



### **Grundschule der STS Wilhelmsburg nimmt seit fünf Jahren am Gesundheitsprogramm Klasse2000 teil**

Lesen, schreiben und rechnen; so lauten gemeinhin die klassischen Inhalte des Grundschullehrplans. Neben diesen Basiskompetenzen nimmt die Gesundheitserziehung heutzutage einen wichtigen Stellenwert ein. Denn viele Kinder leiden unter Übergewicht und Schulstress. Der Grundschule der STS Wilhelmsburg liegt die Gesundheit ihrer Kinder am Herzen, seit fünf Jahren nimmt sie an dem bundesweit bekannten Gesundheitsprogramm „Klasse2000“ teil.

Heute findet die erste Stunde des Gesundheitsprogramms „Klasse 2000“ für die Klasse 1c der Grundschule der Stadtteilschule Wilhelmsburg statt. Gespannt schauen die Kinder zu Frau Malverti, einer speziell geschulten Lehrkraft von Klasse2000. Aus einem kleinen Papphäuschen lockt Frau Malverti zwei kleine Püppchen hervor: Klara und Klaro begrüßen die Kinder: „Gesund und fit – mach auch mit!“. Die beiden Plüschdrahtfiguren werden die Grundschulkinder die nächsten vier Schuljahre regelmäßig besuchen, um mit ihnen über verschiedene Themen aus den Bereichen Gesundheit, Gewalt- und Suchtprävention zu sprechen.

Um das Thema Atmung und Lunge dreht sich die heutige Stunde. Kindgerecht und mit abwechslungsreichen Spielen fühlen die Kinder in ihren Körper hinein, stellen fest, dass sie nach starker Bewegung schneller atmen und sprechen darüber, was atmen überhaupt ist. „Das ist, wenn die Luft immer rein und raus geht“, weiß Noah Correira Viegas.

„Atmen wir auch, wenn wir schlafen?“, will Frau Malverti wissen. Nachdenkliche Gesichter.



Ein großes Plakat verdeutlicht den Weg der Luft in den Körper; die Kinder fühlen Luftröhre und spüren das Heben und Senken ihres Brustkorbs während der Atmung. Jedes Kind erhält am Ende der Stunde einen „Atemtrainer“. „Er zeigt euch, wie lange ihr ausatmet“, erklärt Frau Malverti und bläst in eine gelbe Plastikpfeife, die einen kleinen Ball in der Luft tanzen lässt. Jubel bei allen Kindern.



Seit fünf Jahren besucht Frau Malverti mehrmals im Jahr alle Grundschulklassen am Perlstieg und zeigt den Kindern, was sie selbst tun können, damit es ihnen gut geht und sie sich wohl fühlen. Dabei sollen die Kinder möglichst viel selber ausprobieren, wie zum Beispiel das eigene Herz mit einem Stethoskop abhören. Die Klassenlehrerin vertieft dann die Inhalte im weiteren Unterricht. „Die Kinder lieben Frau Malvertis Stunden“, weiß Nina Menrad, Klassenlehrerin der 1c. „Das Programm Klasse2000 findet bereits im fünften Jahr bei uns statt und ist mittlerweile fest verankert in unserem Unterricht.“

Die Wirkung des Programms Klasse 2000 wurde wissenschaftlich überprüft. Ehemalige Klasse2000 Kinder rauchen noch in der 7. Klasse seltener als Kinder, die nicht an dem Programm teilgenommen haben. Finanziert wird das Programm freundlicherweise vom Lions Club Hamburg Bellevue.