

Klasse2000 – die Themen

1. Klasse

Zuhören und Sprechen, Atmung und Bewegung



Die Kinder lernen **Klassenregeln** als eine Hilfe für ein gutes Miteinander kennen und verstehen, warum diese Regeln wichtig sind. Sie testen und erarbeiten die besten **Tipps für das Zuhören und Sprechen**.

Durch eine Bewegungsgeschichte erfahren die Kinder den Zusammenhang zwischen Atmung und Bewegung. **Experimente zum Atem** runden das Wissen über „den Weg der Luft“ ab. Außerdem führen sie regelmäßig **Entspannungs- und Bewegungsübungen** durch.

2. Klasse

Probleme lösen, gesunde Ernährung, Bewegung



Die Kinder erfahren etwas über **gesundes Essen** und lernen den **Weg der Nahrung durch ihren Körper** anhand eines Spiels kennen. Sie erkunden die „**wichtigste Säule der Welt**“, nämlich die Wirbelsäule und erfahren warum **Bewegung** für ihren Körper so wichtig ist. Mit **KLAROs Zauberformel** lernen sie, ihre Gefühle zu benennen und Probleme zu lösen.

3. Klasse

„Ich und die anderen“



Die Kinder üben, ihre eigenen Gefühle besser zu erkennen, und sie erproben, wie sie **ohne Gewalt Konflikte lösen** können. Spiele und Übungen zur Gemeinschaftsförderung tragen dazu bei, das **Klassenklima zu verbessern**. Außerdem erfahren die Kinder etwas über das **Herz und den Blutkreislauf**.

4. Klasse

„Ich entscheide mich“



Die Kinder lernen ihr **Gehirn als Steuerzentrale** für den ganzen Körper kennen. Sie wissen, wie es funktioniert und was es braucht, um leistungsfähig zu sein. Sie hinterfragen kritisch ihren **Fernseh- und Computerkonsum** und erfahren, wie sich dieser auswirken kann. Beim **Thema Gruppendruck** probieren die Kinder in Rollenspielen aus, wie sie „Nein!“ sagen können, wenn Ihnen z.B. Zigaretten oder Alkohol angeboten werden. Außerdem lernen sie, die Glücksbotschaften der **Werbung kritisch zu hinterfragen**.