

**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

<b>1. Was, Warum und Wie? – Theoretische Überlegungen zur Suchtprävention in der Grundschule</b>	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
<b>2. Anregungen für die praktische Umsetzung im Schulalltag</b>	Seite 7
<b>2.1. Überblick über die Vorschläge in ihrem konzeptionellen Zusammenhang der Suchtprävention</b>	Seite 8
<b>2.2 Zielbereiche: Ich-Stärkung in sozialer Kompetenz, Verlässlichkeit und Lernatmosphäre</b>	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
<b>2.3 Zielbereiche: Stärkung der Ich-Identität und des Selbstvertrauens</b>	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
<b>2.4 Zielbereiche: Körper-, Selbst- und Fremdwahrnehmung</b>	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
<b>2.5 Zielbereiche: Abenteuer, Kreativität, Aktivität, Fantasie, Erlebnisfähigkeit</b>	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
<b>2.6 Zielbereich: Förderung von Medienkompetenz</b>	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.

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