

Eigenständig Werden 5 + 6

Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung bei Kindern



Zielgruppe: Lehrkräfte, Schulsozialarbeiter*innen, UBUS-Kräfte im Bereich Sekundarstufe I

Beschreibung: Mithilfe von „Eigenständig werden 5+6“ erwerben die Schüler*innen wichtige Gesundheits- und Lebenskompetenzen, die ihnen helfen, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln – körperlich, seelisch und sozial.

Ziele: „Eigenständig werden 5+6“ verfolgt folgende Ziele:

1. Gruppenentwicklung (Klassengemeinschaft und Beziehung, Kommunikation, Regeln, Teamfähigkeit).
2. Persönlichkeitsförderung (Selbstwahrnehmung und Empathie, Umgang mit Stress und negativen Emotionen, kreatives Denken und Problemlösen, Kommunikation, Körper und Gesundheit)
3. Spezifische Suchtprävention (Gewohnheiten und Suchtentstehung, Nikotin und Alkohol)

Zeitlicher Aufwand: 1. Schulung: 8. Stunden + 2. Schulung: 4 Stunden (nach einem Zeitraum von ca. 4 Monaten)
Online oder in Präsenz

Kosten: 100,- EUR/TN + Materialien (Manual etc.), sowie den Zugangscode für den geschützten Bereich der Webseite

