



### Gesundheit – was ist das?

**Zielgruppe:** Schüler/-innen ab der 6. Schulstufe

**Ziel:** Einstieg in das Thema Gesundheitskompetenz, Bewusstsein für Gesundheitsbegriff stärken

**Gruppengröße:** bis zu 24 Schüler/-innen

**Dauer:** ca. 1 Unterrichtseinheit

**Material:** Kopiervorlage „Regenbogen“ mit Piktogrammen

#### Beschreibung

- Diese Übung kann genutzt werden, als Einstieg in das Thema Gesundheit/Gesundheitskompetenz.
- In Kleingruppen sollen die Schüler/-innen darüber diskutieren, was für sie Gesundheit ist und welche Faktoren die eigene Gesundheit beeinflussen.
- Die Regenbogen Kopiervorlage kann dafür genutzt werden, um den Kleingruppen eine Orientierung zu geben, was alles zur eigenen Gesundheit gehört und von welchen Faktoren sie beeinflusst wird.
- Als Abschluss kann jede Gruppe kurz präsentieren, welche Themen in den jeweiligen Gruppen diskutiert wurden und was für sie Gesundheit bedeutet.
- Die Kopiervorlage kann in der Klasse aufgehängt werden, damit das Thema für die Jugendlichen sichtbar bleibt.