„Der Gesund mit Grips“-Parcours

- ganzheitliche Gesundheitsförderung -

1. Der Parcours

- Jugendrelevante Gesundheitsthemen -

Der Parcours wird in Kleingruppen durchlaufen

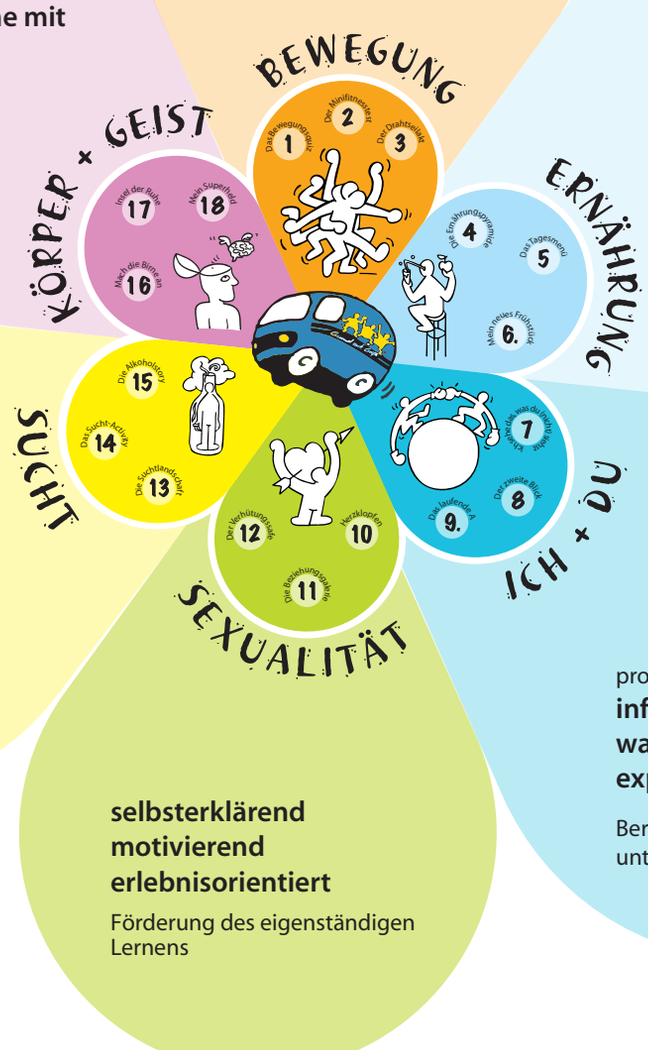
Gesamtzahl der Teilnehmer/innen: 60-75
Alter: 11-15 Jahren

Beitag zur inklusiven Schulkultur
Variationsmöglichkeiten der Stationen
Für Kinder und Jugendliche mit und ohne Handicap

Inklusive Ausrichtung

niedrigschwellig
spielerisch
aktionsorientiert

Aufschließen für positive Erlebnisse und Anknüpfen an die individuellen Resscourcen



aktive Auseinandersetzung
gemeinsame Erfahrungen
vielfältige Möglichkeiten

Aufbau von:
Handlungskompetenzen
Selbstvertrauen
Konfliktfähigkeit

pro Themenfeld 3 Stationen:
informieren
wahrnehmen
experimentieren

Berücksichtigung unterschiedlicher Lerntypen

selbsterklärend
motivierend
erlebnisorientiert

Förderung des eigenständigen Lernens

2. Fragebogen-Aktion

- Ihre Chance zur vertieften Weiterarbeit -

Zu folgenden Inhalten:

- Einschätzung des eigenen Gesundheitsverhaltens
- Wissensvermittlung oder -ergänzung
- Motivation zu weiteren Auseinandersetzung mit einzelnen Themeninhalten
- Mögliche Motivation zu Verhaltensänderung für die eigene Gesundheit

3. Nachhaltigkeit

- Die Projektmappe -

- Methoden zur direkten Umsetzung
- Vertiefung der Schwerpunkte des Parcours
- Unterstützt die Entwicklung eines Gesundheitsprogramms

www.jrk-westfalen.de