FORTBILDUNG

Das Unterrichtsprogramm EIGENSTÄNDIG WERDEN wird von dafür qualifizierten Lehrkräften durchgeführt und in den Unterricht integriert. Vor dem Programmeinsatz erhalten die Lehrkräfte eine eintägige Fortbildung und können im Anschluss mit dem Programm in ihrer Klasse starten. Nach einem Zeitraum von ca. 4 Monaten erfolgt ein kollegialer Austausch über die Erfahrungen mit EIGENSTÄNDIG WERDEN. Die Teilnahme an der Fortbildung ist für Schulsozialarbeiter*innen ebenfalls möglich.

Wenn Sie EIGENSTÄNDIG WERDEN auch in Ihrer Schule umsetzen möchten, wenden Sie sich bitte an unsere regionalen Kooperationsinstitutionen oder gerne auch an uns direkt. Es ist möglich, die Fortbildung als gesamtes Kollegium zu erhalten oder aber als Einzelperson an einer ausgeschriebenen Fortbildung teilzunehmen. Der Unterrichtsordner wird auf der Fortbildung kostenfrei an Sie abgegeben.

MULTIPLIKATOR*IN

EIGENSTÄNDIG WERDEN basiert auf dem Multiplikator*in-Prinzip: Fachkräfte aus dem Schul- und Gesundheitswesen, die vom IFT-Nord in das Programm eingeführt wurden, können EIGENSTÄNDIG WERDEN in das Portfolio ihrer Institution aufnehmen und Schulungen für Lehrkräfte und Schulsozialarbeiter*innen anbieten.

Wenn Sie Interesse an einer Schulung als Multiplikator*in haben oder weitere Informationen hierzu erhalten möchten, melden Sie sich gerne bei uns, dem IFT-Nord. Die von uns angebotenen Schulungen für Fachkräfte sind kostenfrei.

Sie möchten mehr erfahren?
Dann besuchen Sie unsere Website:

WWW.EIGENSTAENDIG-WERDEN.DE

bietet Ihnen weitere Informationen zum Programm, Einblicke in den Unterricht u. v. m.

IFT-NORD
Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung

IFT-Nord gGmbH
Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung
Simone Leuckfeld, Dipl.-Päd.
Harmsstraße 2, 24114 Kiel

Tel: (0431) 570 29 60
Fax: (0431) 570 29 29

eigenstaendig-werden@ift-nord.de
www.eigenstaendig-werden.de

„Eigenständig werden“ wird gefördert durch:

Deutsche Krebshilfe
HELFEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

BZgA Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit

Gestaltung
MAGENT GmbH
Agentur für
Unternehmenskommunikation

WWW.EIGENSTAENDIG-WERDEN.DE

EIGENSTÄNDIG WERDEN

Ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung

Für die Klassenstufen
1–4
5+6

Eigenständig werden

EIGENSTÄNDIG WERDEN ist ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung bei Kindern für die Klassenstufen 1 bis 4 sowie 5 und 6. Mithilfe von **EIGENSTÄNDIG WERDEN** erwerben die Schüler*innen wichtige Gesundheits- und Lebenskompetenzen, die ihnen helfen, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln – körperlich, seelisch und sozial.

Das Programm beruht auf dem von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlenen Ansatz der Förderung der Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen. Lebenskompetenzen, die die Kinder brauchen, um den vielfältigen Herausforderungen des Lebens gestärkt entgegenzutreten.

Lebenskompetenzprogramme haben sich als ein besonders erfolgreicher Ansatz für die Gesundheitsförderung und Präventionsarbeit an Schulen erwiesen.

Die Kinder lernen
- → sich selbst und die anderen besser kennen;
- → angemessen zu kommunizieren und ihre eigenen Bedürfnisse auszudrücken;
- → den konstruktiven Umgang mit unangenehmen Gefühlen und Stress;
- → das Lösen von Konflikten und Problemen;
- → was sie selbst tun können, um ihre Gesundheit zu fördern.

EIGENSTÄNDIG WERDEN
- → ist ein *evaluiertes* Präventionsprogramm,
- → wurde aufgenommen in die „Grüne Liste Prävention“, eine Datenbank *empfehlenswerter* Präventionsprogramme,
- → bietet ein komplett ausgearbeitetes Unterrichtsmanual, das *kostenfrei* an die Schulen abgegeben wird.

EIGENSTÄNDIG WERDEN 1–4

EIGENSTÄNDIG WERDEN 1–4 begleitet die Kinder durch die gesamte Grundschulzeit. Mit vielfältigen Methoden erlangen die Kinder Wissen über ihren Körper, über Gefühle, Bewegung, Entspannung und Kommunikation. Sie erweitern kontinuierlich ihre Kompetenzen, wie sie dieses Wissen im Alltag umsetzen können.

Als Methoden zum Einsatz kommen:

- → Rollenspiele,
- → Kleingruppenarbeit,
- → Gesprächskreise,
- → Entspannungsübungen,
- → Bewegungsspiele,
- → Lieder und
- → Experimente.

Das Programm für den Grundschulbereich bietet:

- → Sieben Unterrichtseinheiten pro Schuljahr
- → Unterrichtseinheiten für 45–90 Minuten konzipiert und ausformuliert
- → Identifikationsfigur „Jolli“ als Handpuppe bestellbar
- → Ideen für den fächerübergreifenden Unterricht
- → Möglichkeiten zur Differenzierung
- → Website mit Informationsmaterialien, Arbeitsblättern, weiteren Unterrichtsvorschlägen, Good Practice Erfahrungen

Die Handpuppe Jolli wurde von Charlotte Ehrt (www.ehrtweibchen.de) entwickelt.

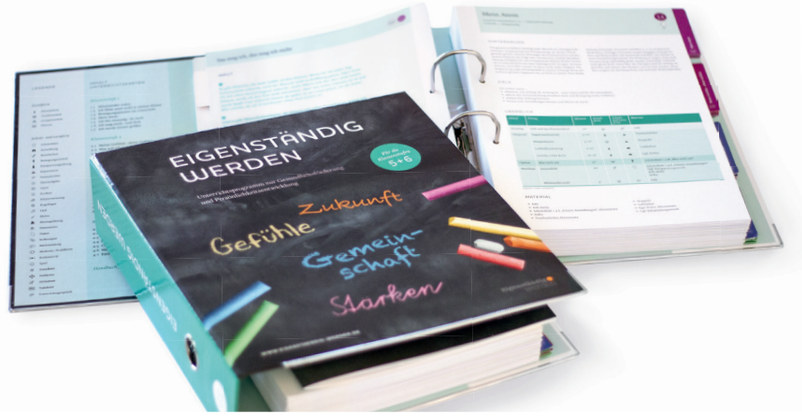
Titelfoto „Jolli“ von Matthias Behne.

EIGENSTÄNDIG WERDEN 5+6

Mit **EIGENSTÄNDIG WERDEN 5+6** steht für die Klassenstufen 5 und 6 ein Unterrichtsprogramm zur Verfügung, das die Kinder und Jugendlichen auf dem Weg zu starken Persönlichkeiten unterstützt und nachhaltig fördert.

Als Methoden zum Einsatz kommen:

- → Kooperationsspiele,
- → Interaktionsübungen,
- → Kleingruppenarbeit,
- → u. v. m.

Das Programm für die Klassenstufen 5 und 6 bietet:

- → Acht Unterrichtseinheiten pro Schuljahr
- → Unterrichtseinheiten für 45–90 Minuten
- → Berücksichtigung der Phase des Übergangs in die Sekundarstufe I
- → Persönlichkeitsförderung, Gruppenentwicklung und spezifische Suchtprävention als Schwerpunkte
- → Elternbriefe, die über die Stundeninhalte informieren
- → Website mit Informationsmaterialien, Arbeitsblättern, weiteren Unterrichtsvorschlägen, Good Practice Erfahrungen