

**Belehrungskalender** (Bayern):

Gefährdung durch ansteckende Krankheiten, alternativ anstelle von: Gefährlichkeit der Tollwut

**Lehrplanbezug** (Grundschule Bayern)**Fächerübergreifende Bildungs- und Erziehungsaufgaben**  
Kapitel II A

Gesundheitsbewusstes Verhalten (...) setzt Wissen um die eigene Gesundheit sowie die Bereitschaft zu einer gesunden Lebensführung voraus. Für das Grundschulkind ist dabei das beständige Vorbild von Lehrern und Eltern von entscheidender Bedeutung. Gesundheitserziehung will bei den Kindern gesundheitsorientierte Einstellungen, Verhaltensweisen und auch grundlegende Handlungskompetenzen aufbauen. (...)

**Heimat- und Sachunterricht**

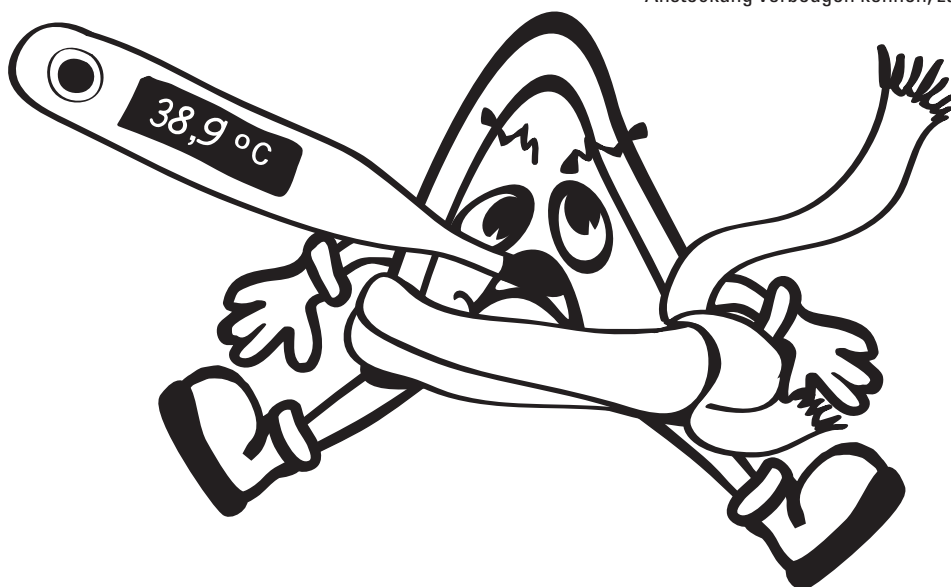
2.2.2 Meine Person - Die Verantwortung für sich selbst erkennen und wahrnehmen (...) sich pflegen (...) auf sich Acht geben

2.2.3 Ernährung - Regeln für eine ausgewogene Ernährung aufstellen

2.7.1 Wasser und Leben - Die Bedeutung des Wassers für den Menschen erfassen: Lebenserhaltung, Körperpflege, Reinigung

**Sachinformation**

Besonders in der kalten Jahreszeit informieren die Medien häufig über eine neue Grippewelle (Epidemie, Pandemie). Zum Teil herrscht eine regelrechte Ansteckungshysterie in der Bevölkerung. Vor diesem Hintergrund ist es angebracht, die Kinder auf einen sinnvollen, verantwortungsbewussten Umgang mit ansteckenden Krankheiten vorzubereiten sowie Grundregeln einer gesunden Lebensführung, die auch einer Ansteckung vorbeugen können, zu vermitteln.


**Unterrichtsvorschlag**


**Material** Arbeitsblatt/Folie Kopiervorlage 1 und 2  
Folie "Achtix ist krank" (Bild oben), Schreibstift, Buntstifte

**Motivation** Folie Kopiervorlage  
Stummer Impuls: Bild **Achtix ist krank** (siehe oben)  
Klassengespräch - Grippewelle

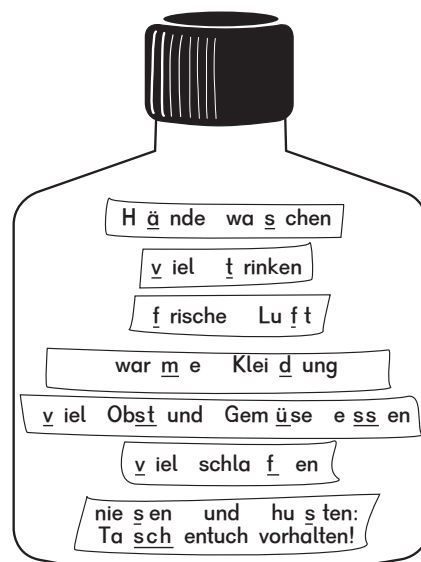
**Zielangabe** **Ich will mich nicht anstecken!**

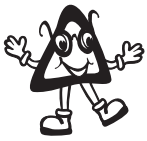
**Belehrung** Arbeitsblatt **Kopiervorlage 1**  
Informationen zur Vorbeugung - Lesetext

**Ich will mich nicht anstecken!**  
 ► Text lesen  
 ► Klassengespräch

**Sicherung** Arbeitsblatt **Kopiervorlage 2**  
**Die beste Medizin**  
 - fehlerhafte Etiketten ausbessern  
 - Regeln vervollständigen  
 - die Pillendose liefert die Buchstabenauswahl

**Merke** Vorbeugung ist die allerbeste Medizin!





# Ich will mich nicht anstecken!

In der kalten Jahreszeit erkranken viele Menschen an Erkältung oder Grippe. Diese Krankheiten werden durch Viren und Bakterien übertragen. So kannst du eine Ansteckung vermeiden:



Wenn du nach Hause kommst, wasche gründlich deine Hände.



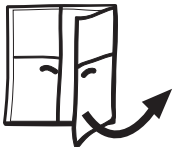
Trinke viel, am besten Wasser oder Tee. So werden Haut, Nase und Hals mit Feuchtigkeit versorgt. Das ist ein guter Schutzschild gegen Bakterien und Viren.



Gehe nach draußen, spiele viel an der frischen Luft, auch bei Regen oder Schnee.



Trage warme Kleidung und wasserfeste Schuhe. Kalte oder nasse Füße sind ungesund.



Öffne die Fenster und lüfte regelmäßig dein Zimmer. Die Heizung trocknet im Winter die Räume aus. Das ist nicht gesund.



Iss reichlich Obst und Gemüse. Eine gesunde Ernährung hilft deinem Körper bei der Abwehr von Krankheiten.



Gehe früh schlafen. Wer zu wenig schläft, der erkältet sich schneller.

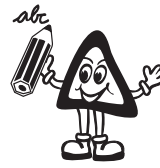


Wenn du dich trotz allem erkältet hast, nimm Rücksicht auf andere:  
Niese und huste immer in ein Taschentuch!

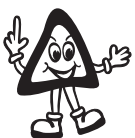
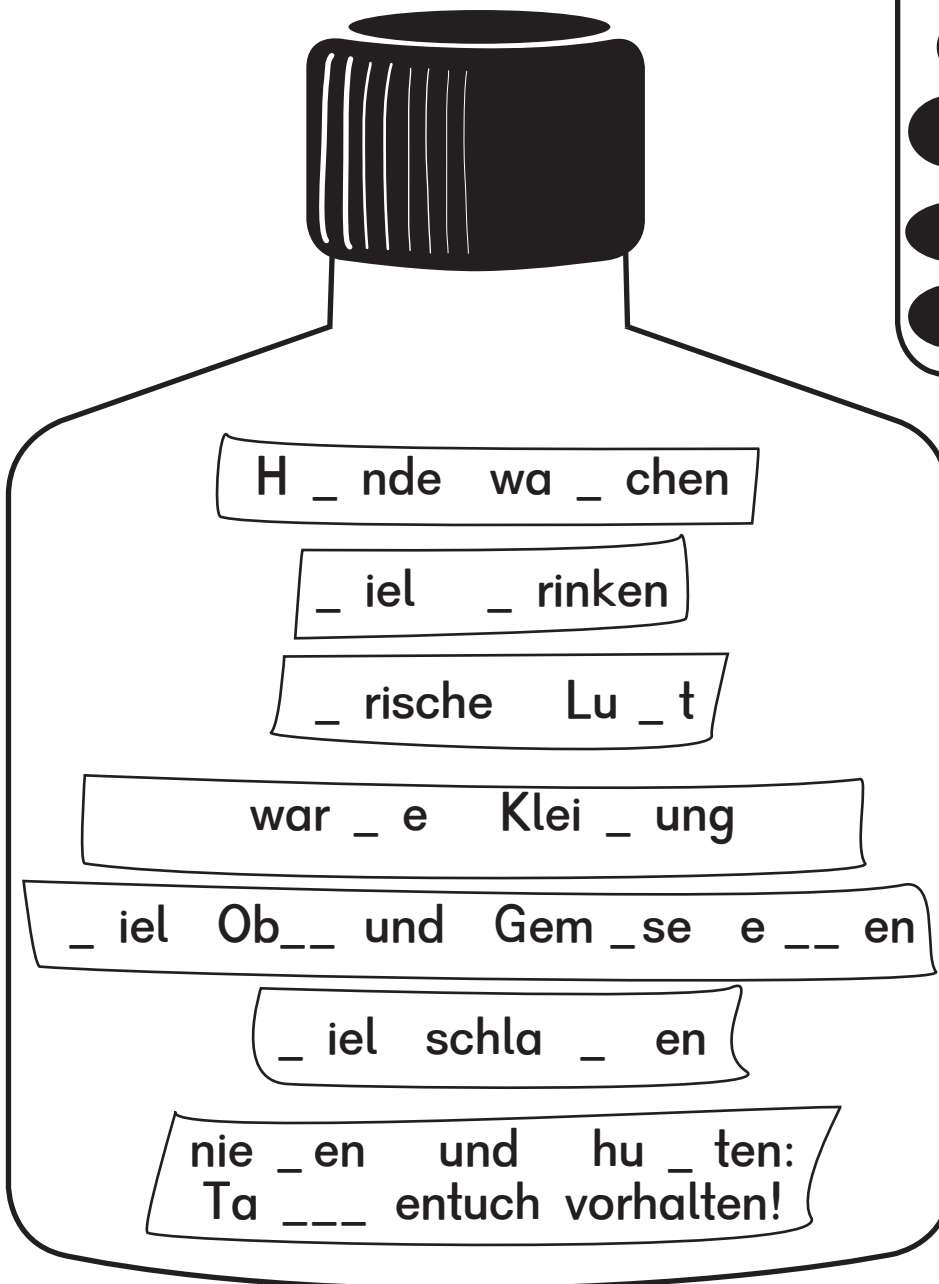
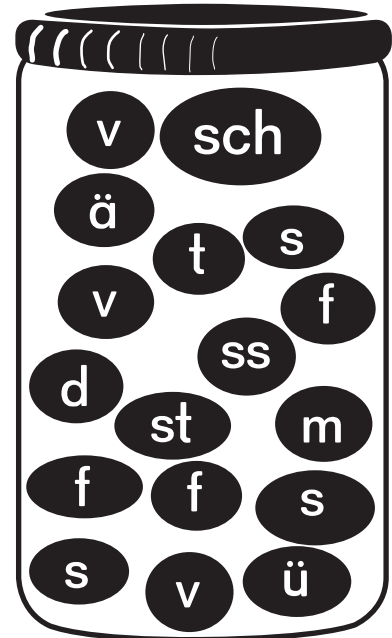


Halte Abstand zu kranken Freunden, aber meide sie nicht. Besuche sie, habt Spaß und Freude miteinander, das stärkt die Abwehrkräfte.

# Die beste Medizin



Die Aufkleber auf der Medizinflasche sind fehlerhaft. Kannst du die Lücken füllen? Setze alle fehlenden Buchstaben ein! Die Pillendose hilft dir dabei.



**Vorbeugung ist die allerbeste Medizin!**