

# GET – GESUNDE ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN



## ANLEITUNG FÜR DEN UNTERRICHT

Die Gesundheitskompetenz von Kindern ist mit ihrer allgemeinen Bildung verknüpft! Als Lehrerin oder Lehrer haben Sie die Möglichkeit, diese in der Schule zu fördern. Mit den Unterrichtsmaterialien steht Ihnen dafür ein tolles Werkzeug zur Verfügung.

### Die Unterrichtsmaterialien

Die folgenden Unterrichtsmaterialien sollen die **Gesundheitskompetenz Jugendlicher fördern**, indem sie dabei unterstützen, gesundheitsbezogene Informationen zu finden, zu verstehen, zu bewerten und anzuwenden. Dies hilft Jugendlichen, gesunde Entscheidungen treffen zu können, die auch für ihren weiteren Lebensverlauf wichtig sind. Durch Fallbeispiele und Reflexionsrunden zu wichtigen jugendrelevanten Themen kann der Einsatz der Unterrichtsmaterialien auch einen positiven Effekt auf die Klassengemeinschaft und auf die Sozialkompetenz der SchülerInnen haben.

### Ziele der Unterrichtsmaterialien

Die SchülerInnen **erwerben Wissen** zu wichtigen Gesundheitsthemen.

Die SchülerInnen **reflektieren ihre Haltungen und Meinungen** zu den Themen.

Die SchülerInnen **lernen, kritisch zu denken und zu hinterfragen**.

Die SchülerInnen lernen, **Eigenverantwortung zu übernehmen** und sich **gesundheitsförderlich zu verhalten**.

### Der Aufbau der Unterrichtsmaterialien

Die Materialbox beinhaltet Unterrichtsmaterialien zu zehn jugendrelevanten Themen. Jedes Thema besteht aus mehreren Modulen. Ein Modul entspricht einem Stundenbild, wobei ein Modul über mehrere Schulstunden behandelt werden kann.

Alle Module sind mit der Jugendwebsite [www.feel-ok.at](http://www.feel-ok.at) verknüpft. Das bedeutet, dass die SchülerInnen, als auch Sie als Pädagogen, auf [www.feel-ok.at](http://www.feel-ok.at) das notwendige Wissen zur Bearbeitung der Stundenbilder finden.

### Die Themen:

1. Bewegung (Leitfaden für eine bewegungsfreundliche Schule)
2. Ernährung
3. Gesundheit und Krankheit
4. Gewalt
5. Klima und Nachhaltigkeit
6. Liebe & Sexualität
7. Onlinewelt
8. Psychosoziale Gesundheit
9. Rausch und Risiko
10. Suchtmittel

#### Die Struktur der Stundenbilder:

1. Ziele
2. Wissensteil für PädagogInnen
3. Fallbeispiele getrennt für Unter- und Oberstufe
4. Reflexionsfragen für SchülerInnen
5. Vertiefende Übung(en) für SchülerInnen
6. Weiterführende Links- und Materialempfehlungen für SchülerInnen und PädagogInnen

#### Vorbereitung

- Selbstreflexion zum Thema
- Wichtig: bei vielen Themen gibt es keine „richtigen“ und „falschen“ Aussagen, der Fokus liegt auf dem kritischen Hinterfragen und Reflektieren!
- Sie kennen Ihre Klasse am besten, deshalb entscheiden Sie, ob es sinnvoll ist, die Klasse geschlechtsspezifisch aufzuteilen (z.B. beim Thema Liebe und Sexualität) oder die Themen in Kleingruppen oder im Plenum diskutieren zu lassen.
- Die Module sind Vorschläge und Anregungen, wie man das jeweilige Thema bearbeiten könnte. Wichtig ist, sich selbst mit dem Thema wohlfühlen und es sich zuzutrauen.
- Wenn Sie sich bei Fragen oder Themen unsicher fühlen, dann verweisen Sie auf Beratungsstellen oder holen Sie sich Unterstützung von fachlichen ExpertInnen.

#### Möglicher Ablauf einer bzw. mehrerer Unterrichtsstunde/n zu einem Modul

- Wissensteil für PädagogInnen (Stundenbilder) und Arbeitsblätter auf [www.feel-ok.at](http://www.feel-ok.at) sichten
- Einführung durch die PädagogInnen, z.B. „Philosophische Diskussionsrunde“ als Einstieg (siehe Philosophiekärtchen)
- Fallbeispiele austeilen, Gruppen bilden
- SchülerInnen beschaffen sich Informationen zu den Fallbeispielen auf [www.feel-ok.at](http://www.feel-ok.at)
- Reflexionsfragen bearbeiten (einzeln, in Gruppen, im Plenum ...)
- Diskussion führen
- Bei Bedarf Vertiefungsübung(en) machen

Die Stundenbilder stellen keine Rezepte dar, sondern schaffen eine Basis, um das Thema kritisch und kreativ zu bearbeiten. Probieren und erweitern Sie nach Belieben!

Um die Maßnahmen zur Förderung von Gesundheit und Gesundheitskompetenz an Ihrer Schule zu bündeln und systematisch durchzuführen, sollte der Schulentwicklungsplan gezielt zu diesem Thema verfasst werden. Dazu finden Sie Anregungen und Methoden in den SQA-Plänen (für Mittelschule und AHS) sowie im QIBB-Plan für die BMHS. Download auf [www.feel-ok.at](http://www.feel-ok.at)

#### Das Wichtigste zum Schluss:

Gesundheit geht uns alle an! Freuen Sie sich auf anregende und offene Diskussionen mit Ihrer Klasse!