit Tafelbildern, Arbeitsblättern, Plakaten, Übungsmaterialien, CDs mit digitalen Inhalten (Lernvideos etc.), Schülerheften und Elternbroschüren. Zudem steht für digitales Lernen die Lernumgebung „KLAROS WELT“ zur Verfügung.



Printmaterial und digitale Lernumgebung

**Herausgeber:** Verein Programm Klasse2000 e.V. (o.J.)



**Quelle:** Die Programmmaterialien stehen den teilnehmenden Schulen nach der Anmeldung zur Verfügung, finanziert wird die Teilnahme über Patenschaften. Weitere Informationen unter:  
<https://www.klasse2000.de>



## Lebenskompetenzprogramm für junge Menschen



### Thema

Lebenskompetenz und Prävention in der Schule



### Zielsetzung

Stärkung der Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen



### Zielgruppe

Lehrkräfte, pädagogische Fachkräfte, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene von 10–21 Jahren



Lions Quest besteht aus einer modularen Materialbox mit kombinierbaren Übungen zu unterschiedlichen Kompetenzbereichen: Resilienz, Persönlichkeitsentwicklung, Lebens-, Kommunikations- und Sozialkompetenzen, Demokratieverständnis und interkulturelle Kompetenz werden gefördert. Das Material kann im Unterricht eingesetzt werden. Es existieren auch Erweiterungen für Schulleitungen, eine Version für Schüler:innen unterschiedlicher Herkunft sowie zum Thema COVID-19.



Die Unterrichtseinheiten liegen in zwei Varianten vor:

#### **Lions Quest: Erwachsen werden (7–14 Jahre)**

1. Gute Gemeinschaft
2. Gesundes Selbstvertrauen
3. Vielfältige Gefühle
4. Wichtige Mitmenschen
5. Klärende Kommunikation
6. Kluge Entscheidungen

#### **Lions Quest: Erwachsen handeln (von 10–21 Jahren)**

1. Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile
2. Selbstkompetenzen
3. Menschen- und Grundrechte
4. Soziale Kompetenzen
5. Demokratie und Beteiligung



Printmaterialien (Erwachsen werden 476 Seiten Inhalt, 161 Seiten Kopiervorlagen; Erwachsen handeln 379 Seiten Inhalt, 151 Seiten Kopiervorlagen)

**Herausgeber:** Stiftung der Deutschen Lions/Lions-Quest



**Quelle:** Einführende Seminare und Materialien für Lehrkräfte und Pädagog:innen werden kostenpflichtig angeboten. Weitere Informationen unter: <https://www.lions-quest.de>



## Medienbildung in der Grundschule



### Thema

Gesundheits- und Medienbildung in der Schule



### Zielsetzung

Stärkung der Gesundheits- und Medienkompetenz



### Zielgruppe

Schüler:innen in der Grundschule und Lehrkräfte



Das MedienUniversum-Unterrichtsmaterial zielt auf Gesundheitsförderung durch Medienkompetenz und den verantwortungsbewussten Umgang mit Smartphones, Tablets und anderen Technologien in der vierten Klasse. Mithilfe der Arbeitsmaterialien werden neben der Gesundheits- und Medienkompetenz auch Lebenskompetenzen gefördert.

Das Angebot steht bundesweit zur Verfügung und berücksichtigt die jeweiligen Lehrpläne bzw. Kompetenzrahmen der Bundesländer.



Das Material enthält Übungseinheiten, die auch miteinander kombiniert werden können. Im Downloadbereich der Webseite befindet sich zudem ergänzendes Hintergrundwissen zu den pädagogischen Konzepten, zu „Medien und Gesundheit“ sowie Methoden, Begriffserklärungen und Bausteine in interaktiver Form oder als PDF. Das Unterrichtsmaterial bietet Übungen in folgenden Bereichen:

- Ernährung
- Lernideen rund um die Werbung
- Stress und Entspannung
- (Mediale) Vorbilder und Helden
- Smartphone, Apps und Internet
- Ich, Du, wir – unsere gemeinsame Vielfalt
- Lernideen rund um digitale Spiele
- Praktische Medienarbeit



Printmaterialien und interaktive Inhalte

**Herausgeber:** Techniker Krankenkasse, Universität Greifswald, Medienzentrum Greifswald e.V.






**Quelle:** Die Nutzung des Portals und der Materialien ist nach der Registrierung kostenfrei.

<https://www.medienuniversum.info/de>



## Mit psychischer Gesundheit gute Schule entwickeln

 <b>Thema</b> Gesundheitsbildung in der Schule mit Fokus: psychische Gesundheit	 <b>Zielsetzung</b> Stärkung der psychischen Gesundheitskompetenz und Gesundheitswissen	 <b>Zielgruppe</b> Schulteams, Lehrkräfte und Schüler:innen der Primarstufe und Sekundarstufe I & II
---	---	--



MindMatters besteht aus umfangreichen, modularen Schulentwicklungs- und Unterrichtsmaterialien zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Schule, die auf dem Konzept der „Guten gesunden Schule“ basieren. Über einen ganzheitlichen Ansatz wird die Schulkultur sowie die psychische Gesundheit von Schüler:innen und Lehrkräften zur Verbesserung von Schulqualität, Lehr- und Lernergebnissen adressiert.



### Schulentwicklungsmodule

- „SchoolMatters“ (Mit psychischer Gesundheit gute Schule entwickeln)
- „CommunityMatters“ (Die Schule öffnen und vom Umfeld profitieren)
- „LifeMatters“ (Leitfaden zur Prävention von Selbstverletzung und Suizid in der Schule)

### Unterrichtsmodul für die Primarstufe

- „Gemeinsam(es) Lernen mit Gefühl“ (Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen)

### Unterrichtsmodule für die Sekundarstufe I & II:

- „Freunde finden, behalten und dazugehören“ (Förderung der Resilienz)
- „Mit Stress umgehen – im Gleichgewicht bleiben“ (Förderung der Resilienz)
- „Mobbing? – Nicht in unserer Schule!“ (Prävention und Handlungsstrategien)
- „Rückgrat für die Seele“ (Umgang mit Verlust und Trauer in der Schule)
- „Wie geht’s?“ (Psychische Störungen verstehen lernen)
- „Fit für Ausbildung und Beruf!“ (Mit psychischer Gesundheit den Übergang gestalten)



Physisches Material (Print), 1278 Seiten, als Download digital verfügbar

**Herausgeber:** MindMatters Programmzentrum:  
Zentrum für Angewandte Gesundheitswissenschaften (ZAG), (o. J.)



**Quelle:** Materialbestellung als digitale Version oder Printversion möglich unter: <https://mindmatters-schule.de/home.html>

Kostenfrei für Schulen & Einrichtungen, Institute & Dienststellen zur schulischen Gesundheitsförderung, Wissenschaft, Aus- & Weiterbildung





## Spielend Gesundheitskompetenz fördern



### Thema

Orientierungsfähigkeit und -kompetenz in der Kommune



### Zielsetzung

Stärkung der navigationalen Gesundheitskompetenz



### Zielgruppe

Schüler:innen der Sekundarstufe I, Lehrkräfte



Nebolus ist eine digitale Anwendung zur Förderung der navigationalen Gesundheitskompetenz von jungen Menschen in ihrem lokalen Umfeld. Nebolus besteht aus einer location-based Game-App für Jugendliche und einem browserbasierten Planungstool, mit dem sich Rallies unkompliziert selbst erstellen lassen. Zur App gehören jeweils zwei Unterrichtseinheiten zur Vorbereitung und Nachbereitung. Zur Unterstützung werden durch das Projektteam Checklisten, Manuale und ein YouTube Kanal mit Erklärvideos bereitgestellt. Die Umsetzung kann im Rahmen schulischer Projekttag/-wochen erfolgen. Dabei steht den beteiligten Schulen ergänzend Unterrichtsmaterial zur Vor- und Nachbereitung der Rallye zur Verfügung.



Die Förderung der Gesundheitskompetenz adressiert folgende Bereiche:

- Information finden
- Information verstehen
- Information bewerten
- Information anwenden

Über die App sollen Barrieren der Inanspruchnahme gesundheitsbezogener Angebote reduziert werden. In der App können Rallies geplant und umgesetzt werden, die die User:innen an verschiedene Orte innerhalb ihres Wohnumfelds führen. Hinter jedem Ort steht eine lokale Facheinrichtung mit Gesundheitsbezug. Über die spielerische Aufbereitung tauchen die User:innen in eine gesundheitlich relevante Rahmenhandlung ein. Über diese Rahmenhandlung treten sie an jeder Station in Interaktion mit den gesundheitlichen Fachstellen und erhalten auf niedrigschwellige Art und Weise Informationen zu den Akteur:innen und deren Angeboten.



Digital und Printmaterial, Nebolus App Jugendliche (Android und Apple) und Nebolus Planungstool

**Herausgeber:** Public Health Zentrum der Hochschule Fulda (2021)



**Quelle:** Informationen verfügbar unter: <https://www.nebolus.net>

## Gesundheitsbildung in der Sekundarstufe I



### Thema

Gesundheitsbildung in der Schule



### Zielsetzung

Stärkung von Gesundheitskompetenz und Gesundheitswissen



### Zielgruppe

Lehrkräfte und Schüler:innen der Sekundarstufe I



Pausenlos gesund bietet modulare Unterrichtsmaterialien zur Förderung der Gesundheitskompetenz. Im Rahmen umfangreicher Unterrichtseinheiten sollen zudem Gesundheitswissen und -fähigkeiten bei den Schüler:innen gestärkt werden. Dabei werden die Antworten auf Fragen wie „wie funktioniert das Gesundheitssystem“, „welche Rechte hat man als Patient“ oder „wie unterscheidet man gute von schlechten Informationen bei Dr. Google?“ mit interaktiven und crossmedialen Informations- und Arbeitsmaterialien erarbeitet.



Pausenlos Gesund enthält einen Leitfaden mit detaillierter Einführung in das Thema Gesundheitskompetenz, einen Überblick zum Materialpaket und Unterrichtsprogramm, Informationen zur Anbindung an den schulischen Lehrplan. Die Materialien bestehen aus sieben Modulen (s. u.). Zum Materialpaket gehören zudem ein Zertifikat als Kopiervorlage, ein Poster und ein Spielbrett inkl. Spielanleitung und weitere Materialien und Vordrucke. Auf der Website können weitere Informationen inkl. eines Informationsvideos abgerufen werden.

#### **Modularer Aufbau**

Modul 1: Gute Informationen suchen, finden und bewerten

Modul 2: Wie funktioniert unser Gesundheitssystem?

Modul 3: Meine Rechte als Patientin bzw. Patient

Modul 4: Das Versorgungssystem klug nutzen

Modul 5: Arzneimittel richtig anwenden

Modul 6: Infektionsschutz und Hygiene

Modul 7: Mit dem Arzt kommunizieren



Physische Materialbox (Print), 128 Seiten, als Download digital verfügbar

**Herausgeber:** Stiftung Gesundheitswissen (2018)



**Quelle:** Medienpaket frei zum Download verfügbar unter:  
<https://www.stiftung-gesundheitswissen.de/schulprojekt-pausenlos-gesund/downloads>



## Psychische Gesundheit und psychische Erkrankung verstehen



### Thema

Gesundheitsbildung in der Schule mit Fokus: psychische Gesundheit



### Zielsetzung

Stärkung der psychischen Gesundheitskompetenz



### Zielgruppe

Lehrkräfte und Schüler:innen der Sekundarstufe I



Das Unterrichtsprogramm „Psychische Gesundheit und Schule“ besteht aus modularen Unterrichtsmaterialien zur Förderung der psychischen Gesundheitskompetenz: d.h. Sensibilisierung und Aufklärung für Themen psychischer Gesundheit und Erkrankung sowie Entstigmatisierung von psychischen Erkrankungen. Das Materialangebot ist die deutsche, adaptierte Version des kanadischen „The Teen Mental Health & High School Curriculum Guide“, abrufbar unter [www.mentalhealthliteracy.org](http://www.mentalhealthliteracy.org).



Das Unterrichtsprogramm besteht aus einem Handbuch mit Erklärung des Programms, Hinweisen zur Anwendung, einem informativen Hintergrundwissen für Lehrkräfte zum Thema psychische Gesundheit und psychische Erkrankungen, Beschreibungen der Modulaktivitäten und Arbeitsmaterialien (Kopiervorlagen etc.). Zudem gibt es eine digitale Materialsammlung mit PowerPoint-Präsentationen, Lernvideos etc.

### Modularer Aufbau

Modul 1: Stigmatisierung psychischer Erkrankungen

Modul 2: Psychische Gesundheit und psychische Erkrankungen verstehen

Modul 3: Informationen zu psychischen Erkrankungen

Modul 4: Erfahrungen mit psychischen Erkrankungen

Modul 5: Hilfe und Unterstützung bekommen

Modul 6: Wieso ist psychische Gesundheit wichtig?



Digitales Materialpaket (bestehend aus Handbuch und digitaler Materialsammlung), 175 Seiten, als Download verfügbar

**Herausgeber:** Zentrum für Prävention und Intervention im Kindes- und Jugendalter, Universität Bielefeld (2020)



**Quelle:** Medienpaket frei zum Download verfügbar unter:  
<https://www.sg.tum.de/healthliteracy/forschung/hlca/impres>



## Gesundheit entdecken



### Thema

Gesundheitsbildung in der Schule



### Zielsetzung

Stärkung der Ernährungs-, Bewegungs- und Gesundheitskompetenz



### Zielgruppe

Lehrkräfte und Schüler:innen der Primar- und Sekundarstufe



ScienceKids beinhaltet modular aufgebaute Lernmaterialien, die handlungsorientierte Übungen beinhalten und sich an den Rahmenbildungsplänen in Baden-Württemberg orientieren. Die Materialien eignen sich sowohl für die Verwendung im Regelunterricht als auch im Rahmen von Projekttagen und Ergänzungsangeboten innerhalb der Ganztageschule. Inhaltlich können sie in verschiedene Schulfächer integriert werden. Für Schulen besteht zudem die Möglichkeit, ihr Gesundheitsprofil durch das ScienceKids-Team stärken zu lassen.



Thematisch werden Ernährung, Bewegung und seelisches Wohlbefinden behandelt, die in den folgenden Schwerpunkten praktiziert werden:

- Energie & Energiewandel
- Wasser & Wirkstoffe
- Anatomie & Physiologie
- Sinne & Wahrnehmung
- Lebensmittel herstellen und genießen

Die Modulmaterialien können als Printausgabe bestellt werden. Ergänzende Arbeitsblätter und Übungen zu den Unterrichtsmaterialien befinden sich auf der Webseite.



Physische Materialien (Print), umfangreiche Übungsmaterialien (digital) befinden sich auf der Webseite der Stiftung Sport in der Schule Baden-Württemberg: <https://www.ssids.de/schulsport-in-bw/programme/aktuell/sciencekids>

**Herausgeber:** OK Baden-Württemberg und Stiftung Sport in der Schule in Baden-Württemberg



**Quelle:** Neben kostenfreien Materialien zum Download liegen auch kostenpflichtige Materialien vor. Weitere Informationen unter: <https://www.sciencekids.de>



## Gesundheit und Gesundheitskompetenzförderung im Übergangssystem



### Thema

Gesundheitsbildung im berufsbildenden Übergangssystem



### Zielsetzung

Förderung der Gesundheit und Stärkung der Gesundheitskompetenz



### Zielgruppe

Schüler:innen, Lehrer:innen, Schulsozialarbeiter:innen



Das Programm besteht aus Unterrichtsmaterialien für Schüler:innen sowie einer Fortbildung/ Handreichung für Lehrkräfte im berufsbildenden Übergangssystem. Das Unterrichtsmaterial besteht aus Arbeitspaketen, mit Hilfe derer die Gesundheit und Gesundheitskompetenz im Unterricht ressourcenorientiert bearbeitet und gestärkt werden können. Die Unterrichtsmaterialien sind in den themenspezifischen Arbeitspaketen geordnet und zielgruppengerecht aufbereitet. Die Arbeitspakete können einzeln im Unterricht behandelt werden. Sie eignen sich jedoch auch - bei der Behandlung mehrerer bzw. aller Arbeitspakete - zur Gestaltung einer Projektwoche zum Themenfeld „Gesundheit“. Die Schüler:innen werden sensibilisiert für die Wechselwirkung von sozialen Determinanten und Gesundheit und im Umgang mit Gesundheitsangeboten (im Wohnraum, im Internet). Zudem werden sie zum protektiven Gesundheitshandeln befähigt.

In der eintägigen Fortbildung für Lehrkräfte wird der Frage nachgegangen, wie Gesundheit und Gesundheitskompetenzförderung in berufsbildenden Bildungsangeboten im Übergangssystem gelingen kann.



Das Unterrichtsmaterial besteht aus den folgenden Arbeitspaketen:

Arbeitspaket 1: Gesundheit und Wohlbefinden

Arbeitspaket 2: Menschenrechte und Gesundheit

Arbeitspaket 3: Soziale Verhältnisse und Gesundheit

Arbeitspaket 4: Gesundheitsbezogene Angebote und Informationen

Arbeitspaket 5: Gesundheit und Geschlecht



90 Seiten (Print und digitale Version erhältlich beim Entwicklungsteam)

**Herausgeber:** Pädagogischen Hochschule Freiburg (2021)



**Quelle:** Die Materialien können mit der Fortbildung zusammen beim Entwicklungsteam geordert werden: <http://www.scura.info>

# Toolbox Gesundheitskompetenz

Materialien

## Unterrichtsprogramm zu Stärkung der Gesundheitskompetenz



### Thema

Gesundheitskompetenz in der Schule und digitale Bildung



### Zielsetzung

Stärkung der Gesundheits- und Medienkompetenz



### Zielgruppe

Lehrkräfte und Schüler:innen der Sekundarstufe I (7.- 10. Klasse)



Die Toolbox Gesundheitskompetenz enthält modulare Unterrichtsmaterialien zur Stärkung der Gesundheitskompetenz und Medienkompetenz. Das Konzept der Toolbox beruht auf der Verzahnung von Gesundheitskompetenz (Finden, Verstehen, Bewerten und Anwenden von Informationen) mit den Kompetenzbereichen des Medienkompetenzrahmens von Nordrhein-Westfalen.



Die Toolbox bietet Unterrichtsmaterialien und Kopiervorlagen zum Umgang mit digitalen Gesundheitsinformationen. Enthalten sind eine detaillierte Einführung in das Thema Gesundheitskompetenz, eine Übersicht der Themen schulischer Gesundheitsförderung, Hinweise zur Einbindung in die Verbraucher- und Medienbildung, Bewertungskriterien für Onlineinformationen und einen Fragebogen zur Erkennung von Desinformationen. Zudem wurden Übungen für eine Basiseinheit und Querschnittsaufgaben entwickelt, die in Form von Kopiervorlagen für die Schüler:innen und Zeitplanungen für Lehrkräfte vorliegen.

#### **Basiseinheit (baut aufeinander auf, insgesamt acht Schulstunden)**

Übung 1: Fehl- und Desinformationen

Übung 2: Informationsrecherche

Übung 3: Informationsauswertung

Übung 4: Informationsbewertung

Übung 5: Informationen präsentieren

#### **Querschnittsaufgaben (1–8 fünf Schulstunden, 9 zwei Schulstunden):**

(1) Ernährung, (2) Corona-Virus, (3) Suchtmittel, (4) Impfungen, (5) Sport, (6) (mediale) Fitnesstrends und Körperideale, (7) mediale Gestaltung von Werbung, (8) Inhalte und Funktionen von digitalen und nicht-digitalen Medien, (9) Desinformationen selbst erstellen.



Physische Materialbox (Print), 155 Seiten, als Download digital verfügbar

**Herausgeber:** Universität Bielefeld, Interdisziplinäres Zentrum für Gesundheitskompetenzforschung (2021)



**Quelle:** Toolbox ist frei zum Download verfügbar unter:  
<https://www.sg.tum.de/healthliteracy/forschung/hlca/tool-hlca>

## Lernmodule zu den Themen Immunsystem & Immunisierung



### Thema

Gesundheitsbildung: Immunsystem & Immunisierung



### Zielsetzung

Stärkung der Kernkompetenzen und Wissen in den Bereichen Immunsystem & Immunisierung



### Zielgruppe

Lehrkräfte und Schüler:innen in der Sekundarstufe I



WISSEN SCHÜTZT! besteht aus modular aufgebauten Materialien zu den Themenbereichen Immunsystem und Immunisierung, die sich an den Rahmenlehrplänen und Kompetenzanforderungen in der Grundschule und Sekundarstufe I (Berlin, Brandenburg, Sachsen und Mecklenburg-Vorpommern) orientieren. Die Materialien sind schwerpunktmäßig für den Unterricht in Biologie und Naturwissenschaften entwickelt worden. Im Material sind Hinweise zur fachbezogenen Verwendung und die jeweiligen Querverweise zu den Rahmenplänen zu finden. Zudem wird auch auf Differenzierungsmöglichkeiten verwiesen. Das Material eignet sich für den Einsatz in allen Schularten (einschließlich berufsbildenden Schulen) sowie auch bei Workshops und Gesundheitszentren.



Das Unterrichtsmaterial beinhaltet Informationstexte, Video-Clips, Arbeitsblätter, Übersichtskarten, Glossar und Lösungen. Die Module sind thematisch aufeinander aufbauend (Unterrichtseinheiten), können aber auch unabhängig verwendet werden (Themenlernen). Vier der fünf Module vermitteln grundlegendes Basiswissen zum menschlichen Immunsystem, während im fünften Modul Anregungen für den fachübergreifenden Einsatz thematisiert werden.

Modul 1 - Das menschliche Immunsystem

Modul 2 - Das lernende Immunsystem

Modul 3 - Infektionskrankheiten und ihre Übertragung

Modul 4 - Impfschutz aufbauen und erhalten

Modul 5 - Anregungen für einen fächerübergreifenden Unterricht



Physische Materialbox (Print) und Multimedia-Inhalte

**Herausgeber:** YAEZ Agentur für Kinder- und Jugendkommunikation, „WISSEN SCHÜTZT! Berlin“, „WISSEN SCHÜTZT! Brandenburg“, „WISSEN SCHÜTZT! Sachsen“, finanziert durch AOK Nordost (o.J.).



**Quelle:** Materialbestellung und Schulungen zu den Unterrichtsmaterialien über verschiedene Quellen von „WISSEN SCHÜTZT!“ (Bundeslandspezifisch). <https://www.wissenschuetzt.de>

# IV. Informationen zur Evaluation

(Stand August 2022)

Für einen Großteil der hier vorgestellten Materialien und Programme liegen Informationen zur Evaluation vor. Der Zugang zu den Evaluationsergebnissen ist unter „Weiterführende Angaben“ zu finden.

Material / Programm	Evaluation
<b>Corona Update: ein Jahr mit Covid-19</b>	Evaluation liegt noch nicht vor
<b>Die Rakuns</b>	Evaluation liegt vor
<b>Die Welt hält den Atem an: Corona und Covid-19</b>	Evaluation liegt noch nicht vor
<b>ECHT DABEI</b>	Evaluation liegt vor
<b>Fit in Gesundheitsfragen</b>	Evaluation liegt vor
<b>Fit4 Future Teens</b>	Evaluation liegt vor
<b>GeKoKids</b>	Evaluation liegt vor
<b>Gesund macht Schule</b>	Evaluation liegt vor
<b>GET! Grundschule</b>	Wird gegenwärtig evaluiert
<b>GET! Sekundarstufe</b>	Wird gegenwärtig evaluiert
<b>HealthWize</b>	Evaluation liegt noch nicht vor
<b>HeLi-D</b>	Evaluation liegt vor
<b>Klasse2000</b>	Evaluation liegt vor
<b>Lions Quest</b>	Evaluation liegt vor
<b>MedienUniversum</b>	Evaluation liegt vor
<b>MindMatters</b>	Evaluation liegt vor
<b>Nebolus</b>	Evaluation liegt noch nicht vor
<b>Pausenlos gesund</b>	Wird gegenwärtig evaluiert
<b>Psychische Gesundheit und Schule</b>	Wird gegenwärtig evaluiert (Pilotierung in Bielefeld unter dem Namen „STABIEL“)
<b>ScienceKids</b>	Evaluation liegt vor
<b>SCURA</b>	Evaluation liegt noch nicht vor
<b>Tool-HLCA</b>	Evaluation liegt nicht vor, Materialien wurden im Rahmen einer Pilotierung erprobt
<b>WISSEN SCHÜTZT!</b>	Evaluation liegt nicht vor, Materialien wurden erprobt



# V. Literaturangaben der aufgeführten Angebote

---

## Corona Update

---

Harms-Fitzner, S. (2021). Corona Update. Ein Jahr mit Covid-19. Lehrer-Online/Eduversum GmbH. Online verfügbar unter: <https://www.lehrer-online.de/unterricht/grundschule/sachunterricht/ich-und-meine-welt/unterrichtseinheit/ue/corona-update-ein-jahr-mit-covid-19/> (letzter Zugriff 17.05.2021).

---

## Die Rakuns

---

Stiftung Kindergesundheit und IKK classic (o.J.). Die Rakuns. Das gesunde Klassenzimmer. Online verfügbar unter: <https://www.rakuns.de/> (letzter Zugriff 03.05.2021).

---

## Die Welt hält den Atem an

---

Harms-Fitzner, S. (2020). Die Welt hält den Atem an. Corona und Covid-19. Lehrer-Online/Eduversum GmbH. Online verfügbar unter: <https://www.lehrer-online.de/unterricht/grundschule/sachunterricht/ich-und-meine-welt/unterrichtseinheit/ue/die-welt-haelt-den-atem-an-corona-und-covid-19/> (letzter Zugriff 17.05.2021).

---

## ECHT DABEI

---

Stiller, A., Schwendemann, H., Bleckmann, P., Bitzer, E.M. & Möble, T. (2018). Involving teachers in preventing children's media risks. Journal of Health Education 118 (1), S. 31–47.

Kuntz, L., Flaig, S., Bleckmann, P., Schwendemann, H., Möble, T., Zimmer, J. & Bitzer, E. M. (2020). Health Literacy als Voraussetzung für balancierte Mediennutzung am Beispiel einer Präventionsmaßnahme für das Vorschul- und

Grundschulalter. In T. M. Bollweg, J. Bröder & P. Pinheiro (Hrsg.), Gesundheit und Gesellschaft. Health Literacy Im Kindes- und Jugendalter: Ein- und Ausblicke (S. 271–278). Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH.

Bleckmann, P., Bitzer, E. M. & Schwendemann, H. (2018). Medien(sucht)prävention – Hintergründe, Ansätze und das Praxisbeispiel „ECHT DABEI“. In R. Stawochske & C. Möller (Hrsg.), Sucht und Abhängigkeit bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen (S. 473–486). Asanger Verlag Kröning.

---

## Fit in Gesundheitsfragen

---

Helmholtz Zentrum München, Deutsches Krebsforschungszentrum in Heidelberg (DKFZ) (o.J.). Fit in Gesundheitsfragen. Gesundheitskompetenz stärken, Gesundheit erhalten, Krankheit vermeiden. Online verfügbar unter: <https://www.dkfz.de/de/fit-in-gesundheitsfragen/> (letzter Zugriff 17.05.2021).

---

## fit4future Teens

---

Cleven-Stiftung Deutschland, planero GmbH und DAK-Gesundheit (2020). Fit4future Teens. Gesundheitskompetenz bei Kindern und der Schule. Online verfügbar unter: <https://teens.fit4future.de/> (letzter Zugriff 03.05.2021).

---

## GeKoKids

---

Franze M, Hoffmann W, Splieth C (Hrsg.). GeKo-KidS - Unterrichtsmodule und Monitoringsystem zur Förderung gesundheitsbezogener Kompetenzen für Klassenstufe 5/6. Greifswald 2010: Ernst-Moritz-Arndt-Universität Greifswald.

---

## Gesund macht Schule

---

Ärztammer Nordrhein, Hamburg, Sachsen-Anhalt, AOK Rheinland, Hamburg, Sachsen-Anhalt (o.J.). Gesund macht Schule. Programm zur Prävention und Gesundheitsförderung in der Grundschule. Online verfügbar unter: <https://www.gesundmachtschule.de/> (letzter Zugriff 03.05.2021).

---

## GET! Grundschule

---

Styria vitalis (2020). GET! Grundschule. Gesunde Entscheidungen treffen. Online verfügbar unter: <https://styriavitalis.at/information-service/downloads/get-materialbox/> (letzter Zugriff 03.05.2021).

---

## GET! Sekundarstufe

---

Styria vitalis (2020). GET! Sekundarstufe. Gesunde Entscheidungen treffen. Online verfügbar unter: <https://styriavitalis.at/information-service/downloads/get-sekundarstufe/> (letzter Zugriff 03.05.2021).

---

## HealthWize

---

Entwickelt von Victorian Foundation for Survivors of Torture Inc. (2004). Übersetzt und adaptiert im Projekt SCURA der Pädagogischen Hochschule Freiburg (2020). HealthWize. Gesundheitskompetenz von zugewanderten Jugendlichen fördern. Online verfügbar unter: <http://www.scura.info/healthwize> (letzter Zugriff 11.05.2021).

---

## HeLi-D

---

Maitz, K., & Gasteiger-Klicpera, B. (2020). Konzeption und Durchführung von Workshops zur Förderung der Gesundheitskompetenz von SchülerInnen der Sekundarstufe I. Prävention und Gesundheitsförderung, 15(4), 392-398.

---

## Klasse2000

---

Verein Programm Klasse2000 e.V. (o.J.). Klasse2000. Stark und gesund in der Grundschule. Online verfügbar unter: <https://www.klasse2000.de/> (letzter Zugriff 11.05.2021).

---

## Lions-Quest

---

Stiftung der Deutschen Lions/Lions-Quest (o.J.). Lions-Quest. Lebenskompetenzprogramm für junge Menschen. Online verfügbar unter: <https://www.lions-quest.de/> (letzter Zugriff 03.05.2021).

---

## MedienUniversum

---

Techniker Krankenkasse, Universität Greifswald, Medienzentrum Greifswald e.V. (o.J.). Medien-Universum. Medienbildung in der Grundschule. Online verfügbar unter: <https://www.medienuniversum.info/de> (letzter Zugriff 03.05.2021).

---

## Mind Matters

---

MindMatters Programmzentrum: Zentrum für Angewandte Gesundheitswissenschaften (ZAG) (o.J.). MindMatters. Mit psychischer Gesundheit gute Schule entwickeln. Online verfügbar unter: <https://mindmatters-schule.de/home.html> (letzter Zugriff 03.05.2021).

---

## Nebolus

---

Public Health Zentrum der Hochschule Fulda (2021). Nebolus. Spielend Gesundheitskompetenz fördern. Online verfügbar unter: <https://www.nebolus.net> (letzter Zugriff: 11.10.2021)

---

## Pausenlos gesund

---

Stiftung Gesundheitswissen (2018). Pausenlos gesund. Gesundheitsbildung in der Sekundarstufe I. Online verfügbar unter: <https://www.stiftung-gesundheitswissen.de/schulprojekt-pausenlos-gesund/> (letzter Zugriff 03.05.2021).

---

## Psychische Gesundheit und Schule

---

Zentrum für Prävention im Kindes- und Jugendalter (ZPI) (2020): Psychische Gesundheit und Schule - Unterrichtsprogramm. Psychische Gesundheit und psychische Erkrankung verstehen. Deutsche Übersetzung und Adaption des „Mental Health & High School Curriculum Guide, Version 3“ ([www.mentalhealthliteracy.org](http://www.mentalhealthliteracy.org)). Online verfügbar unter: <https://www.sg.tum.de/healthliteracy/forschung/hlca/impres> (letzter Zugriff 02.09.2022).

---

## ScienceKids

---

AOK Baden-Württemberg und Stiftung Sport in der Schule in Baden-Württemberg (o.J.). ScienceKids. Gesundheit entdecken. Online verfügbar unter: <https://www.sciencekids.de> (letzter Zugriff 03.05.2021).

---

## SCURA

---

Pädagogischen Hochschule Freiburg (2021). SCURA. Gesundheit und Gesundheitskompetenzförderung im Übergangssystem. Online verfügbar unter: <http://www.scura.info> (letzter Zugriff 17.05.2021).

---

## Toolbox Gesundheitskompetenz

---

Universität Bielefeld, Interdisziplinäres Zentrum für Gesundheitskompetenzforschung (2021). Toolbox Gesundheitskompetenz. Unterrichtsprogramm zur Stärkung der Gesundheitskompetenz. Online verfügbar unter: <https://www.sg.tum.de/healthliteracy/forschung/hlca/tool-hlca> (letzter Zugriff 02.09.2022).

---

## WISSEN SCHÜTZT!

---

YAEZ (o.J.). WISSEN SCHÜTZT!. Immunsystem & Immunisierung Lernmodule für weiterführende Schulen. Online verfügbar: <https://www.wissenschuetzt.de/> (letzter Zugriff 02.05.2021).



## VI. Weitere Informationen

Auf den folgenden Seiten befinden sich weitere Verweise auf Unterrichtsmaterialien und Angebote zum Thema Gesundheit sowie Suchmaschinen und Sammlungen, in denen

verschiedene thematische Unterrichtsmaterialien und -angebote bereitgestellt oder auf diese verwiesen werden.

### Weitere Unterrichtsmaterialien und Fortbildungsprogramme

#### Bewegte Schule

Das Programm „bewegte, gesunde Schule Niedersachsen“ soll gesundheitsförderliche Schul-, Unterrichts- und Lernbedingungen schaffen. Zielschulen sind dabei Grund- und auch weiterführende Schulen. Das Programm besteht aus einem Aktionstag „Bewegte Kinder – Schlaue Köpfe“, der sich an Schüler:innen, Lehrkräfte und Eltern richtet. Zusätzlich werden fünf Fortbildungsmodulare für Lehrkräfte angeboten. Inhalte sind dabei: „gesund bleiben in der Hektik des Alltags“, „Bewegungsimpulse in den Pausen und im Unterricht“, „den Freiraum (Außenraum) der Schule als Lern- und Lebensraum gestalten“, „bewegend unterrichten - Methoden zum selbstgesteuerten Lernen“ und „mehr Bewegung im Ganztag“.

**Angebot für Schulen in:** Niedersachsen

**Auftraggeber:** Niedersächsisches Kultusministerium, Thomas Castens (Schulsportreferat), Referat 24 Berufsorientierung, Schulsport, Gesundheitsförderung

**Quelle:** Fortbildungsangebot für Lehrkräfte sowie Materialien zum Download sind verfügbar für teilnehmende Schulen unter:  
<https://www.bewegteschule.de>

#### Gesund leben lernen

Das Programm „gesund leben lernen“ zielt auf eine gesunde Schulentwicklung ab, die Erziehungs- und Bildungsarbeit mit dem Thema Gesundheit verbindet und so vorhandene Gesundheitsressourcen stärken sowie Über- und Fehlbelastungen verringern soll. Ziel ist es, gesundheitsfördernde und motivierende Arbeits- und Lernbedingungen zu schaffen. Dabei werden auch auf Methoden der Projektorganisation und des betrieblichen Gesundheitsmanagements zurückgegriffen. Niedersächsische Schulen aller Schulformen können sich bei dem Programm bewerben. Teilnehmende Schulen werden zwei Jahre lang von Fachkräften des Gesundheitsmanagements begleitet.

**Angebot für Schulen in:** Niedersachsen

**Koordination:** Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V.

**Quelle:** Weitere Informationen zum Programm sowie Materialien und Hinweise zum Bewerbungsverfahren sind verfügbar unter:  
[www.gll-nds.de](http://www.gll-nds.de)



---

## Grund gesund

---

„Grund gesund“ ist ein Informationsportal zur Gesundheitsförderung an der Grundschule und zum Modellvorhaben „Gesundheitsuntersuchungen in Grundschulen“. Es werden Informationen zu den Themenbereichen Ernährung, Bewegung und seelische Gesundheit für Eltern und Fachkräfte bereitgestellt. Dazu zählen Informationsmaterialien für Fachkräfte und Eltern, Unterrichtsmaterialien sowie hilfreiche Tipps und Links für den Unterricht. Außerdem werden das Forschungsprojekt „Grund gesund“ vorgestellt und erste Ergebnisse präsentiert.

**Angebot für Schulen in:** Das Informationsportal steht allen Lehrkräften zur Verfügung

**Herausgeber:** Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Bundesministerium für Gesundheit, Universität Osnabrück

**Quelle:** Informationsportal, weitere Informationen zum Programm und Materialien sind zum Download verfügbar unter: <https://grundgesund.bzga.de/gesundheits-in-der-schule/was-ist-gute-gesunde-schule/>

**Mediathek:** <https://www.grundgesund.bzga.de/mediathek/>

---

## Henrietta & Co.

---

Das AOK-Kindertheater „Henrietta & Co.“ ist ein Präventions- und Informationsprogramm, das Grundschulkindern im Alter von fünf bis zehn Jahren gesundheitliche Themen spielerisch näherbringen soll. Hauptsächlich werden die Themen Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit vermittelt. Insgesamt werden vier Theaterstücke bereitgestellt, die webbasiert im Klassenraum oder live erlebbar sind. Zusätzlich werden ergänzendes Unterrichtsmaterial,

ein Bewegungsprogramm für Familien der Grundschüler:innen Zuhause („Henrietta Training“) sowie Henrietta Hörspiele auf Ukrainisch angeboten.

**Angebot für Schulen in:** Henrietta & Co ist in allen Bundesländern verfügbar, je nach bundeslandspezifischer AOK Krankenkasse werden unterschiedliche Termine für die Theaterstücke und Zusatzmaterial angeboten

**Herausgeber:** AOK – Die Gesundheitskasse

**Quelle:** Weitere Informationen zum Theater sowie Materialien und Hinweise zum Tourplan sind verfügbar unter: <https://www.aok.de/pk/leistungen/schulen-kitas/henrietta-kindertheater/>

---

## Muuvit

---

„Muuvit“ ist ein Unterrichtsprogramm zur Bewegungsförderung für Schüler:innen der 1. bis 6. Klasse. Ziel des Projekts ist die Gesundheitsförderung durch reale Bewegung. Die Schüler:innen begeben sich dabei auf eine digitale Abenteuerreise, bei der sie gemeinsam im Team Bewegungspunkte sammeln und Spannendes zum Thema Gesundheit, aber auch Umwelt und Geografie lernen. Das Programm ist für Lehrkräfte aus Hessen, Rheinland-Pfalz und dem Saarland kostenlos. Zusätzlich zur Online-Reise werden auch andere Materialien wie Lernkarten, Elterninformationen und Anleitungen bereitgestellt.

**Angebot für Schulen in:** Hessen, Rheinland-Pfalz und dem Saarland

**Herausgeber:** IKK Südwest

**Quelle:** Weitere Informationen sowie ein Link zur Anmeldung sind verfügbar unter: <https://www.muuvit.com/ikk-suedwest>



## Bundesweite Materialsammlungen und Suchmaschinen

---

### Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

---

Unterrichtsmaterialien der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) verfügbar unter:

<https://www.bzga.de/was-wir-tun/gesundheit-und-schule/medien-fuer-lehrkraefte/>

<https://www.bzga.de/infomaterialien/unterrichtsmaterialien/nach-themen-sortiert/>

---

### Verbraucherzentrale Bundesverband e.V.

---

Materialkompass der Verbraucherzentrale Bundesverband e.V. verfügbar unter:

<https://www.verbraucherbildung.de/materialkompass>

---

### Elixier

---

Elixier: Die Suchmaschine für Bildungsmedien – effektiv, qualitätsgesichert, kostenlos, verfügbar unter:

[https://www.bildungsserver.de/elixier/elixier2\\_list.php?feldinhalt1=Gesundheitsf%C3%B6rderung&mtz=10&suche=einfach](https://www.bildungsserver.de/elixier/elixier2_list.php?feldinhalt1=Gesundheitsf%C3%B6rderung&mtz=10&suche=einfach)



## Materialsammlungen der einzelnen Bundesländer

---

### Baden-Württemberg

---

Landesbildungsserver Baden-Württemberg:  
<https://www.schule-bw.de/themen-und-impulse/leitperspektiven/praevention-und-gesundheitsfoerderung>

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg:  
<https://km-bw.de/Lde/startseite/schule>  
<https://km-bw.de/Lde/startseite/schule/Praevention>

Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration Baden-Württemberg:  
<https://sozialministerium.baden-wuerttemberg.de/de/gesundheit-pflege/gesundheitsfoerderung-und-praevention/>

Bildungspläne Baden-Württemberg, Ministerium für Kultus, Jugend und Sport  
[https://www.bildungsplaene-bw.de/Lde/Startseite/BP2016BW\\_ALLG/BP2016BW\\_ALLG\\_LP\\_PG](https://www.bildungsplaene-bw.de/Lde/Startseite/BP2016BW_ALLG/BP2016BW_ALLG_LP_PG)

---

### Bayern

---

Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern:  
<https://www.ggs.bayern.de/>

Mebis - Landesmedienzentrum Bayern:  
<https://www.mebis.bayern.de/>

---

### Berlin

---

Bildungsserver Berlin-Brandenburg:  
<https://bildungsserver.berlin-brandenburg.de/thema-gesundheit>

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie:  
<https://www.berlin.de/sen/bildung/unterricht/>

---

### Brandenburg

---

Bildungsserver Berlin-Brandenburg:  
<https://bildungsserver.berlin-brandenburg.de/thema-gesundheit>

Bündnis gesund Aufwachsen:  
<https://www.buendnis-gesund-aufwachsen.de/wir-stellen-uns-vor/infomaterial>

---

### Freie Hansestadt Bremen

---

Die Senatorin für Kinder und Bildung  
<https://www.bildung.bremen.de/>

Freie und Hansestadt Hamburg  
Hamburger Bildungsserver:  
<https://bildungsserver.hamburg.de/gesundheitsfoerderung/>



---

## Hessen

---

Hessischer Bildungsserver:  
[https://djaco.bildung.hessen.de/index.html/searchelastic\\_domain/?search\\_path=djaco.bildung.hessen.de&query=Gesundheit](https://djaco.bildung.hessen.de/index.html/searchelastic_domain/?search_path=djaco.bildung.hessen.de&query=Gesundheit)

Kultusministerium Hessen:  
<https://kultusministerium.hessen.de/Unterricht/Schule-Gesundheit>

---

## Mecklenburg-Vorpommern

---

Bildungsserver Mecklenburg-Vorpommern:  
<https://www.bildung-mv.de/schueler/schuelergesundheit/>

---

## Niedersachsen

---

Bildungsportal Niedersachsen:  
<https://bildungsportal-niedersachsen.de/beratung-unterstuetzung/onlineportal-bu/uebergreifend/praevention-und-gesundheitsfoerderung>

Landesverband für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen:  
<https://www.gesundheit-nds.de/themen/gesundheitsfoerderung-in-lebenswelten/bildungseinrichtungen/>

---

## Nordrhein-Westfalen

---

Bildungsmediathek NRW:  
<https://www.bildungsmediathek-nrw.de/?pid=f0b1ceigavg81dcerejf57oeq5#cd964c-6cf578eb2fcdaef556cb0f6469>

Landesprogramm NRW Bildung und Gesundheit:  
<https://www.bug-nrw.de/arbeitsfelder>  
Ministerium für Schule und Bildung:  
<https://suche.lehrerfortbildung.schulministerium.nrw.de/search>

---

## Rheinland-Pfalz

---

Bildungsserver Gesundheitsförderung:  
<https://gesundheitsfoerderung.bildung-rp.de/>

---

## Saarland

---

Ministerium für Bildung und Kultur Bildungsserver Gesunde Schule:  
[https://www.saarland.de/mbk/DE/portale/bildungsserver/themen/unterricht-und-bildungsthemen/gesundeschule/gesundeschule\\_node.html](https://www.saarland.de/mbk/DE/portale/bildungsserver/themen/unterricht-und-bildungsthemen/gesundeschule/gesundeschule_node.html)

---

## Sachsen

---

Sächsischer Bildungsserver – Serviceportal:  
<https://www3.sachsen.schule/>  
Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung:  
<https://www.sifg.de/arbeitsfelder/#toc-arbeits-schwerpunkteder-sifg-im-settingschule>





---

## Sachsen-Anhalt

---

Bildungsserver Sachsen-Anhalt:  
<https://www.bildung-lsa.de/>

---

## Schleswig-Holstein

---

Landesvereinigung Gesundheits-  
förderung Schleswig-Holstein  
ServiceBüro Schule:  
[https://lvgfsh.de/gesund-aufwachsen/  
servicebuero-schule/](https://lvgfsh.de/gesund-aufwachsen/servicebuero-schule/)

Kompetenznetz Gesundheit in Schule:  
[https://lvgfsh.de/gesund-aufwachsen/  
servicebuero-schule/kompetenznetz-schule/](https://lvgfsh.de/gesund-aufwachsen/servicebuero-schule/kompetenznetz-schule/)

---

## Thüringen

---

Schulportal Thüringen:  
[https://www.schulportal-thueringen.de/  
gute-gesunde-schule](https://www.schulportal-thueringen.de/gute-gesunde-schule)

KOBAGS: Koordinierungs- und Beratungsstelle  
für „gesunde Schule“ in Thüringen:  
<https://www.kobags.de/massnahmenkatalog/>



## Weitere informative Links

Im Folgenden sind Verlinkungen zu Dokumenten oder Informationsseiten aufgeführt, die Gesundheitskompetenz und Prävention in der Schule betreffen.

---

### Allianz Gesundheitskompetenz des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG)

---

Link zur Webseite:

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/gesundheitskompetenz/allianz-fuer-gesundheitskompetenz.html>

---

### Allianz Gesundheitskompetenz Schule

---

Visionspapier:

[https://fuldok.hs-fulda.de/opus4/frontdoor/deliver/index/docId/892/file/Allianz\\_GK\\_und\\_Schule-Vision2025\\_Stand210223.pdf](https://fuldok.hs-fulda.de/opus4/frontdoor/deliver/index/docId/892/file/Allianz_GK_und_Schule-Vision2025_Stand210223.pdf)

---

### Nationaler Aktionsplan Gesundheitskompetenz (NAP)

---

Link zur Webseite:

<https://www.nap-gesundheitskompetenz.de>

---

### Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention (Präventionsgesetz – PräVG)

---

Zusammenfassung des Präventionsgesetzes vom Bundesministerium für Gesundheit:

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/begriffe-von-a-z/p/praeventionsgesetz.html>

Webseite der Nationalen Präventionskonferenz:  
<https://www.npk-info.de>

Bundesrahmenempfehlungen nach §20d Abs. 3 SGB V (Die Nationale Präventionskonferenz):

[https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3\\_Downloads/P/Praeventionsgesetz/BRE\\_Fassung\\_vom\\_29.08.2018.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3_Downloads/P/Praeventionsgesetz/BRE_Fassung_vom_29.08.2018.pdf)

Gesetzestext Präventionsgesetz (PräVG):

[http://www.bgbl.de/xaver/bgbl/start.xav?startbk=Bundesanzeiger\\_BGBl&jumpTo=bgbl115s1368.pdf](http://www.bgbl.de/xaver/bgbl/start.xav?startbk=Bundesanzeiger_BGBl&jumpTo=bgbl115s1368.pdf)

Gesetzestext § 20k SGB V Förderung der digitalen Gesundheitskompetenz

<https://www.sozialgesetzbuch-sgb.de/sgbv/20k.html>

---

### Präventionsradar

---

Link zur Webseite:

<https://www.praeventionsradar.de/>

---

### Schools for Health in Europe Foundation (SHE)

---

Link zur Webseite:

<https://www.schoolsforhealth.org>





Professur Health Literacy  
Fakultät für Sport- und  
Gesundheitswissenschaften  
Technische Universität München

Uptown München-Campus D  
Georg-Brauchle-Ring 60/62  
80992 München  
[www.sg.tum.de/healthliteracy](http://www.sg.tum.de/healthliteracy)  
[gekoorg-schule@sg.tum.de](mailto:gekoorg-schule@sg.tum.de)

