

# Nachhaltige schulische Präventionsarbeit in Zusammenarbeit mit außerschulischen Kooperationspartnern

## Präventionskonzept Sekundarstufe I: achtsamer Umgang mit dem Leben

Jahrgang	5	6	7	8	9	10
<b>Jahrgangsthema</b>	<b>Achtsamkeit im Umgang mit Mitmensch und Natur</b>	<b>Achtsamkeit im Umgang mit Freizeit</b>	<b>Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst und dem sozialen Umfeld</b>	<b>Achtsamkeit in Gruppen</b>	<b>Achtsamkeit im Umgang mit dem eigenen Körper</b>	<b>Achtsamkeit im Umgang mit gesellschaftlichen Entwicklungen</b>
<b>verbindliche Inhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sozialverhalten</li> <li>• Mobbing / Körperverletzung</li> <li>• Klassenklima</li> <li>• Schulklima</li> <li>• Medien</li> <li>• Konzentrationsfähigkeit</li> </ul> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>Entwicklung einer <i>corporate identity</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Medien</li> <li>• Freizeitsport</li> <li>• Lesen macht Spaß</li> <li>• Konsum</li> <li>• Aktivitäten von Kinder- und Jugendgruppen</li> </ul> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>Entwicklung zum <i>critical consumer</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sucht (Alkoholmissbrauch; Rauchen)</li> <li>• Umgang mit Konflikten und Gruppendruck</li> </ul> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>Entwicklung von <i>Ich-Stärke</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mobbing</li> <li>• Sucht (Zivilcourage)</li> <li>• soziale Netzwerke und Internet</li> </ul> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>Entwicklung von <i>gegenseitiger Wertschätzung</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gesunde Ernährung</li> <li>• Essstörungen</li> <li>• Aids</li> <li>• Sucht (Cannabis)</li> <li>• Gefühle und Stressbewältigung</li> <li>• Selbstwertgefühl</li> <li>• Grundbedürfnisse und Grundrechte</li> </ul> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>Entwicklung eines <i>gesunden Körpergefühls</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Extremismus</li> <li>• Weltanschauungen</li> <li>• Demokratie stärken</li> <li>• Menschenrechte achten</li> <li>• Schule ohne Rassismus – Schule mit Courage (Projekt)</li> </ul> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>Entwicklung von <i>Zivilcourage</i></p>
<b>Unterrichtseinheiten in verschiedenen Fächern</b>						
Verankerung im Schulcurriculum						
<b>Umsetzungsmaßnahmen, Projekte</b>						
<b>1. Schule</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AG: Spiele und Bewegung</li> <li>• Bauernhofbesuch</li> <li>• Büchereibesuch</li> <li>• Gesunde Ernährung</li> <li>• Brain Gym</li> <li>• Spielenachmittage</li> <li>• Verfügungs-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• AG: z.B. Sport, Kunst, Musik, Theater, Roboter</li> <li>• Bücherkoffer</li> <li>• Lions-Quest-Projekte</li> <li>• Lesewettbewerb</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• theaterpädagogische Werkstatt (TPW) <i>Natürlich bin ich stark</i></li> <li>• Wettbewerbe (<i>Be smart – don't start</i>)</li> <li>• Expertenbefragung</li> <li>• Lions-Quest-Projekte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Keine Kurzen für die Kurzen</i></li> <li>• Lions-Quest-Projekte</li> <li>• Medienprävention</li> <li>• Ausbildung der Mediencoaches</li> <li>• Ausbildung der Schülerpaten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hein-Knack-Theater <i>Gefühlsecht</i></li> <li>• Präventionsseminar Suchtmittel mit dem Schwerpunkt Cannabis</li> <li>• Welt-Aids-Tag</li> <li>• Lions-Quest-Projekte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Veranstaltung zum 9. November</li> <li>• Zeitzeugen</li> <li>• Lions-Quest-Projekte</li> <li>• SV-Projekte</li> <li>• Schutzengelprojekt</li> <li>• Ausbildung der Streitschlichter</li> </ul>

	stunden: LQ • Lions-Quest-Projekte • Schullandheim • „No blame approach“				• Ausbildung der Streitschlichter	
<b>2. Schüler</b>	• Paten • Schnuppertag • Klassen-T-Shirts • Klassenflagge • Klassenmotto	• Bücherbasar • Unterstufendisco	• Infostände/ Plakate zu <i>Be smart – don't start</i>	• Mediencoaches • Ausbildung der Schülerpaten	• gesundes Frühstück • Welt-Aids-Tag • Schülerpaten • SV (Verteilen von roten Schleifen) • Streitschlichter	• Schülerpaten • SV • Streitschlichter
<b>3. Eltern</b>	themenspezifische Informationsveranstaltungen; Elternabende im Jahrgangs- oder Klassenverband					
<b>mögliche Projektpartner</b>	• Pfarrbücherei • JFZ am Dümmer • Sportvereine • Jugendtreff • Hauptschule • IKL Damme • Caritas	• Pfarrbücherei • KMS • Sportvereine • Jugendorganisationen (Vereine, Verbände) • Polizei • Gesundheitsamt	• TPW Osnabrück • IFT Nord (Institut für Therapie und Gesundheitsforsch.) • Polizei • Jugendamt • Präventionsrat • Clemens-August Klinik	• Polizei • Jugendamt • Stellwerk Zukunft Vechta	• Hein-Knack-Theater • Suchtberatungsstelle • Polizei • Gesundheitsamt • Clemens-August Klinik • Missio • Präventionsrat	• Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit • Stadt und Kirchengemeinden/Jugendverbände • Amnesty International • Parteien • BdkJ
<b>ständige, jahrgangsübergreifende Kooperationspartner</b>	<b>Polizei, Jugendamt, Stellwerk Zukunft, Caritas, NABU, Clemens-August-Klinik, Förster, regionale Handwerker Präventionsrat der Stadt Damme</b>					
<b>Anbindung an LQ Inhalte</b>	<b>1.01 -1.03</b> Kennenlernen <b>1.04 -1.06</b> Klassenregeln <b>1.07</b> Fertigmacher	<b>4.01 – 4.04</b> Freundschaft <b>5.02</b> Umgang mit Ärger <b>5.03</b> Ich hab was	<b>4.05 - 4.08</b> Familienleben <b>5.09</b> Kommunikation mit den Menschen zu	<b>3.09</b> Was ist Gewalt? <b>3.10</b> Die goldene Regel - auch im Netz <b>4.09</b> Von Sorgen	<b>3.07</b> Drei Fragen bei Ärger und verletzten Gefühlen <b>3.08</b> Bei Stress einen	<b>6.01</b> Werte beeinflussen meine Entscheidungen <b>6.06</b> Wünsche und

<p>und Aufbauer <b>2.01</b> Der Hocker des Selbstvertrauens <b>2.02</b> Fähigkeiten fördern Selbstvertrauen <b>2.03</b> Erfolge mit anderen teilen <b>2.04</b> Hör mir bitte zu! <b>2.05</b> Hilfen für gutes Zuhören <b>2.06</b> Ich finde dich klasse! <b>2.07</b> Verantwortung übernehmen <b>2.09</b> Verantwortungsvolles Verhalten <b>2.12</b> Entscheidungen und Verantwortung</p>	<p>falsch gemacht – und nun? <b>5.04</b> Mit Gruppendruck gut umgehen <b>5.06</b> Konflikte lösen ohne Streit <b>5.07</b> Ärgern, belästigen, schikanieren <b>5.08</b> Wenn alle gegen mich sind - Mobbing</p>	<p>Hause <b>5.10</b> Konflikte konstruktiv lösen <b>6.02</b> Sucht und Gefühle <b>6.03</b> Klären und klug entscheiden <b>6.04</b> Nein sagen – wichtig, aber nicht einfach</p>	<p>und vom Vorsorgen <b>1.2.3</b> Gut aufgehoben ohne Mobbing <b>3.1.1</b> Mein Traumhaus <b>4.3.1</b> Mobbing – was tun? <b>4.3.4</b> Konflikte verstehen lernen</p>	<p>kühlen Kopf behalten <b>6.02</b> Sucht und Gefühle <b>6.05</b> Der erstaunliche Balanceakt des Körpers <b>Kap. 2.1</b> Selbstvertrauen, Selbstmanagement und Verantwortungübernahme <b>3.2.2</b> Rechte als Garantie <b>3.2.4</b> Wer schützt meine Rechte? <b>5.2.1</b> Un-Demokratische Entscheidungen <b>5.2.2</b> Demokratisches Handeln <b>5.2.3</b> Demokratisches Entscheiden</p>	<p>Werte <b>6.07</b> Ein kleiner Blick in die Zukunft <b>6.08</b> Vorbilder <b>6.09</b> Was heißt „Erfolg“? <b>6.10</b> Fünf Schritte zum Ziel <b>3.4</b> Engagement für Menschenrechte <b>3.4.1</b> „Was kann ich tun?“ Amnesty International Briefmarathon (Deutsch) <b>4.3.2</b> Vorurteile-lästig oder wichtig? <b>4.3.3</b> Rassismus – welche Haltung habe ich?</p>
---	--	---	---	---	---

**Für alle Jahrgangsstufen:**

- **Energizer (E)**
- **Kooperations – Übungen (EW Kap. 1.08 – 1.15)**
- **Methoden (M)**

unterstrichene Einheiten stammen aus „Erwachsen handeln“

Anbindung an  
Fachcurricula: vgl. lila Markierungen in Fachcurricula