

Ideen und Materialien

Lebensphasen



1. Familienplanung /Schwangerschaft
2. **Kinder**
3. Männer- und Frauen-Gesundheit
4. Alter und Pflege
5. Lebensereignisse

Kindheit und Jugend

A) Allgemeines

Potenzielle An- und Herausforderungen: Jede Entwicklungsphase des Kindes bringt Veränderungen mit sich (körperlich, psychisch, sozial). Um einem Kind eine optimale Entwicklung zu ermöglichen und es zu stärken, kritische Situationen im Leben zu meistern, ist es wichtig, Ressourcen aufzubauen und Life Skills zu stärken. Insbesondere der Umzug in ein anderes Land bringt neue Chancen, aber auch neue Herausforderungen mit sich, u. a. die Auseinandersetzung mit anderen Verhaltensweisen und Rollenveränderungen innerhalb der Familie, wenn die Kinder bspw. aufgrund ihrer besseren Deutschkenntnisse für ihre Eltern übersetzen. Die Familie von zugewanderten Kindern kann dadurch sowohl ein Ort des Rückzugs, des Schutzes und der Unterstützung sein, aber auch selbst zu Konflikten führen. Dozierende können TN in ihrer Elternrolle unterstützen, indem sie mit den TN über Entwicklungsverläufe und –veränderungen und übliche Verhaltensweisen im Zielland (z. B. das Mitbringen von Pausenbrot in die Schule) sprechen und wie die TN ihre Kinder im Allgemeinen unterstützen können.

Ziele: Die TN wissen, was Kinder für eine gesunde Entwicklung benötigen (Zuwendung, gesunde Ernährung, Bewegung, Spiel, Möglichkeiten, sich auszuprobieren ...). Sie können häufige Krankheiten und Symptome bei Kindern beschreiben und wissen, welche Funktion der Besuch beim Kinderarzt hat und dass insbesondere die Pubertät für zugewanderte Jugendliche eine besonders schwierige Zeit sein kann. Die TN kennen Anlaufstellen, an die sie sich im Notfall oder bei Bedarf wenden können.

Themen	Handlungssituationen
- (gesunde) Entwicklung	- TN sprechen im Alltag mit ihren Kindern über die Gesundheit.
- Pubertät,	- TN tauschen sich mit Bekannten über die Entwicklung ihrer Kinder aus.
- Ernährung, Bewegung	- TN sprechen mit dem/r Kinderarzt/Ärztin über die Gesundheit und Krankheit ihrer Kinder und stellen ihm wichtige Fragen.
- Kinderkrankheiten	- TN sprechen mit Freunden über Veränderungen in der Pubertät.
- Kinderarzt	- TN informieren sich online und in den Gelben Seiten über Notfalladressen und Anlaufstellen.
	- TN reden mit anderen Eltern der Klasse ihrer Kinder über das gesunde Pausenbrot.
	- TN kochen gemeinsam mit der Familie.
	- TN sprechen mit dem Arzt über Krankheitsgeschichten der Familie.
	- ...

B) Ideen für die Unterrichtsgestaltung

Allgemein

- **Was tut Kindern gut?** (Kartenarbeit). **Ziele:** TN können darüber sprechen, was Kinder (nicht) gut tut. **Durchführung:** TN tauschen sich über Kinder und Alltag aus. Sie erhalten Begriffe, die sie einordnen unter guttun/nicht guttun. TN können von eigene Erfahrungen sprechen. (BAG, 2.2.6)
- **Wichtigste Informationen** (Karte). **Ziele:** TN kennen die wichtigsten Informationen der Unterrichtseinheit. **Durchführung:** KL händigt die zusammenfassende Karten aus, wiederholt die wichtigsten Aussagen des Kapitels und ergänzen in der Kursgruppe. (BAG, 2.2.7)

Ernährung Kinder

(i) Einstieg

- **Ess- und Trink-Vorlieben von Kindern** (kurzer Text, notieren). **Ziele:** TN können mitteilen, welche Ess- und Trinkpräferenzen ihr Kind hat. **Durchführung:** TN lesen einen kurzen Informationstext zur Ernährung von Kleinkindern und werden gebeten aufzuschreiben, was ihr Kind gerne isst/trinkt. (AOK, S. 40, Nr. 1)

(ii) Erarbeiten

- **Gesundes Pausenbrot** (Brainstorming). **Ziele:** TN benennen, was in ihren Augen ein gesundes Pausenbrot ist. **Durchführung:** in Partnerarbeit tauschen sich die TN darüber aus, was sie unter einem „gesundem Pausenbrot“ verstehen und notieren Stichworte. (AOK, S. 41, Nr. 2)
- **Verbesserung des Ess- und Trinkverhaltens** (Broschüren-Text, Satzteile). **Ziele:** TN wissen, wie sie das Ess- und Trinkverhalten ihrer Kinder verbessern können. **Durchführung:** TN lesen einen Ausschnitt einer Broschüre mit 8 Tipps und testen ihr Verständnis durch das Verbinden von Satzanfängen mit Satzenden. (AOK, S. 42, Nr. 3)
- **Gesunde Frühstücks-/Snack-Ideen** (Rezepte). **Ziele:** TN kennen gesunde Snack- und Frühstücksideen. **Durchführung:** TN lesen zwei Rezepte für gesunde Mahlzeiten, eines für Snack, eines für Frühstück. (AOK, S. 42, Nr. 4)
- **Was essen und trinken Kinder gerne, was nicht so gerne?** (Zettel, Tafel, Klebepunkte) Kleingruppen, Plenum: **Ziele:** TN können gesunde und weniger gesunde Lebensmittel benennen. **Durchführung:** TN schreiben Essen von Kindern auf Zetteln, an der Tafel ordnen sie diese, mithilfe von Klebepunkte bewerten sie, was gesund/nicht gesund ist und besprechen das in der Gruppe. (BAG, 2.2.1)
- **Body-Mass-Index des Kindes** (Kurzporträts/Arbeitsblatt). **Ziele:** TN können bestimmen, ob das Gewicht ihres Kindes im Normalbereich ist. **Durchführung:** Ist mein Kind zu dick oder zu dünn? (Porträts von verschiedenen Kindern mit den TN durchsprechen und das anhand der Body-Mass-Index-Tabelle bewerten. (BAG, 2.2.5)

(iii) Vertiefen (z. B. partizipative Projekte)

- **Pausenbrot/Znüni** (Darstellung von Pausenbrot) Kleingruppen, Plenum: Der Znüni **Ziele:** TN können ein gesundes Pausenbrot beschreiben. **Durchführung:** Jede/r TN stellt für das eigene Kind ein Pausenbrot/Znüni zusammen, stellt es vor, Gruppe diskutiert darüber, ob es sehr (un)gesund und beliebt ist. (BAG, 2.2.2)
- **Pausenkiosk** (Arbeit mit www.conTAKT-menu.ch). **Ziele:** TN kennen gesunde Lebensmittel/Pausenbrot im Pausenkiosk. **Durchführung:** TN arbeiten mit den Materialien der Internetadresse (auch Text zum Hören und Lesen). (BAG, 2.2.3)
- **Gesunde/ungesunde Produkte** (Einteilung farbige Blätter). **Ziele:** TN können Lebensmittel als gesund/ungesund bewerten. **Durchführung:** KL teilt den TN drei farbige Produkte aus (grün, gelb, rot) und TN schreiben Produkte darauf, die als gesund, ungesund oder ok, aber nicht oft zu bewerten sind. Im Plenum sprechen sie darüber. (BAG, 2.2.4)

(iv) Sichern

- (Ihre Ideen entsprechend den Ressourcen und Bedarfen der TN.)

Kinderkrankheiten

(i) Einstieg

- **Kinderkrankheiten** (Diskussionsfrage). **Ziele:** TN können über Kinderkrankheiten in ihrer Kindheit oder ihrer Kinder sprechen. **Durchführung:** TN werden angeregt, über folgende Frage nachzudenken und Punkt zu notieren. „Welche Kinderkrankheiten kennen Sie?“ (AOK, S. 45, Nr. 8)
- **Begriffe Kinderkrankheiten in verschiedenen Sprachen** (Tabelle). **Ziele:** TN kennen die Namen für Kinderkrankheiten in verschiedenen Sprachen (Deutsch und ihre L1). **Durchführung:** TN werden gebeten, von 7 Kinderkrankheiten die Bezeichnung in ihrer Muttersprache aufzuschreiben. (Windpocken, Röteln, Kinderlähmung, Tetanus, Scharlach, Masern, Keuchhusten). (AOK, S. 45, Nr. 9)

(ii) Erarbeiten

- **Vorsorgeuntersuchung Kinder** (Untersuchungsheft für Kinder/ Tabelle/Reflexionsfragen). **Ziele:** TN kennen Vorsorge-Untersuchungen für Kinder und deren Zeitpunkt und können über deren Wichtigkeit kommunizieren. **Durchführung:** TN betrachten eine Tabelle der Zeitpunkte der Vorsorgeuntersuchungen und werden gebeten, darüber zu sprechen und aufzuschreiben, warum Vorsorgeuntersuchungen wichtig sind. (AOK, S. 46, Nr. 10)
- **Impfen Kinder** (Impfkalender). **Ziele:** TN kennen Schutzimpfungen und Zeitpunkte der Impfung. **Durchführung:** TN betrachten eine Tabelle zu Schutzimpfungen und erhalten den Tipp, mit ihrem Arzt darüber zu sprechen und im Impfpass ihrer Kinder deren Impfstatus zu überprüfen. (AOK, S. 47, Nr. 11)
- **Zahnpflege von Kindern** (Diskussionsfrage). **Ziele:** TN können über Tipps für die Zahnpflege sprechen. **Durchführung:** TN werden gebeten, schriftlich die Frage „Welche Tipps können Sie ihren Kindern geben?“ zu beantworten (AOK, S. 43, Nr. 5) und lesen eine Tabelle zu Tipps und vergleichen ihre Tipps mit den vorgeschlagenen Tipps. (AOK, S. 43, Nr. 6)
- **Fluoride** (Broschüren-Text). **Ziele:** TN kennen die Funktion von Fluoriden. **Durchführung:** TN lesen einen Text über Fluoride und schreiben auf, wo es Fluoride gibt und wozu man sie braucht. (AOK, S. 44, Nr. 7)
- **Gründe für Krankheiten von Kindern** (Unterrichtsgespräch). **Ziele:** TN können darüber sprechen, warum ein Kind krank wird. **Durchführung:** TN tauschen sich im Brainstorming über die Frage aus: Warum werden Kinder krank? Und Antworten werden notiert. (BAG, 2.3.1)
- **Aufgaben des Kinderarztes** (Karten/Unterrichtsgespräch). **Ziele:** TN können die Aufgaben von Kinderärzten benennen. **Durchführung:** TN erhalten Karten mit Wörtern und ordnen diese danach, ob der Kinderarzt diese Aufgabe durchführt oder nicht. Im Gespräch klären die TN Fragen und tauschen sich über Erfahrungen auf, dient der Erweiterung des Vokabulars. (BAG, 2.3.2)
- **Wann zum Arzt?** (Situationen). **Ziele:** TN können beurteilen, ob sie in bestimmten Situationen zum Arzt gehen soll. **Durchführung:** TN erhalten Sätze zu Situationen und besprechen diese in der Kleingruppe, im Plenum werten sie die Ergebnisse aus. TN können eigene ähnliche Erlebnisse schildern. (BAG, 2.3.3)
- **Krankmeldung** (Brief ordnen). **Ziele:** TN wissen, wie eine Krankmeldung für das Kind aufgebaut ist. **Durchführung:** In Kleingruppen erhalten die TN Satz-Streifen von zwei Krankmeldungen (formell, informeller) und ordnen diese. Anschließend schreiben sie eine eigene Krankmeldung für ihr Kind. (BAG, 2.3.4)

(iii) Vertiefen (z. B. partizipative Projekte)

- **Telefonnummern** (Gelbe Seiten). **Ziele:** TN können Telefonnummern für Spezialisten aus den Gelben Seiten herausfinden. **Durchführung:** TN werden gebeten, in Zeitungen, Wochenblatt etc. den Abschnitt ‚Ärztlicher Notfall‘ auszuschneiden, aufzukleben, alle Telefonnummern zu markieren und für ihren eigenen Ort die Telefonnummern verschiedener Spezialisten zu notieren. (AOK, S. 49, Nr. 13)
- **Kinderkrankheiten** (Arbeitsblatt Bild von Krankheiten). **Ziele:** TN können Kinderkrankheiten benennen. **Durchführung:** TN füllen ein Arbeitsblatt mit Bildern zu Kinderkrankheiten aus und benennen die Krankheiten/Symptome mit den Namen in deutscher und ihrer Erstsprache. (BAG, 2.3.5)

(iv) Sichern

- **Anwendung Vokabular Kindergesundheit** (Karten). **Ziele:** TN können Informationen zu Kindergesundheit geben. **Durchführung:** TN schreiben Worte aus der Lektion auf Karten auf und werden gebeten, eine Karte zu ziehen und einen Satz dazu zu bilden. (Dient der Zusammenfassung im Plenum. (AOK, S. 48, Nr. 12)
- **Wichtigste Informationen für Telefongespräch mit Arzt** (Karte). **Ziele:** TN kennen die wichtigsten Informationen der Unterrichtseinheit und den Aufbau des Telefonats mit dem Arzt. **Durchführung:** KL händigt Karte aus, gemeinsam besprechen sie die wichtigsten (Notfall)Telefonnummern und TN ergänzen die Adressen/Telefonnummern von regionalen Anbietern. (BAG, 2.4.6)

Jugendliche

(i) Einstieg

- **Was ist Pubertät** (Reflexion). **Ziele:** TN können benennen, was Pubertät ist. **Durchführung:** TN überlegen sich zur Vorbereitung zu Hause was Pubertät eigentlich ist (Alter, Veränderungen im Körper, im Kontakt mit anderen...) (BAG, 2.4.1)

(ii) Erarbeiten

- **Was ist Pubertät?** (Plakate). **Ziele:** TN können darüber sprechen, was Pubertät (nicht) ist. **Durchführung:** TN notieren ihre Überlegungen auf Zetteln und bringen diese auf einem Plakat mit den Überschriften ‚das ist Pubertät‘ und ‚das ist nicht Pubertät‘ an. (BAG, 2.4.2)
- **Wer kann helfen?** (Tafel/Gespräch) Plenum oder Gruppen: **Ziele:** TN können verschieden Umgangsweisen und Ansprechpartner für die Probleme in der Pubertät benennen. **Durchführung:** KL schreibt Probleme an die Tafel, TN diskutieren über mögliche Umgangsweisen damit und verschiedene Anlaufstationen für Jugendliche. Alternative: Erarbeitung der Umgangsweisen und Anlaufstellen in den Gruppen oder durch Zuhilfenahme des Internets. (BAG, 2.4.4)
- **Essgewohnheiten von Jugendlichen** (Test/Porträts). **Ziele:** TN können über Essgewohnheiten der Jugendlichen sprechen. **Durchführung:** Anhand von einem Test oder Porträts über Essgewohnheiten von Jugendlichen sprechen. (BAG, 2.3.5)

(iii) Vertiefen (z. B. partizipative Projekte)

- **Aktivitäten in der Pubertät an verschiedenen Orten** (Stationenarbeit). **Ziele:** TN können Aktivitäten in der Pubertät benennen. **Durchführung:** TN arbeiten in Gruppen an 4 Tischen und schreiben auf Plakate alle Aktivitäten, die ihnen zu einem bestimmten Ort einfallen (zu

Hause, Freizeit, in der Schule/Ausbildung, Freizeit). Nach einigen Minuten rotieren sie, KL liest die Liste an Aktivitäten vor, sie klären Verständnisfragen, ordnen die Listen den Orten zu. Abschließend kreisen die TN Begriffe ein, die für die Eltern problematisch sein könnten und sprechen über eigene Erfahrungen. (BAG, 2.4.3)

(iv) Sichern

- **Wichtigste Informationen** (Karte). **Ziele:** TN kennen die wichtigsten Informationen der Unterrichtseinheit. **Durchführung:** KL händigt Karte aus, TN ergänzen die Stationen der Anlaufstellen mit regionalen Adressen/Telefonnummern. (BAG, 2.4.6)

C) Materialien: Bilder, Videos, Fallgeschichten, Texte in einfacher Sprache

	<p>„Terminliste“</p> <ul style="list-style-type: none"> • Institution/Hrsg.: Kassenärztliche Bundesvereinigung • auf Deutsch
	<p>„Die einzelnen Untersuchungen im Überblick“</p> <ul style="list-style-type: none"> • Institution/Hrsg.: Kassenärztliche Bundesvereinigung • auf Deutsch, S. 76
	<p>„Sonnenschutz für Kinder Tipps“</p> <ul style="list-style-type: none"> • Institution/Hrsg.: Kindergesundheit.de • auf Deutsch
	<p>„10 Chancen für ihr Kind“</p> <ul style="list-style-type: none"> • Institution/Hrsg.: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung • in verschiedenen Sprachen, 6 S.
	<p>„Kurz. Knapp. Elterninfo“</p> <ul style="list-style-type: none"> • Institution/Hrsg.: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung • in verschiedenen Sprachen
	<p>„Kindergesundheitsportal“</p> <ul style="list-style-type: none"> • Institution/Hrsg.: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung • Arbeiten mit Flüchtlingsfamilien
	<p>„Eltern und Kind: Austausch im Miteinander“</p> <ul style="list-style-type: none"> • Institution/Hrsg.: kindergesundheit-info.de, BZgA • in verschiedenen Sprachen, Dauer: 2:42 min
	<p>„Sprechen lernen: Mit allen Sinnen wie von selbst“</p> <ul style="list-style-type: none"> • Institution/Hrsg.: kindergesundheit-info.de, BZgA • in verschiedenen Sprachen, Dauer: 3:31 min • auch weitere Filme ...

D) Vertiefende Informationen

Ausführliche Informationen zu vielerlei Themen zur Gesundheit und Krankheiten von Kindern und Jugendlichen finden Sie auf dem Portal der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung unter Kindergesundheit-info <https://www.kindergesundheit-info.de/>.

Weitere Ideen und Vorschläge?

Sehr gerne können Sie uns weitere Ideen, empfehlenswerte Materialien und Links zusenden. Wir überarbeiten und erweitern diese Ideensammlung regelmäßig und nehmen Ihre Ideen gerne auf. Schicken Sie uns einfach eine E-Mail mit Ihren Anregungen: Scura-Sprachkurs@ph-freiburg.de. Herzlichen Dank und viel Freude mit dieser Ideensammlung.

Bild: kostenfrei unter <https://unsplash.com/>