Klasse2000®

Willkommen zum Einführungsvideo für die 2. Klasse Fit mit KLARO

Ihre Referentinnen heute

Marlott Wowerath

Regionale Koordination
Baden-Württemberg West

Caroline Bentgens

Regionale Koordination
NRW Ruhrgebiet

Schirmherrschaft

Der Beauftragte der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen

DZI Spenden-Siegel Geprüft + Empfohlen!

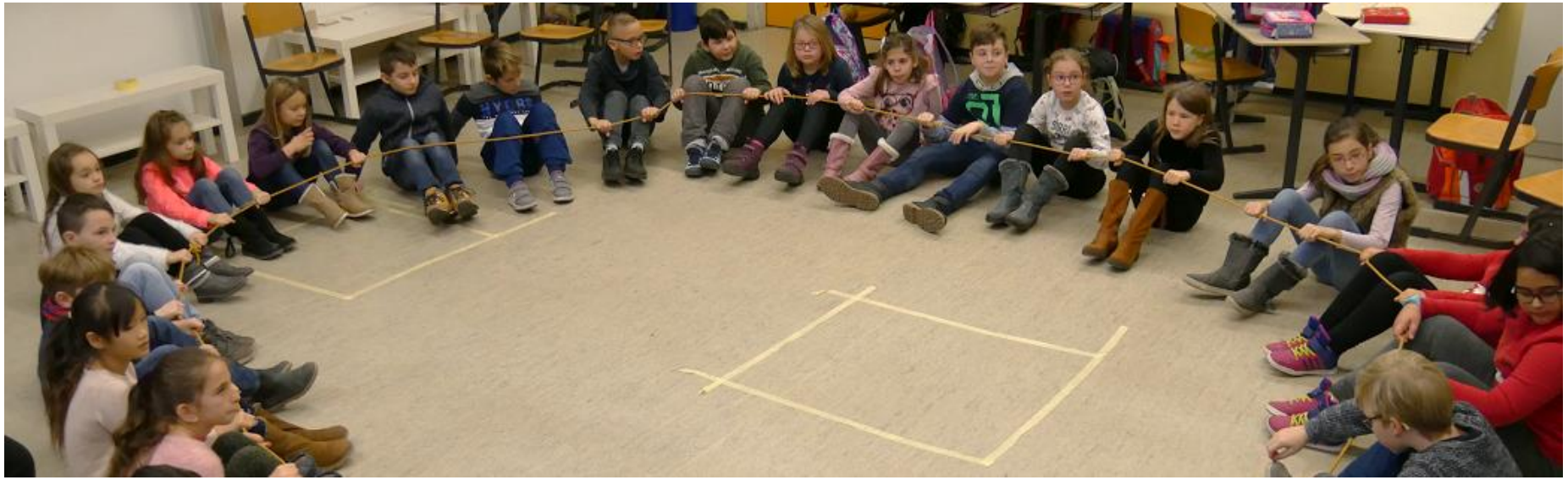
WIRKT! PHINEO

Partner der deutschen Lions Clubs

KLARO

Fit mit KLARO – Ablaufübersicht

- Aktuelles von Klasse2000
- Überblick 2.Jahrgangsstufe
- Organisatorisches

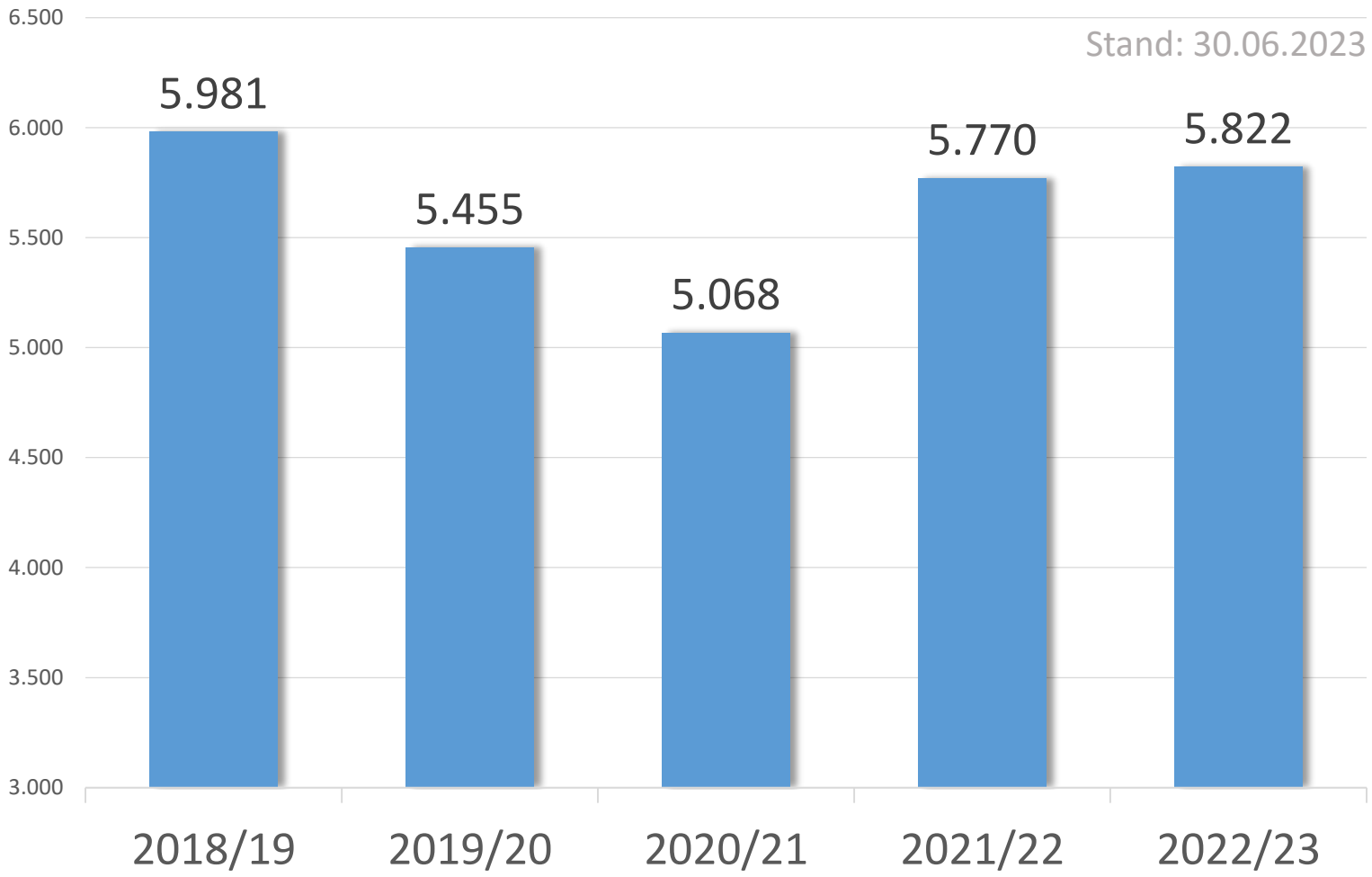


Aktuelles

KLARO®

Anmeldungen

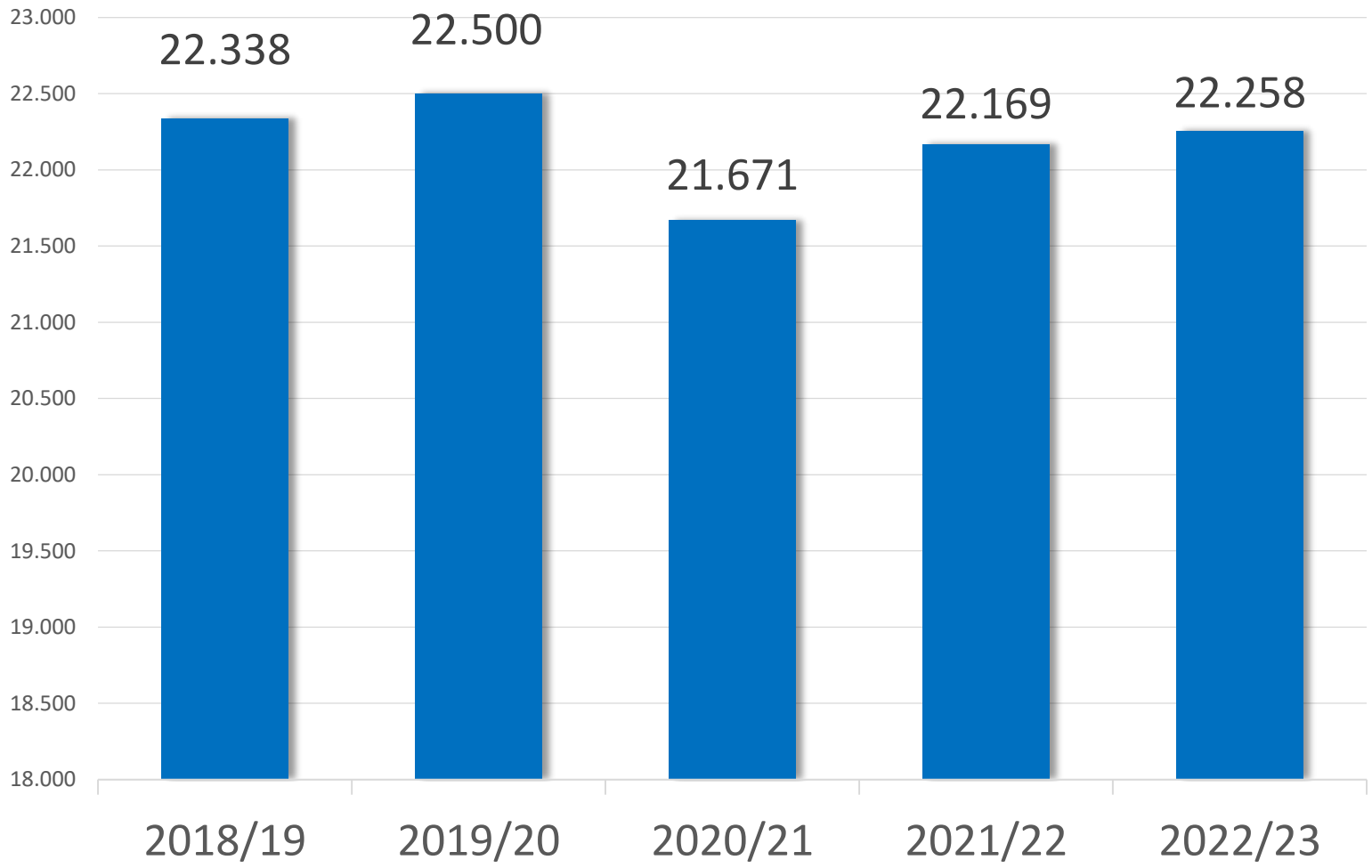
Jeweils bundesweit neu angemeldete 1. Klassen.



Klassen

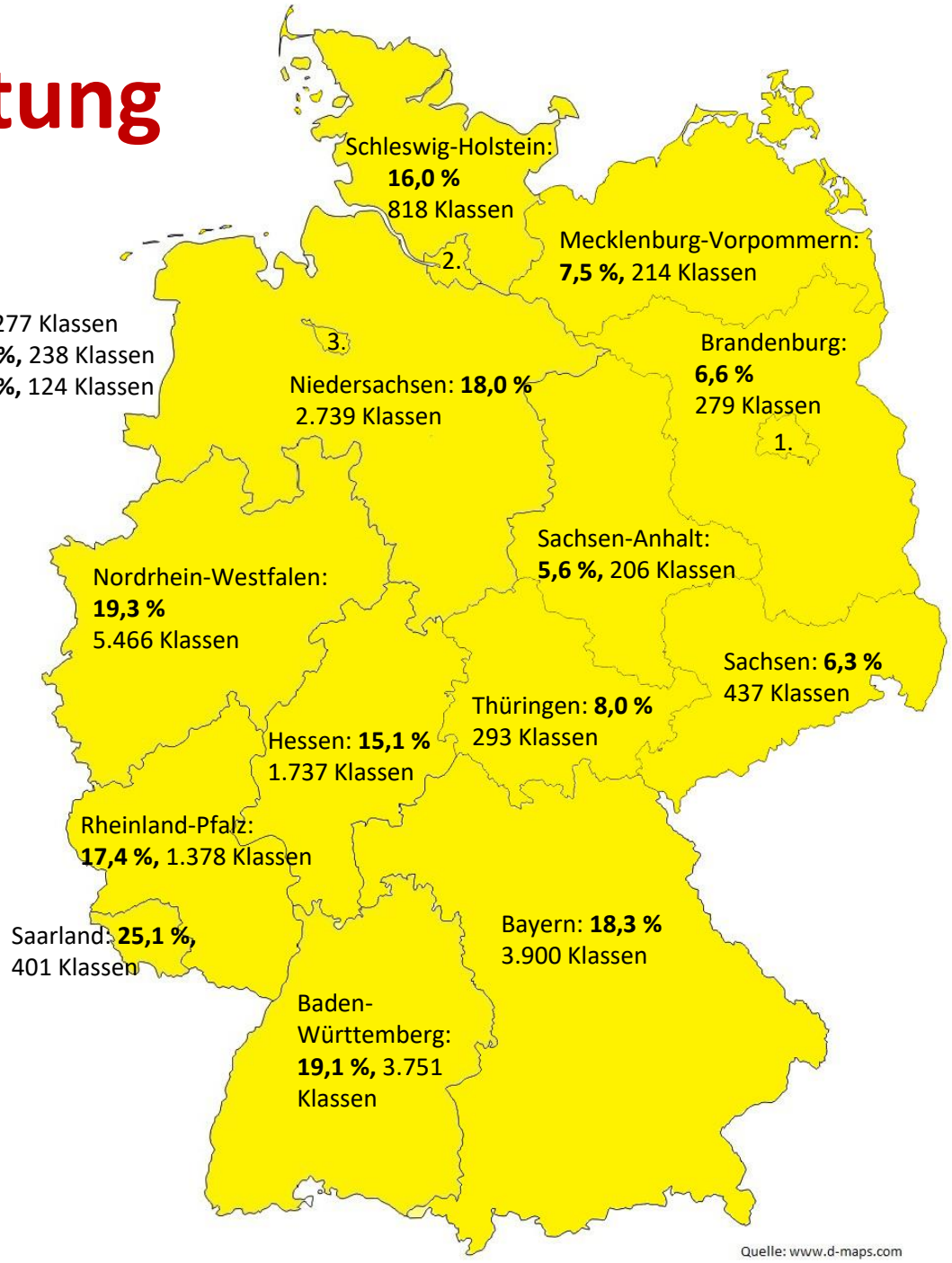
Bundesweit teilnehmende Klassen im jeweiligen Schuljahr.

Stand: 30.06.2023



Verbreitung Klassen

1. Berlin: **4,5 %,** 277 Klassen
2. Hamburg: **7,1 %,** 238 Klassen
3. Bremen: **10,0 %,** 124 Klassen



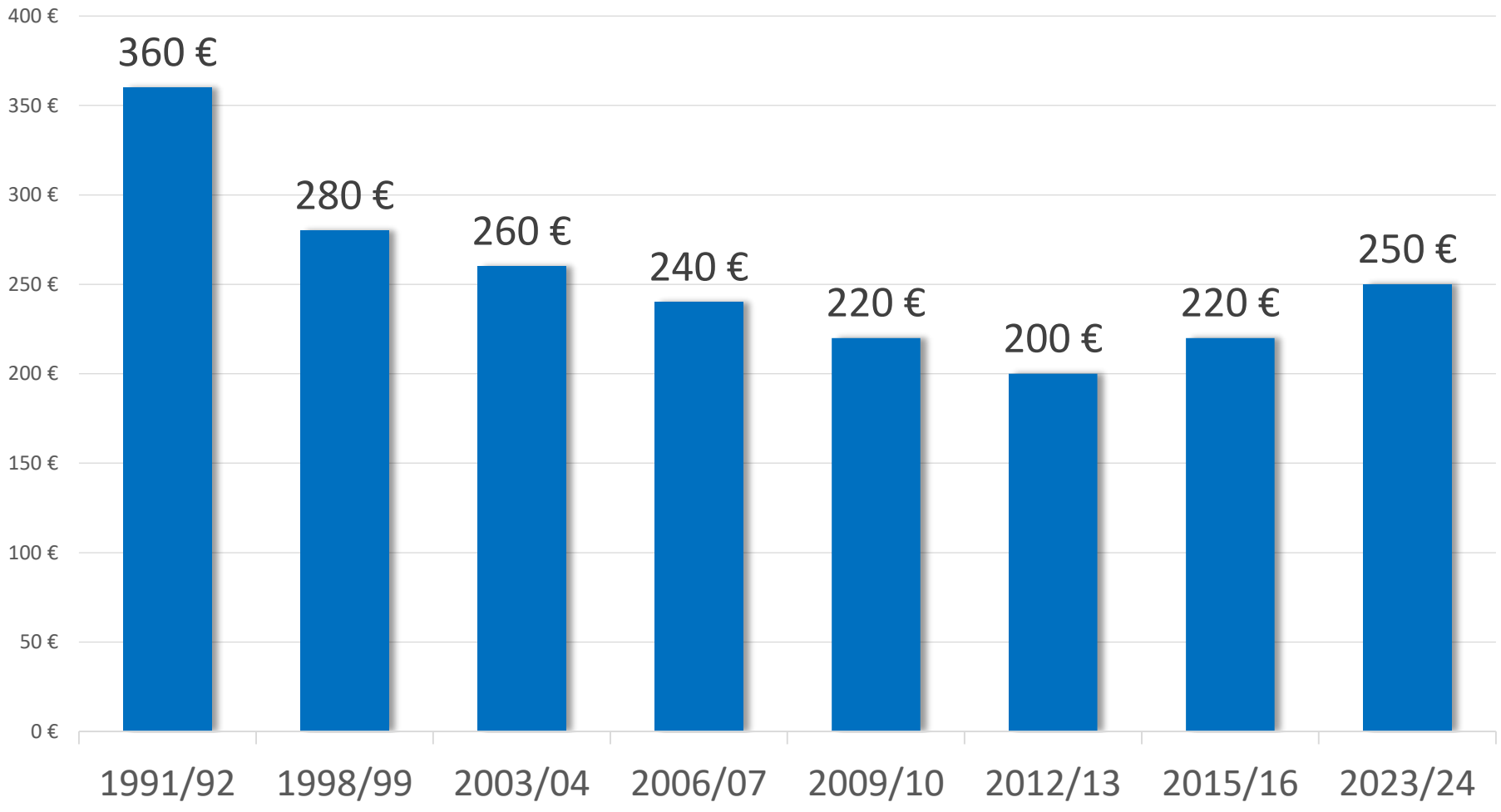
Schuljahr 2022/2023

- 22.258 Klassen = 15,6 % der Grundschulklassen
- 3.728 Schulen = 24,1 % der Grundschulen
- 480.806 Kinder
- 1.631 Klasse2000-Gesundheitsförder:innen
- 4.913 Paten

Stand: 30.06.2023

Patenschaftsbetrag

Entwicklung des Patenschaftsbetrags pro Klasse und Schuljahr in €



Ausschreibungen 2023/24

- **Bundesmittel:** 400 Klassen in neuen Schulen, alle Bundesländer (gemeinsamer Brief mit BZgA und Drogenbeauftragter)
- **AOK Hessen:** 360 halbe Patenschaften
- **AOK Niedersachsen:** 500 halbe Patenschaften
- **AOK Bayern:** 500 volle Patenschaften, sozialer Brennpunkt
- **AOK Baden-Württemberg:** 300 halbe Patenschaften, über die Bezirksdirektionen

Die größten Förderer 2022/23

Stand: 30.06.23

Klasse 2000

LIONS INTERNATIONAL

BZgA Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

AOK Bayern Die Gesundheitskasse.

NOVITAS BKK

BB Bank Stiftung

AOK Baden-Württemberg Die Gesundheitskasse.

AOK Hessen Die Gesundheitskasse.

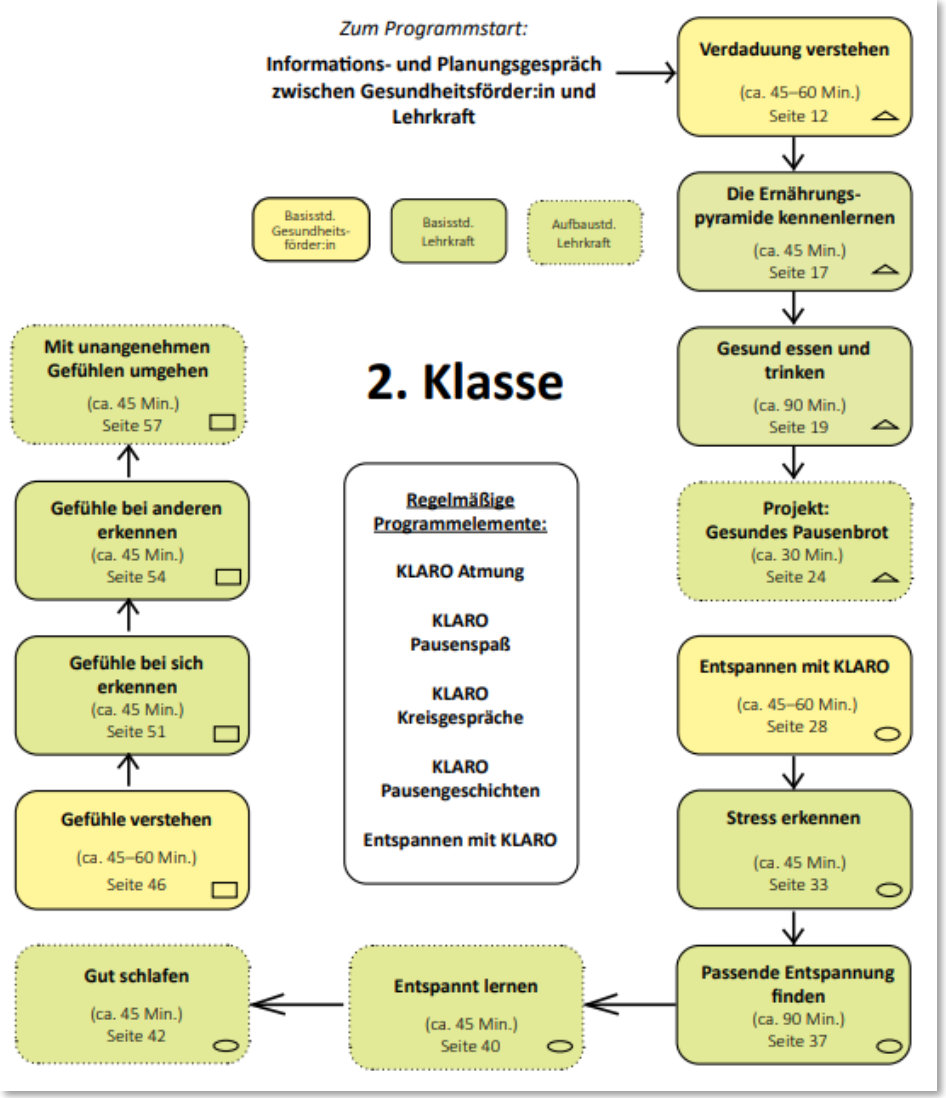
AOK Niedersachsen Die Gesundheitskasse.

IKK classic

KLARO

2. Jahrgangsstufe

Vorschlag für den Ablauf



Gesundheits-förderer-Stun-den

Lehrer-Basisstd.

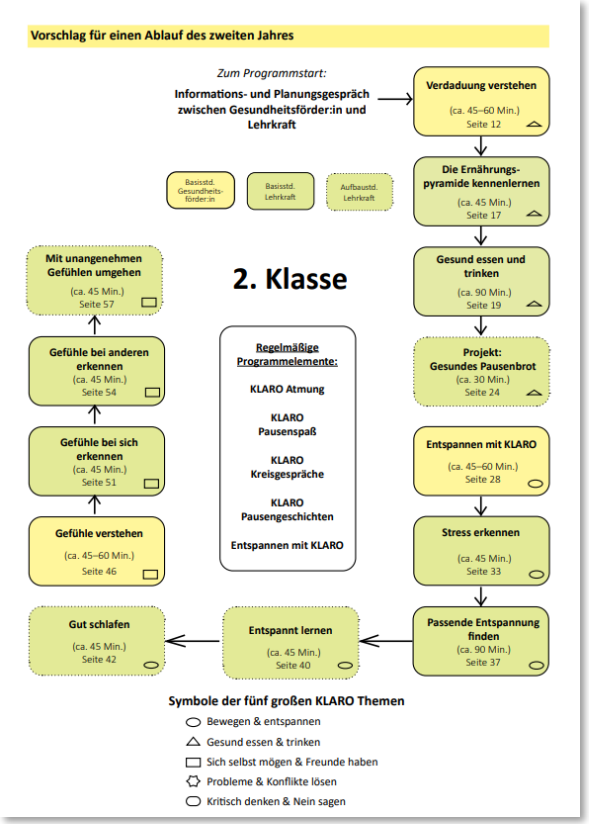
Lehrer-Aufbaustd.

Symbole der fünf großen KLARO-Themen

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

Informations- und Planungsgespräch zwischen GF und Lehrer

- Ein Infogespräch mit allen Lehrer*innen (LE) einer Jahrgangsstufe
- Info über Jahresablauf (Stunden) der 2. Klasse
- Terminabsprache
- Falls Klassen aufgelöst oder geteilt worden sind, Info an RK



Themenblock - Ernährung

Themenblock - Ernährung

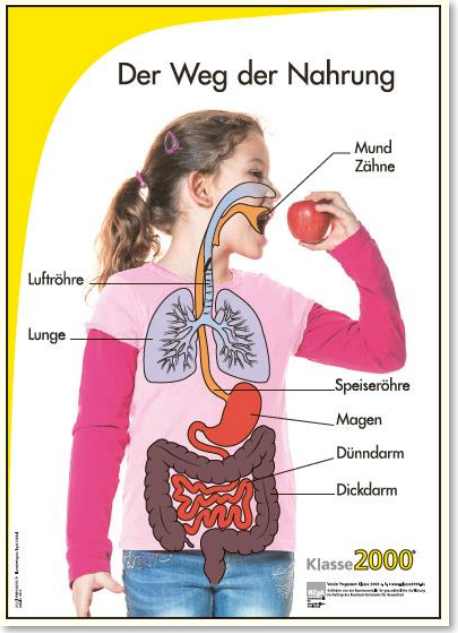
Verdauung verstehen
(ca. 45-60 Min.)
Seite 12

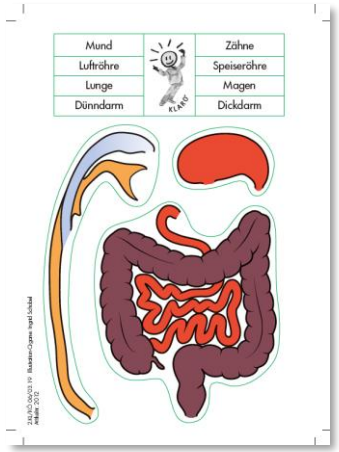
Verdauung verstehen

Inhalt/ Ziel:

- Die Kinder erklären den Weg der Nahrung durch den Körper.
- Sie erläutern die Funktion der Verdauungsorgane.

Material: Haftfolienpuzzle für die Kinder
Plakat „Weg der Nahrung“
Set Plakate „Verdauungsspiel“
Klebeband





Themenblock - Ernährung

Verdauung verstehen
(ca. 45-60 Min.)
Seite 12

↓

Die Ernährungs-pyramide kennenlernen
(ca. 45 Min.)
Seite 17.

↓

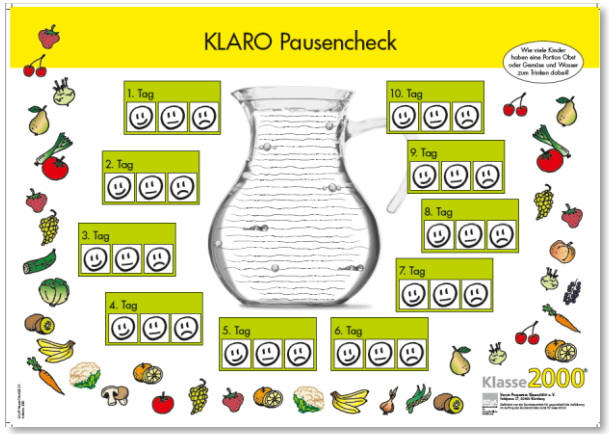
Gesund essen und trinken
(ca. 90 Min.)
. Seite 19

↓

Projekt: Gesundes Pausenbrot
(ca. 30 Min.)
Seite 24

- Die Kinder lernen die Ernährungspyramide
- In einem 2-wöchigen Projekt wird das Gelernte umgesetzt.

- Die Kinder können Lebensmittel richtig einordnen.
- Die Kinder trinken hauptsächlich Wasser zum Durstlöschen.
- Sie erläutern die Zusammenstellung eines gesunden Pausenbrotes.
- Die Kinder essen regelmäßig Obst und/ oder Gemüse in der Schulpause.
- Sie trinken in der Pause nur Wasser anstelle von gesüßten Getränken.



Themenblock – Entspannung

Themenblock - Entspannung

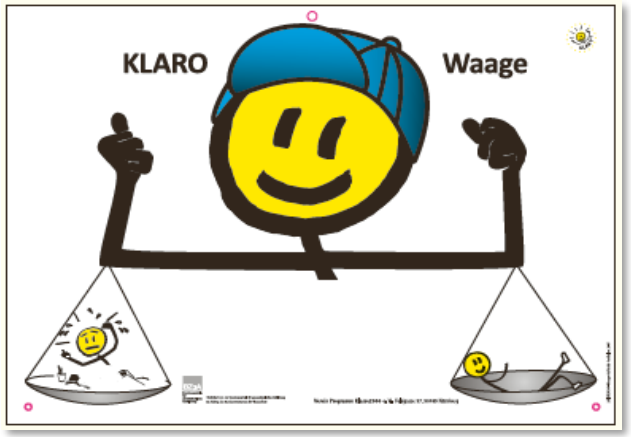
Entspannen mit KLARO
(ca. 45-60 Min.)
Seite 28

Entspannen mit Klaro

Ziele:

- Die Kinder unterscheiden und bewerten die Vorteile von Anstrengung und Entspannung
- Sie bewerten die Gefahren von zu viel Anstrengung und zu viel Entspannung
- Sie entwickeln Ideen für Entspannungsmöglichkeiten mit der KLARO Kugel und demonstrieren diese

Material: Plakat „Klaro-Waage“
KLARO Kugel
Evt. CD „KLARO Pausenspaß“



Themenblock - Entspannung

Entspannen mit KLARO
(ca. 45-60 Min.)
Seite 28

↓

Stress erkennen
(ca. 45 Min.)
Seite 33

↓

Passende Entspannung finden
(ca. 90 Min)
Seite 28

↓

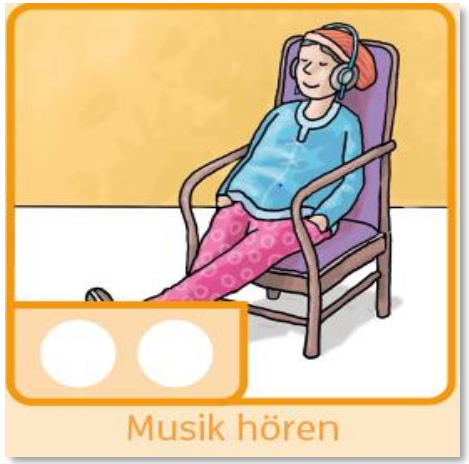
Entspannt lernen
(ca. 45 Min)
Seite 40.

↓

Gut schlafen
(ca. 45 Min)
Seite 42

- Bewertung der Vorteile von Anstrengung und Entspannung
- Entspannungsmöglichkeiten mit der KLARO-Kugel

- Deuten der Signale des Körpers bei Anstrengung/Belastung
- Finden von Entspannungsmöglichkeiten
- Bedeutung von Schlaf
- Gelassener Umgehen mit Aufregung und Leistungsdruck
- Gezielt Entspannungsmöglichkeiten einsetzen
- Wichtigkeit von ausreichendem Schlaf
- Auseinandersetzen mit Einschlaftechniken



Themenblock – Gefühle

Themenblock – Gefühle

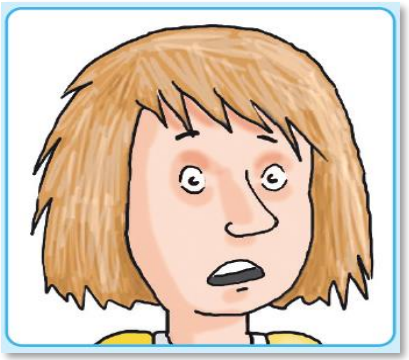
Gefühle verstehen
(ca. 45-60 Min.)
Seite 46

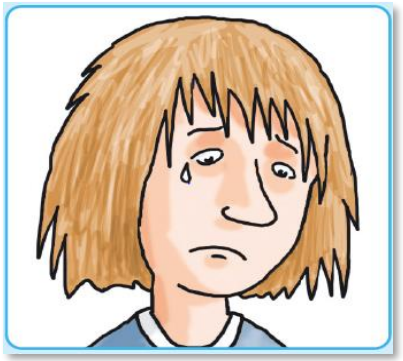
Gefühle verstehen

Inhalt/ Ziel:

- Die Kinder differenzieren die Gefühle: Wut, Angst, Freude und Traurigkeit
- Sie erklären, wozu Gefühle gut sind
- Sie setzen die KLARO-Atmung zur Beruhigung bei unangenehmen Gefühlen ein

Material: Heft „KLARO Gefühlebuch“
Schere (haben die Kinder selbst dabei)
Set Plakate „Gefühlekörper“





Themenblock – Gefühle

Gefühle verstehen
(ca. 45-60 Min.)
Seite 46

↓

Gefühle bei sich erkennen
(ca. 45 Min.)
Seite 51

↓

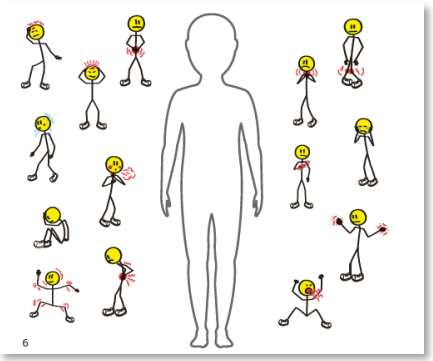
Gefühle bei anderen erkennen
(ca. 45 Min.)
Seite 54

↓

Mit unangenehmen Gefühlen umgehen
(ca. 45 Min.)
Seite 57

- Die Kinder differenzieren verschiedene Gefühle
- Sie erklären wofür Gefühle gut sind
- Sie setzen die KLARO-Atmung zur Beruhigung ein

- Die Kinder setzen sich mit der Körperwahrnehmung bei verschiedenen Gefühlen auseinander
- Die Kinder können sich in andere einfühlen und bieten Hilfestellungen an
- Analysieren von unangenehmen Situationen und finden von Lösungen



Klaros Bewegungsspaß

Klaro Labor

www.klaro-labor.de

Organisatorisches

Organisatorisches - Material

Klasse2000®

Klasse2000®
Stark und gesund in der Grundschule

8233

20.07.2022

Verein Programm Klasse2000 e. V. - Feldgasse 37 - 90489 Nürnberg
Frau/ Herr

Lieferschein 908655
Materialversand

Programm	Anz. Klassen	Allgemein	Pro GF	„Klassenartikel“
Programm III	3	Broschüre "Schülerheft 3. Jahr" Broschüre "Unterrichtsvorschläge 3. Jahr"		Kuvert "Material für GF 3. Klasse" Leporello "KLAROs Sport-Spaß"

Klasse2000®
Stark und gesund in der Grundschule

8233

Sehr geehrte...,

Sie erhalten mit dieser Sendung alles benötigte GF-Material für die Klassen, dies Sie in diesem Schuljahr betreuen. Aus verschiedenen Gründen ist es möglich, dass Klassen aus dem Vorjahr nicht mehr dabei sind. Wenn Sie Fragen dazu haben, wenden Sie sich bitte an Ihre Regionale Koordination.
Sie erhalten das Material im Klassensatz mit 30 Stück je Klasse. Wenn etwas fehlt, können Sie es mit dem Vordruck „Materialnachbestellung“ anfordern. Die Lehrkräfte erhalten ihre Materialien ebenfalls im Klassensatz mit 30 Stück.

Die Stethoskope und das Seil der dritten Jahrgangsstufe können Sie solange verwenden, wie Sie entsprechende Klassen betreuen. Wenn Sie diese Materialien nicht mehr benötigen erhalten Sie von uns ein Schreiben mit der Bitte sie zurückzuschicken. Bei diesem Schreiben finden Sie einen Aufkleber, mit dem Sie das Paket bei der Deutschen Post /DHL abgeben können. Für Sie entstehen keine Kosten. Schicken Sie uns bitte keine anderen Materialien zurück. Wir können sie meist nicht wiederverwenden und müssen sie entsorgen.

Achtung! Adresse für Rückversand	**Verein Programm Klasse2000 e. V.** **Feldgasse 37** **90489 Nürnberg**

Übersicht Klassen für GF:

3. Jahrgangsstufe 3 Klassen mit insgesamt 76 Schülern

Gesamt Klassen
Gesamt Schüler

Aufgrund der neuen EU-Datenschutzregeln dürfen wir Ihnen nicht ohne Weiteres Namen von Lehrkräften oder Paten nennen. Sie finden sie deshalb nicht in der Auflistung Ihrer Klassen.

Detailauflistung Ihrer Schulen & Klassen

Klasse 3a - 25 Schüler - Programme: Programm III
Klasse 3b - 25 Schüler - Programme: Programm III
Klasse 3c - 26 Schüler - Programme: Programm III

Organisatorisches - Materialnachbestellung

Klasse2000®

Materialnachbestellung für Gesundheitsförder:innen (GF) - 2. Klasse 2023/24

Klasse2000® STARK UND GESUND IN DER GRUNDSCHULE

Sie erhalten automatisch alles benötigte GF-Material für angemeldete Klassen im Klassensatz für 30 Kinder. Nachbestellen müssen Sie nur, wenn etwas fehlt. Wir empfehlen, i. d. R. jeder Klasse den ganzen Satz zu übergeben, für hinzukommende Kinder oder als Ersatz. Ein Rückversand von Überschüssen an Klasse2000 ist nicht nötig. Die Lehrkräfte erhalten ebenfalls alle ihre Materialien im Klassensatz für 30 Kinder. Fehlendes Material können diese mit einem eigenen Bogen nachbestellen.

Senden an E-Mail: info@klasse2000.de oder Fax: 0911 89121-30	Datum:	
Vorname und Name:		
Straße u. Hausnummer:		
PLZ:	Ort:	
Folgendes Material vom Lieferschein Nr. _____ fehlt:		**Grund*** (1,2,3,4,5)
☐ Broschüre "Unterrichtsvorschläge 2. Jahr" [Art.-Nr. 2001]	Anzahl: 1	
☐ Broschüre "Schülerheft 2. Jahr" [Art.-Nr. 2002]	Anzahl: 1	
☐ CD "KLARO Pausengeschichten" (nur für neue GF) [Art.-Nr. 2039]	Anzahl: 1	
☐ KLARO Tragetasche (nur für neue GF) [Art.-Nr. 8004]	Anzahl: 1	
☐ Heft "KLARO Gefühlebuch" (je Klasse 30 Stk. i. B.) [Art.-Nr. 2029]	Anzahl:	
☐ Plakat "Die KLARO-Waage" (je Klasse 1 Stk.) [Art.-Nr. 2031]	Anzahl:	
☐ Set Plakate "Verdauungsspiel" (je Kl. 1, 5 Sorten i. B.) [Art.-Nr. 2011]	Anzahl:	
☐ KLARO-Kugel (je Klasse 30 im Beutel) [Art.-Nr. 2027]	Anzahl:	
☐ Kuvert "Material für GF 2. Klasse" (je Klasse 1) [Art.-Nr. 2043],	Anzahl:	
darin sind enthalten:		
☐ Plakat "Weg der Nahrung" [Art.-Nr. 2010]	Anzahl:	
☐ Blätter "Weg d. Nahrung Körper" (30 in Band.) [Art.-Nr. 2013]	Anzahl:	
☐ Folien "Weg d. Nahrung Organe" (30 in Band.) [Art.-Nr. 2012]	Anzahl:	
☐ Kuvert "Zubehör KLARO-Waage" [Art.-Nr. 2032]	Anzahl:	
☐ Set Plakate "Gefühlekörper" (5 Sorten in Band.) [Art.-Nr. 2033]	Anzahl:	

*Grund

1	Material wurde nicht mitgeliefert	2	Material ist beschädigt	3	Material wurde verloren
4	Anderer Grund:				
5	Mehr Kinder	Hinweis: Wenn in einzelnen Klassen die Zahl der Kinder über 30 liegt, nehmen Sie bitte das Material (z. B. KLARO-Kugel) für diese Kinder aus einem Satz für Klassen mit weniger als 30.			

Bemerkungen:

- Bitte prüfen Sie Ihr gesamtes Material und bestellen Sie alles Fehlende auf einmal.
- Bitte bestellen Sie rechtzeitig. Die Lieferung dauert ca. 1-2 Wochen.
- Bestellen Sie bitte nur mit diesem Bogen! Sie finden ihn auch im Login-Bereich unserer Homepage www.klasse2000.de. Die Anmeldedaten stehen in Ihrem Unterichtsvorschlag.

Verein Programm Klasse2000 e. V., Feldgasse 37, 90489 Nürnberg, Geschäftsführer: Thomas Duprée
Tel.: 0911 89121-0, Fax: 0911 89121-30, E-Mail: info@klasse2000.de, Internet: www.klasse2000.de

Stand: 2023/24, Art.-Nr. 2046

Nur nötig, wenn mehr als 30 Kinder in der Klasse sind!

Klasse2000® STARK UND GESUND IN DER GRUNDSCHULE

Materialnachbestellung für Lehrkräfte

Mit diesem Klasse2000-Paket erhalten Sie alle nötigen Materialien für Ihre Stunden.
Das Material für die Kinder erhalten Sie standardmäßig im **Klassensatz mit 30 Stück**.
Wenn weniger Kinder in der Klasse sind, nutzen Sie das überzählige Material als Ersatz, falls Kinder hinzukommen oder etwas verlorengeht. Sie brauchen nichts zurückschicken.
Wenn mehr als 30 Kinder in Ihrer Klasse sind, können Sie Material mit diesem Blatt kostenfrei nachbestellen.

Bitte geben Sie unbedingt die Klasse an und füllen Sie für jede Klasse einen Bogen aus.

Senden an E-Mail: info@klasse2000.de oder Fax: 0911 89121-30	Datum:
Name der Schule:	
Straße der Schule:	
PLZ:	Ort:
Klasse:	
❑ **In der Klasse sind mehr als 30 Kinder. Anzahl der Kinder:** ☐ Klasse2000 schickt alles dafür benötigte Material.	

Sollte Ihnen unabhängig von der höheren Kinderzahl Material fehlen oder etwas beschädigt sein, rufen Sie uns bitte unter 0911 89121-0 an, oder schicken Sie eine E-Mail an info@klasse2000.de

Bitte bestellen Sie rechtzeitig, der Versand kann 1 – 2 Wochen dauern.

Bitte haben Sie Verständnis, dass wir nur Material für Klassen nachliefern können, die regulär am Programm Klasse2000 teilnehmen. Das Material kann nur an die Schuladresse geschickt werden.

Diesen Bestellbogen finden Sie auch im Login-Bereich der Homepage www.klasse2000.de.
Das Passwort steht in den aktuellen Unterrichtsvorschlägen.

KLARO®

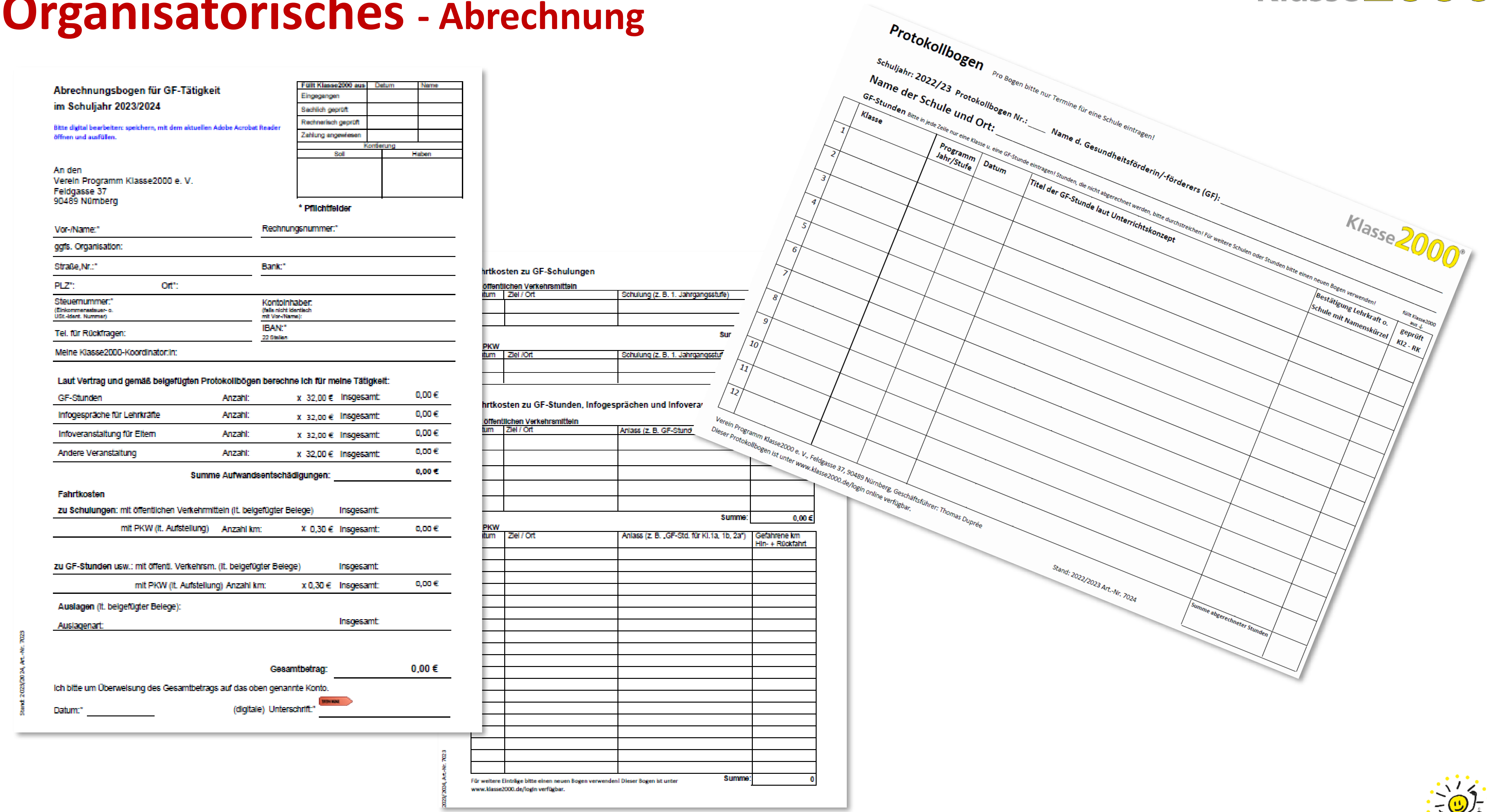
Verein Programm Klasse2000 e. V., Feldgasse 37, 90489 Nürnberg, Geschäftsführer: Thomas Duprée
Tel.: 0911 89121-0, Fax: 0911 89121-30, E-Mail: info@klasse2000.de, Internet: www.klasse2000.de

Stand: 2023/24, Art.-Nr. 7021

KLARO®

Organisatorisches - Abrechnung

Klasse2000®



Organisatorisches - Leitfaden

Inhalt

Klasse2000-Homepage 4
Login-Bereich 4
KLARO-Labor: Die Lernplattform 4
Ansprechpersonen 5
Vertrag 5
Erweitertes Führungszeugnis 5
Schulungen 5
Übernahme von Klassen 5
Ablauf der Schuljahre 6
Material 7
Materialnachbestellung 7
Rücksendung von Unterrichtsmaterial 7
Informationsveranstaltung für Eltern 8
Lehrerinformationsgespräch 8
Leitfaden für das Lehrerinformationsgespräch 9
Planungsbogen für GF-Stunden 10
Tipps für den Unterricht 11
Vorbereitung 11
Während der Stunden 12
Umgang mit Störungen 14
Abrechnung 15
Höhe der Aufwandsentschädigung 15
Abrechnungsbogen 15
Protokollbogen 15
Anmeldung von Schulklassen 20
Finanzierung 20
Patendank und Patenbindung 20
KLARO-Siegel für Schulen 21
Wirksamkeit und Evaluation 21
Datenschutz 22
Weitersagen: Gesundheitsförderinnen und -förderer gesucht! 22

https://kurzelinks.de/mzln

Aufgabenstellung für das Selbststudium

1. Sie arbeiten die drei GF-Stunden zu den Themen „Verdauung verstehen“, „Entspannen mit KLARO“ und „Gefühle verstehen“ durch.

2. Sie erarbeiten eigene Formulierungen für die GF-Stunden und spielen diese möglichst einmal für sich alleine durch.

3. Was ist unklar geblieben, welche Fragen gibt es? – Notieren Sie sich Fragen für die Schulung.

https://kurzelinks.de/Auszuege_Unterrichtsvorschlaege_23-24

Klasse2000®

Danke fürs Zuschauen und viel Spaß bei der Vorbereitung Ihrer KLARO-Stunden!