

# Lions Club macht Schüler selbstbewusst

Vom Projekt „Klasse2000“ profitieren allein an der Münchhausenschule 300 Jungen und Mädchen / Entspannung gehört dazu

**HAINHAUSEN** ■ Stark, gesund und selbstbewusst – so sollen Kinder sein. Dazu trägt das Projekt „Klasse2000“ bei. Die deutschen Lions Clubs unterstützen dieses bundesweit größte Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltvorbeugung in der Grundschule schon seit dessen Start vor 26 Jahren. Vom Engagement des Lions Clubs Rodgau-Rödermark profitieren an der Münchhausenschule derzeit 300 Kinder in zwölf Klassen.

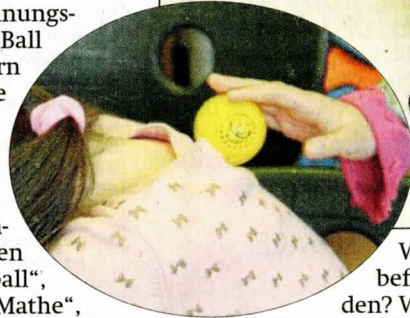
Sachkundeunterricht, Klasse 2c: Im Saal ist es muckmäuschenstill. Nur leise Musik vom Band spielt dezent im Hintergrund. Eine Schülerin verschafft ihrer Tischnachbarin mit einer Rückenmassage Entspannung. Dazu macht sie mit einem gelben Gummiball auf Schulter und Rücken ihrer Mitschülerin kreisende Bewegungen. Auch Sachkundelehrerin Stefanie Koch rollt fleißig mit.

Das soll Unterricht sein? Durchaus. Denn Entspannung und Körperwahrnehmung gehören ebenso zum „Klasse2000“-Programm wie die harten Themen. Zum Beispiel Sucht- und Gewaltprävention. Dank finanziellen Engagements des Lions Clubs

Rodgau-Rödermark und anderer Sponsoren ist das Projekt „Klasse2000“ an der Hainhäuser Grundschule fester Bestandteil des Schulalltags. Zwölf Klassen der Jahrgänge 2, 3 4 profitieren von diesen besonderen Stunden, die sich über das ganze Schuljahr verteilen. In Klasse 2c stand zuletzt Entspannung auf dem Programm. Lions-Präsident Norbert Wolf und der unter anderem für Schulen zuständige Clubbeauftragte Willi Burg erlebten live einen „Klasse2000“-Tag.

Gesundheitstrainerin Katrin Lehmann arbeitete vor der Entspannungsübung mit dem Ball mit den Kindern heraus, was sie anstrengt und was sie entspannt. Auf Kärtchen schrieben sie anstrengende Tätigkeiten wie „Handball“, „Schule“, „Mathe“, „Sport“. Auf den Entspannungskärtchen stand „schlafen“, „kuscheln“, „chillen“ und „in sich gehen“.

Dazu gab es Informationen darüber, wie der Körper funktioniert. Welche Rolle spielen Ernährung und Stress für das



Wohlbefinden? Was gehört in die Frühstücksbox? Wie passe ich auf meinen Körper auf und warum ist es wichtig, auf ihn aufzupassen? Das waren Fragen, die die Bedeutung des Wechselspiels aus Anspannung und Entspannung für

Entspannungsübung mit gelben Bällchen. Auch Sachkundelehrerin Stefanie Koch (rechts) rollt fleißig mit. ■ Fotos: Pelka

den menschlichen Körper erhalten sollten.

Wie erlebt das Kollegium das „Klasse2000“-Programm? Ist es an der Münchhausenschule erfolgreich? Als Antwort auf diese Fragen fallen Pädagogin Hege Ries und

Konrektorin Friedrun Trautmann schöne Beispiele ein: „Wir haben Schulabgänger einmal gefragt, an was sie sich aus ihrer Zeit bei uns erinnern. Viele erzählen dann vom „Klasse2000“-Projekt und raten, es unbedingt auch

den neuen Erstklässlern zukommen zu lassen. Kinder aus dem Projekt fordern auch Verhaltensweisen ein, die sie gelernt haben, und erinnern andere Schüler daran. Zum Beispiel beim Streitschlichten. Oder auch dass Respekt voreinander notwendig ist.“ Beide Pädagoginnen loben den Mitmachcharakter des Programms. „Die Kinder lernen die Zusammenhänge kennen und forschen viel.“

„Klasse2000“ ist das bundesweit größte Programm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltprävention für Kinder im Grundschulalter. Es begleitet die Klassen eins bis vier und fördert Gesundheits- und Lebenskompetenzen ebenso wie eine positive Einstellung zur Gesundheit. Auch der gesellschaftlichen Debatte um Inklusion wird das Projekt mit speziellem Unterrichtsmaterial gerecht.

Das Programm wird laufend wissenschaftlich überprüft und aktualisiert. Den Löwenanteil an der Verbreitung und Entwicklung von „Klasse2000“ tragen die deutschen Lions Clubs. Inzwischen fördern bundesweit 650 Clubs aus allen Lions-Distrikten das Programm. ■ bp