

Thema:

**Ich-Stärkung –
ein Beitrag zur Suchtprävention**

Materialien für die **Grundschule**

von

Eva Somrei
Sabine Schindler-Marlow

2. erweiterte und überarbeitete Auflage, 2012

Herausgegeben von der
Ärztammer Nordrhein, Düsseldorf
AOK Rheinland/Hamburg, Düsseldorf

Inhalt

1. Was, Warum und Wie? – Theoretische Überlegungen zur Suchtprävention in der Grundschule	Seite 2
1.1 Aufbau der Arbeitsmappe und Zielvorstellungen	Seite 2
1.2 Hintergrundinformationen	Seite 3
1.3 Suchtprävention als Teil der Gesundheitsförderung	Seite 5
1.4 Möglichkeiten und Grenzen der Suchtprävention in der Primarstufe	Seite 5
2. Anregungen für die praktische Umsetzung im Schulalltag	Seite 7
2.1. Überblick über die Vorschläge in ihrem konzeptionellen Zusammenhang der Suchtprävention	Seite 8
2.2 Zielbereiche: Ich-Stärkung in sozialer Kompetenz, Verlässlichkeit und Lernatmosphäre	Seite 9
2.2.1 Tagesplan	Seite 11
2.2.2 Das kreative Klassenbuch	Seite 11
2.2.3 Wunschstunde/Spielstunde	Seite 12
2.2.4 Spielideen für die Wunschstunde	Seite 12
2.2.5 Offener Unterrichtsbeginn	Seite 13
2.3 Zielbereiche: Stärkung der Ich-Identität und des Selbstvertrauens	Seite 14
2.3.1 Praxisvorschläge: Loben im Unterricht	Seite 14
2.3.2 Praxisvorschläge: Bewährungsproben oder Fortschritte machen	Seite 14
2.3.3 Projektwoche: Ich traue mir was zu	Seite 17
2.4 Zielbereiche: Körper-, Selbst- und Fremdwahrnehmung	Seite 19
2.4.1 Konfliktlösung und Streitschlichtung – ein Unterrichtsvorschlag	Seite 19
2.4.2 Spiele zur Förderung von Wahrnehmungs- und Kommunikationsfähigkeit, Sozialem Lernen	Seite 25
2.5 Zielbereiche: Abenteuer, Kreativität, Aktivität, Fantasie, Erlebnisfähigkeit	Seite 27
2.5.1 Mini-Projekt für den Offenen-Ganztag: Abenteuertag	Seite 28
2.5.2 Miniprojekt: Ausbildung zum Bergführer	Seite 42
2.5.3 Unterrichtsvorhaben im Kunst- und Werkunterricht	Seite 49
2.6 Zielbereich: Förderung von Medienkompetenz	Seite 51
2.6.1 Praxisvorschläge: Freizeitverhalten bewusst machen	Seite 54
2.6.2 Praxisvorschläge: Elternarbeit	Seite 56

Im nachstehenden Text wird die Berufsbezeichnung „Arzt“ / „Ärzte“ einheitlich und neutral für Ärztinnen und Ärzte, die Berufsbezeichnung „Lehrer“ einheitlich und neutral für Lehrerinnen und Lehrer verwendet.

3. Materialteil	Seite 59
3.1. Übersicht über Arbeitsblätter	Seite 60
3.2. Arbeitsblätter	Seite 61
4. Literatur	Seite 84
5. Kontaktadressen und Links	Seite 86

2.1 Überblick über die Vorschläge in ihrem konzeptionellen Zusammenhang der Suchtprävention

2.2 Zielbereiche: Ich-Stärkung in sozialer Kompetenz Verlässlichkeit und Lernatmosphäre

2.2.1	Tagesplan	Seite 11
2.2.2	Das kreative Klassenbuch	Seite 11
2.2.3	Wunschstunde/Spielstunde	Seite 12
2.2.4	Spielideen für die Wunschstunde	Seite 12
2.2.5	Offener Unterrichtsbeginn	Seite 13

2.3 Zielbereiche: Stärkung der Ich-Identität und des Selbstvertrauens

2.3.1	Praxisvorschläge: Loben im Unterricht	Seite 14
2.3.2	Praxisvorschläge: Bewährungsproben oder Fortschritte machen	Seite 14
2.3.3	Projektwoche: Ich traue mir was zu	Seite 17

2.4 Zielbereiche: Körper-, Selbst- und Fremdwahrnehmung

2.4.1	Konfliktlösung und Streitschlichtung – ein Unterrichtsvorschlag	Seite 19
2.4.2	Spiele zur Förderung von Wahrnehmungs- und Kommunikationsfähigkeit, Sozialem Lernen	Seite 25

2.5 Zielbereiche: Abenteuer, Kreativität, Aktivität, Fantasie, Erlebnis- und Genussfähigkeit

2.5.1	Mini-Projekt für den Offenen-Ganztage: Abenteuerstag	Seite 28
2.5.2	Mini-Projekt: Ausbildung zum Bergführer	Seite 42
2.5.3	Unterrichtsvorhaben im Kunst- und Werkunterricht	Seite 49

2.6 Zielbereich: Förderung von Medienkompetenz

2.6.1	Praxisvorschläge: Freizeitverhalten bewusst machen	Seite 54
2.6.2	Praxisvorschläge: Elternarbeit	Seite 56