

Editorial

Im Jahr 2023 wurde in der Betreuungs- und Schulleitendenkonferenz beschlossen, ein Präventionskonzept für den Primarschul- und Kindergartenbereich zu entwickeln, welches die Grundlage für präventive Angebote an der gesamten Schule Zollikon bilden sollte. Dabei wurde auf das bereits bestehende Konzept der Sekundarschule aus dem Jahr 2018 zurückgegriffen und entschieden, den Prozess mit folgenden Personengruppen zu bilden: allen Schulsozialarbeitenden (Kindergarten, Primar und Sek), Vertretungen aus den Kindergarten-, Primar- und Sekundarschulteams, eine Schul- und eine Betreuungsleitungsververtretung sowie Fachpersonen von *Samowar Meilen*.

Ziel des Projekts war die Schaffung einer konzeptionellen Grundlage, um alle Präventionsangebote von Kindergarten bis Sekundarschule zu systematisieren und miteinander zu verbinden. So soll eine kontinuierliche und aufbauende Förderung der Schülerinnen und Schüler gewährleistet werden, so dass diese beim Älterwerden noch gezielter begleitet werden können. Denn Schule ist mehr als nur Mathematik, Sprachen, Natur, Mensch, Gesellschaft, Musisches und Sport. Sie will und muss die ihr anvertrauten Schülerinnen und Schüler auch bei anderen Themen "fit für die Zukunft" machen – genau hierfür ist das Konzept Gesundheitsförderung und Prävention da.

Die wichtigsten Meilensteine des Projekts sind:

Startsitzung der Projektgruppe: Herbst 2023

- November 2024: Halbtages-Workshops für alle Mitarbeitenden von Unterricht und Betreuung der Schule Zollikon
- Sommer 2025: Abnahme des Konzepts durch die Schulpflege Zollikon
- Ab SJ 2025/2026: Umsetzung des Pilot-Konzepts an allen Schulen
- Der Einbezug aller relevanten Akteure im Entwicklungs- und Umsetzungsprozess.

Urs Rechsteiner, Leiter Bildung Schule Zollikon

Abgenommen an der Schulpflegesitzung vom: 9. Dezember 2025, gültig ab Beschlussdatum

Gesundheitsförderung und Prävention

Die am meisten zitierte Definition von Gesundheitsförderung ist diejenige aus der Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung:

- «Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Mass an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen. Um ein umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden zu erlangen, ist es notwendig, dass sowohl einzelne als auch Gruppen ihre Bedürfnisse befriedigen, ihre Wünsche und Hoffnungen wahrnehmen und verwirklichen sowie ihre Umwelt meistern bzw. verändern können. In diesem Sinne ist die Gesundheit als ein wesentlicher Bestandteil des alltäglichen Lebens zu verstehen und nicht als vorrangiges Lebensziel.»
[WHO 1986]

Diese Definition wurde in der Jakarta-Erklärung zur Gesundheitsförderung für das 21. Jahrhundert weiterentwickelt:

- «Gesundheit ist ein grundlegendes Menschenrecht und für unsere soziale und ökonomische Entwicklung unabdingbar. Gesundheitsförderung wird zunehmend als wesentlicher Bestandteil der Gesundheitsentwicklung anerkannt. Gesundheitsförderung ist ein Prozess, der Menschen befähigen soll, mehr Kontrolle über ihre Gesundheit zu erlangen und sie zu verbessern. Durch Investitionen und Massnahmen kann Gesundheitsförderung einen entscheidenden Einfluss auf die Determinanten für Gesundheit ausüben».
[WHO 1997]

In der Bangkok-Charta [WHO 2005] wurde zusätzlich betont, dass das Konzept der Gesundheitsförderung die Gesundheit als einen Bestimmungsfaktor für Lebensqualität – einschliesslich des psychischen und geistigen Wohlbefindens – begreift.

Überfachliche Kompetenzen

Durch die Förderung von überfachlichen Kompetenzen leisten Schulen nicht nur einen Beitrag zum Bildungserfolg, sondern auch zur körperlichen und psychischen Gesundheit der Schülerinnen und Schüler.

Das Wichtigste in Kürze:

Bei den Schülerinnen und Schülern vollziehen sich über die ganze Volksschulzeit hinweg viele bedeutsame Veränderungen, sowohl in körperlicher, emotionaler als auch sozialer Hinsicht. Sie müssen sich mit eigenen Verhaltensweisen, Einstellungen und Werten auseinandersetzen und lernen, mit anderen zusammenzuleben, zusammenzuarbeiten, Konflikte zu lösen, Verantwortung zu übernehmen und mit Vielfalt umzugehen [Oerter u. Dreher 2008]. Überfachliche Kompetenzen helfen den Kindern und Jugendlichen, diese sogenannten Entwicklungsaufgaben aus eigener Kraft erfolgreich zu bewältigen, und tragen nachhaltig zur Stärkung der körperlichen und psychischen Gesundheit bei [Jerusalem u. Meixner-Dahle 2021].

Die überfachlichen Kompetenzen – auch Lebenskompetenzen (englisch: life skills) genannt – werden im Lehrplan 21 in personale, soziale und methodische Kompetenzen unterteilt [Bildungsdirektion des Kantons Zürich 2017].

Für die Gesundheit besonders relevant sind die Fähigkeiten, sich selbst zu regulieren (personale Kompetenzen), Beziehungen zu gestalten (soziale Kompetenzen) und gesunde Entscheidungen auf der Grundlage von fachlichen Informationen zu treffen (methodische Kompetenzen) [Högger 2018, Kirchhoff u. Keller 2021, Knauf et al. 2018, Taylor et al. 2017, UNICEF 2019].

Lektionen zu Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule Zollikon

Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule zielen darauf ab, die Gesundheit von Schülerinnen und Schülern sowie Lehrpersonen zu erhalten und zu verbessern. Die Schule kann selbst einen Beitrag dazu leisten, indem sie präventiv relevante Themen im Unterricht anspricht. Gesundheit ist im Lehrplan 21 als fächerübergreifendes Thema unter der Leitidee Nachhaltiger Entwicklung gesetzt.

Themenüberblick:

- Gewaltprävention
- Suchtprävention
- Psychische Gesundheit
- Ernährung
- Bewegung
- Sexuelle Gesundheit
- Medienkompetenz
- Schulhauskultur
- Sicherheit

Wirkungsvolle Prävention setzt in allen Stufen an und die Umsetzbarkeit versteht sich als Prinzip der Verbindlichkeit für Themen in allen Stufen. Das Konzept fokussiert sich innerhalb der Themen auf zwei prioritäre Inhalte und gewährleistet damit eine gute Basis für die Gesundheitsförderung und Prävention für alle Schülerinnen und Schüler, welche die Schule Zollikon durchlaufen.

Gemäss den fächerübergreifenden Themen sind deren verschiedene Aspekte in die einzelnen Fächerbereichslehrpläne eingearbeitet, insbesondere in den Fachbereich Natur, Mensch, Gesellschaft, mit dem Querverweis “BNE” (Bildung für Nachhaltige Entwicklung).

Die Lektionen und Themen werden laufend ergänzt bzw. angepasst. Anregungen und Rückmeldungen zu den Lektionseinheiten nehmen wir gerne entgegen und integrieren sie nach Möglichkeit. Vorschläge von weiteren erprobten Lektionen sind deshalb willkommen.

AG Prävention: SSA Buechholz, SSA Oescher, SSA Rüterwis, Schulleitung Oescher, Betreuungsleitungen Oescher und Rüterwis, Vertretungen Klassenlehrpersonen der Kindergarten-, Primar- und Sekundarstufe, mit der fachlichen Unterstützung von Mitarbeitenden Samowar Meilen.

Inhalt

Gesundheitsförderung und Prävention	2
Überfachliche Kompetenzen	2
Das Wichtigste in Kürze:	2
Lektionen zu Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule Zollikon	3
Inhalt	4
Gewaltprävention	6
Kindergarten - Gewaltprävention	6
Unterstufe - Gewaltprävention	6
Mittelstufe - Gewaltprävention	7
Oberstufe - Gewaltprävention	8
Suchtprävention	9
Kindergarten - Suchtprävention	9
Unterstufe - Suchtprävention	9
Mittelstufe - Suchtprävention	10
Oberstufe - Suchtprävention	11
Psychische Gesundheit	12
Kindergarten - Psychische Gesundheit	12
Unterstufe - Psychische Gesundheit	13
Mittelstufe - Psychische Gesundheit	13
Oberstufe - Psychische Gesundheit	14
Ernährung	15
Kindergarten - Ernährung	15
Unterstufe - Ernährung	15
Mittelstufe - Ernährung	16

Oberstufe - Ernährung.....	16
Bewegung	17
Kindergarten - Bewegung.....	17
Unterstufe - Bewegung	17
Mittelstufe - Bewegung.....	18
Oberstufe - Bewegung.....	18
Sexuelle Gesundheit.....	19
Kindergarten - Sexuelle Gesundheit	19
Unterstufe - Sexuelle Gesundheit	19
Mittelstufe - Sexuelle Gesundheit	20
Oberstufe - Sexuelle Gesundheit	20
Medienkompetenz.....	22
Kindergarten - Medienkompetenz	22
Unterstufe - Medienkompetenz.....	22
Mittelstufe - Medienkompetenz	23
Oberstufe - Medienkompetenz	23
Schulhauskultur	24
Kindergarten/Unterstufe/Mittelstufe - Schulhauskultur	24
Oberstufe - Schulhauskultur	25
Berufswahl an der Oberstufe	26
Sicherheit.....	27
Kindergarten - Sicherheit	27
Unterstufe - Sicherheit	27
Mittelstufe - Sicherheit	28
Oberstufe - Sicherheit	28

Gewaltprävention

Kindergarten - Gewaltprävention					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Grenzen setzen / anerkennen	Die SuS können persönliche Grenzen der anderen akzeptieren und eigene Grenzen wahrnehmen und aufzeigen.	Stopp-Signal / Nein-Sagen	Grenzen setzen anerkennen	täglich / situativ	KLP
		Friedensbrücke/-treppe	Friedenstreppe		
		Wiedergutmachung	Wiedergutmachung im Konzept der Neuen Autorität.pdf		
		Passende Bilderbücher in jedem KiGa.	Zum Beispiel: Kim kann stark sein		
Gefühle	Die SuS können Gefühle bei sich und anderen erkennen und benennen.	Gefühle / Empathie / verbalisieren	Gefühle Präventionsprogramm Denk-Wege	Durch das Jahr situativ / 1x jährlich als Unterrichtsthema	KLP
Unterstufe - Gewaltprävention					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Klassenklima / Gemeinschaftsförderung	Die SuS können auf andere eingehen und Gemeinschaft mitgestalten.	Klassenregeln gemeinsam ausarbeiten & periodisch anpassen	Link Eduki	Zum Stufenbeginn / nach Bedarf	KLP & SSA
		Klassenrat: Meine Klasse und ich	Meine Klasse und ich		
		Passende Bilderbücher in jeder Unterstufe	Zum Beispiel: «Nein heisst nein, sagt die Maus»		
		Das kleine «Wir» Tomatenrot Mobben ist traurig	Tomatenrot		
		Meisterklasse von Ben Furman	Ben Furman - Meisterklasse Youtube-Einführung für LP		

Mittelstufe - Gewaltprävention					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Klassenklima / Gemeinschaftsförderung	Die SuS erleben sich als Klassenverband und gestalten das Zusammenleben proaktiv.	Klassenrat Oescherparlament Gemeinsame Anlässe (UBS-Cup, Spendenaktion, etc.) Klassenlager	Klassenrat Oescherparlament	wöchentlich	KLP
Umgang mit Konfliktsituationen	Die SuS können Konflikte aushalten, gewaltfrei lösen oder Hilfe holen.	Harmo-Nie? Gewaltfreie Kommunikation	Harmo-Nie? No blame approach Buchempfehlungen SAMOWAR	Mind. einmal pro Schuljahr als Fokus-thema im Klassenrats-situativ	KLP
Mobbing	Die SuS können Mobbing erkennen und kennen konstruktive Lösungsansätze.	Einführung ins Thema durch SSA-Workshop Klassenanalyse Fragebogen TZT- Impulse. Aussenseiter integrieren (bei SSA)	Mobbing	4. Klasse vor Kriminalprävention durch Polizei	KLP & SSA
Cybermobbing	Die SuS lernen den Begriff Cybermobbing kennen.	Kriminalprävention Polizei Infoveranstaltung «Sicherheit im Netz»	Cybermobbing	4. Klasse 4. Quintal 5. Klasse	KLP & SSA SL
Umgang mit starken Gefühlen Aggressionsmanagement	Die SuS erkennen eigene starke Gefühle (z. B. Wut, Frustration) und lernen, diese konstruktiv zu steuern.	Gefühlsbarometer, Stopp-Strategien, Entspannungstechniken Trainings und Workshops zur Emotionsregulation Einführung des Peacemaker-Programms als Konfliktlösungsmethode	Anti-Aggressions-Training Coolness-Training Peacemaker-Programm	Bei Vorfällen situativ, zusätzlich regelmässig im Schuljahr gemäss Jahresplan SSA	KLP & SSA

Oberstufe - Gewaltprävention					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Streitschlichtung	Die SuS kennen das 5 Schritte Modell zur Streitschlichtung.	Auseinandersetzung mit dem Thema Gewalt, als Täter, Opfer und Zeugin.	2.Sek Streitschlichtung Peacemaker	2. Sek / feel okay	Coach PM und KLP
Projekt Peacemaker	Freiwillige SuS können Streit nach dem 5 Schritte Modell schlichten.	15-20 freiwillige SuS werden als StreitschlichterInnen ausgebildet und sind im Schulhaus im Einsatz	Programm NCBI	1.–3. Sek	SSA & 2 LP
Mobbing	Die SuS sind können die unterschiedlichen Akteure im Mobbing benennen und kennen Lösungsansätze.	Anhand des Films “Lets Fight Together”	Mobbing Präv 1 sek Feel ok SJ24_2 5.docx	1. Sek / feel okay	SSA und KLP
Zivilcourage	Die SuS setzen sich mit dem Begriff der Zivilcourage auseinander. Sie lernen das 5 Hürden Modell kennen.	Hinschauen & Hinhören, Eingreifen und Einstehen. Fünf-Hürden-Modell: Vermittlung, wie im konkreten Fall vorgegangen werden kann.		3. Sek / feel okay	LP
Gemeinschaftsförderung	Die SuS können in der Gruppe und in der Klasse oder in einem SchülerInnenrat partizipieren, Abmachungen aushandeln und Regeln einhalten.	Klassenrat / SuS-Parlament Klassenregeln		1.-3. Sek <i>Klassenrat, von der SL wöchentlich empfohlen. SuS-Parlament mtl.</i>	KLP SSA & FLP (KG)
Konstruktive Kommunikation	Die SuS können sich in die Lage einer anderen Person versetzen und sich darüber klar werden, was diese Person denkt und fühlt.	13 Reasons Why Reflektion in der Klasse über Umgangssprache miteinander	NETFLIX - 13 REASONS WHY on Vimeo	3. Sek	SSA

Suchtprävention

Kindergarten - Suchtprävention					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Umgang mit Genussmittel	Die SuS vertiefen ihre sinnliche Wahrnehmung. Die SuS lernen mit sich selbst sorgsam umzugehen, sich selbst etwas Gutes zu tun und lernen, ein gutes Mass anzustreben.	Experimente mit Süssigkeiten	z.B. Film Experiment Schoggi Geniessen-ist-eine-Kunst.pdf (bernergesundheits.ch) Identität, Körper, Gesundheit-sich kennen und Sorge tragen	1 x pro Stufe / bei Bedarf	LP
		Zu viel des Guten	Zu-viel-des-Guten.pdf (bernergesundheits.ch)		
		Schweizer Ernährungsscheibe	Link Lehrplan 21		
Konsum: Zeigtag	Die SuS lernen anhand eines Gegenstandes ihre Ressourcen und Stärken kennen. Die SuS lernen mit diversen Objekten adäquat umzugehen, sowie die Regeln des/ der besitzenden Person zu respektieren.	Kinder nehmen persönlichen Gegenstand mit, welcher eine emotionale Bedeutsamkeit für sie hat.	Lehrplan 21	1x pro Quintal	LP
Unterstufe - Suchtprävention					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Verzicht auf digitale Medien	Die SuS erleben die Flimmerpausenwoche, planen und reflektieren ihre Freizeit.	Flimmerpause	Samowar Bezirk Meilen - Suchtprävention	jährlich	Stufenleitungen KiGA-UST-MST
Konsum: Güter	Die SuS können Rahmenbedingungen von Konsum wahrnehmen sowie über die Verwendung von Gütern nachdenken.	Diskussionsrunde: Welche Wünsche kann man sich selbst erfüllen / Thema «Geld und Sparen» / Woher kommt das Geld, wie gebe ich es aus, was kann ich mir leisten, wie kann ich verzichten, etc. Thematisieren / Sensibilisieren im Klassenrat, Mathematik oder NMG.	Lehrplan 21	1.–3. Klasse	KLP

Mittelstufe - Suchtprävention					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Umgang mit Genussmitteln und Geld	Die SuS lernen verschiedene Aspekte zu Genussmittel kennen. Kennen die Wirkung und die Gefahren verschiedener Genussmittel.	Was bedeutet Sucht? Aufklärungsvortrag durch Fachexperten	Sucht Sucht im 2. Zyklus PHZH Lehrplan 21 1 Identität, Körper, Gesundheit-sich kennen und Sorge tragen Genuss oder Sucht? education 21 Übersichtsgrafik	bei Bedarf	KLP
	Die SuS lernen mit Geld umzugehen, Taschengeld, Budgeterstellung nachvollziehen.	Klassenratsthemen: Taschengeld Recycling / Upcycling Alternativen zu Konsum Ausflüge, Anlässe & Lager von SuS (nach-)planen lassen, Budget transparent machen Tauschbörsen organisieren Moneyfit Junior	Richtwerte Sackgeld Moneyfit Junior		
Umgang mit digitalen Medien Suchtpotenzial Digitale Selbstregulation	Die SuS erkennen das Suchtpotenzial digitaler Medien und lernen einen bewussten und verantwortungsvollen Umgang zu planen.	Reflexion eigener Mediennutzung (z.B. Flimmerpause Thematisierung Chancen & Risiken Förderung von Pausen und bewusster Medienzeit Integration von Suchtpräventionsangeboten	Samowar Bezirk Meilen - Suchtprävention Lehrplan 21	Situativ / jährlich MI-Unterricht	Stufenleitungen KiGA-UST-MST KLP & SSA

Oberstufe - Suchtprävention					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Nichtrauchen ist clever	Die SuS kennen Gründe für das Nichtrauchen und haben erweiterte Kenntnisse zum Tabakkonsums.	2 Lektionen	Freelance - RADIX-Programm / LP Tabak	1. Sek Feel-ok	SSA
Drogenprävention	Die SuS kennen ihren eigenen Risikotyp. Sie können mit Gruppendruck und Ausgrenzung umgehen.	Risikoverhalten in Drucksituationen. Das Risiko-Kompetenzmodell	Ordner Feel-Okay Lektionsplanung Risiko_Kompetenz	2. Sek Feel-ok	Tanja Hafner / SSA
Simus Scooter	Die SuS können die Wirkung von Alkoholkonsum im Strassenverkehr einschätzen.	Beeinträchtigung durch Alkoholkonsum spüren		2. Sek	Extern, Manuela Sereinig, Gemeindepolizistin
Umgang mit Finanzen. Pro Juventute Budgetspiel	Die SuS können mit ihrem Budget verantwortungsvoll umgehen.	Sich mit Lehrlingslohn, der Budgetierung und den neuen Verantwortlichkeiten des eigenen Lohnes auseinandersetzen.		3 Sek, Projekttag Zukunft 5. Quintal	Intern, KLP

Im Rahmen der Suchtprävention aktualisieren wir die Themenschwerpunkte fortlaufend auch auf alternative Formen des Tabakkonsums wie Snus (Oraltabak) und elektronische Zigaretten („Vaping“). Die Schülerinnen und Schüler werden über die Risiken und gesundheitlichen Folgen dieser Produkte aufgeklärt, um ein umfassendes Bewusstsein für alle Tabak- und Nikotinprodukte zu fördern.

Psychische Gesundheit

Kindergarten - Psychische Gesundheit					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Stressbewältigung	Die SuS kennen Entspannungsmöglichkeiten.	Gezielte Gruppenaktivität mit Fachpersonen, um überschüssige Energie abzubauen Achtsamkeitsübungen während Unterricht Yoga	Lektion mit PMT-Therapeutin Ich spüre mich: 30 Bildkarten zur Körperwahrnehmung	2 x pro Jahr	Lehrperson / PMT-Therapeutin
		Programm zur Förderung sozio-emotionaler Kompetenzen	Rita Diepmann, Margret Schmittgen (Sammlung IF KiGa) Kurzvorstellung: Lubo aus dem All	Übers ganze Jahr	SHP, KLP
		Gezielter Einsatz von Musik: gemeinsames aktives Musizieren (inkl. Rhythmus)	Unterstützung durch MGA-LP einholen	Übers ganze Schuljahr im Unterricht einbauen	LP und MGA-LP
Selbstwert	SuS kennen eigene Stärken und lernen Verantwortung zu übernehmen.	Rollenspiele	“Starke Mädchen, starke Jungs”, Petra Focks	Projektstage, situativ	KLP, SSA
		Entspannungsgeschichten	Buch Kapitän Nemo, Ulrike Petermann	situativ	
		Kind der Woche Autogenes Training Komplimente Runde	Youtube oder Bilderbuch Entspannung in der Schule	nachmittags 15 min. im 2. KiGa	

Unterstufe - Psychische Gesundheit					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Stressbewältigung	SuS lernen Strategien, um Stress abzubauen und Energie aufzutanken.	Bewegungspausen, Brain Gym & Achtsamkeitsübungen, Kreisspiele, Stressbälle, Springseile, Balance Board, Länge der Arbeitsphasen anpassen	Wenn mir manchmal alles zu viel wird. Gesund und munter, Entspannung im Alltag Lektionseinheit: Berner Gesundheit		KLP
		Muskelentspannung Individuelle Pausen Unterstützt durch Sanduhr	entspannungdurchprogressivemuskelentspannung.pdf	Situativ	
		Gezielter Einsatz von Musik: gemeinsames aktives Musizieren (inkl. Rhythmus)	Unterstützung durch MGA-LP einholen	Übers ganze Schuljahr im Unterricht einbauen	LP und MGA-LP
Freundschaft	SuS lernen Kontakt zu knüpfen und angemessen zu kommunizieren.	Lektionen zu Freundschaft Wie spreche ich jemand an. Glückskekse für Freundschaft	Freundschaft	Zum Stufenbeginn im 1. Quintal	LP
Mittelstufe - Psychische Gesundheit					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Achtsamkeit	SuS lernen achtsam mit sich umzugehen.	Achtsamkeitstraining im Unterricht Progressive Muskelentspannung	5 Minuten Link	Tagesritual	KLP
Stressbewältigung	SuS lernen mit schulischen Drucksituationen umzugehen und kennen Strategien zur Stressreduktion.	Was stresst mich, was stresst dich? Lösungssuche	Link: Was stresst mich, ... Link: Lösungssuche Allg. Link: Berner Gesundheit	2. Quintal 4. Klasse, nach Bedarf	KLP, SSA
		Gezielter Einsatz von Musik: gemeinsames aktives Musizieren (inkl. Rhythmus)	Unterstützung durch MGA-LP einholen	Übers ganze Schuljahr im Unterricht einbauen	LP und MGA-LP

Oberstufe - Psychische Gesundheit					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Vorstellung SSA	SuS kennen das Angebot der SSA. Entstigmatisierung von Hilfe holen und Problemen.	Klassenvorstellung 1 Lkt & Rollenspiel 2 Lkt		1. Sek 1. Quintal	SSA
Selbstvertrauen	Die SuS lernen ihre Fähigkeiten kennen und können ihren Fähigkeiten vertrauen.	Klettern Turnhalle und Theorie Selbstvertrauen	Allg. Link: Berner Gesundheit	1.Sek Feel-okay	LP
Bodytalk	Die SuS können einen kritischen Blick mit gängigen Schönheitsnormen einnehmen.	Auseinandersetzung mit Schönheitsidealen		2.Sek Feel-okay	LP
Beratungsangebote	Die SuS kennen die Beratungsangebote für Jugendliche in der Region.	Vorstellen der Beratungsangebote Samowar, Mojuga, Freizeittreff		1.Sek Feel-okay	Extern Samowar Mojuga. Freizeittreff
Umgang mit Stress	SuS kennen Techniken zur Stressbewältigung und können diese anwenden.	Körperreise, Kraftort, Sammeln von Stressauslösern & Bewältigungsstrategien, Rollenspiel		2. Sek Feel-okay	LP
		Gezielter Einsatz von Musik/Musizieren	Unterstützung durch Musik-LP	Übers ganze Schuljahr im Unterricht einbauen	LP

Ernährung

Kindergarten - Ernährung					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Gesunde Lebensmittel	Die SuS können können Lebensmittel untersuchen und nach Kriterien ordnen (z.B. nach Geruch, nach Geschmack, nach Aussehen, nach Erntezeitpunkt, nach Herkunft).	Während dem Znüni essen gesunder Znüni thematisieren, können angeleitet einen Znüni zubereiten	Znüniblatt ; Znüni flyer	Während dem Znüni essen.	KLP
Zahnprophylaxe vom Kindergarten bis Ende Mittelstufe	Alle Kinder erhalten dieselben Chancen, ihre Zähne ein Leben lang gesund zu erhalten.	Interaktiver altersgerechter Prophylaxe-Unterricht	Schulzahnmedizin	Frühling und Herbst	Zahnmedizinisches Fachpersonal
Unterstufe - Ernährung					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Gesunde Lebensmittel	Die SuS können Zusammenhänge von Ernährung und Wohlbefinden erkennen und erleben.	Ideen von Fit4Future im Klassenzimmer ausprobieren	FoodChampions	Mind. 1 x im Jahr	KLP
	Die SuS können eigene Vorstellungen zur Ernährung mit Modellen vergleichen sowie die Funktion von Modellen im Alltag einordnen (z.B. Ernährungsscheibe, Ernährungspyramide).	Die SuS können angeleitet eine kleine Mahlzeit zubereiten z.B. Znüni-Bar innerhalb der Klasse	Lehrplan 21, Ernährung und Essen, Lehrmittel, Unterrichtsmaterial Pausenapfel	Pausenapfel im Herbst	KLP (Einbezug Schülerparlament / BTH)

Mittelstufe – Ernährung					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen /Links	Wann	Zuständigkeit
Gesunde Lehrmittel	Die SuS können in Grundzügen die Bedeutung von Wasser und Nährstoffen für eine ausgewogene Ernährung beschreiben.	Gemeinsames Kochen, Pausenkiosk, Pausenapfel	Ernährungspyramide, Ernährungsscheibe; Education21	Pausenapfel im Herbst	KLP (Einbezug Schülerparlament / BTH)
	Die SuS können Zusammenhänge von Ernährung und Wohlbefinden erkennen und erläutern.	Ideen von Fit4Future im Klassenzimmer ausprobieren	FoodChampions	Mind. 1x im Jahr	KLP
Oberstufe - Ernährung					
In der Oberstufe werden die Ziele durch den Kompetenzerwerb in den Fächern: Wirtschaft, Arbeit, Haushalt (mit Hauswirtschaft) erarbeitet und daher hier nicht doppelt aufgeführt.					

Bewegung

Kindergarten - Bewegung					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Bewegungs- und Sportkultur	Die SuS erkennen Bewegung als gemeinschaftliche Teilhabe.	Waldmorgen/ Waldnachmittag	Waldideen	1x im Quintal	KLP/BTH
	Die SuS sind aktiv, erproben und üben verschiedene Bewegungsformen.	Sporttag	Ideen für Kinderolympiade	1x im Jahr	Kindergartenstufe
	Die SuS beginnen, mit körperlichen Stärken und Begrenzungen umzugehen. Die SuS entwickeln Selbstvertrauen und sind mutig.	“Mut tut Gut” (Parcours in der Turnhalle)	Webseite Mut tut gut	1x im Jahr	Kindergartenstufe
Unterstufe - Bewegung					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Bewegungs- und Sportkultur	Die SuS können ihren Körper in Zeit und Raum und über die Interaktion mit der Umwelt wahrnehmen.	Bewegungspausen und bewegtes Lernen	Bewegungspausen UST, Schule bewegt	Während dem Unterricht	KLP
	Die SuS lernen, Überlegungen von andern in das eigene Denken einzubeziehen (Perspektivenübernahme).	Mit Gotti-/Götti-Klasse Pausenspiele erarbeiten: z.B. Pausendisco	Pausenspielideen ; Ideenkiste fit4future	Herbst oder Frühling 1x monatlich	KLP SSA und SHP
	Die SuS sind aktiv, erproben und üben verschiedene Bewegungsformen.	Wintersporttag Kek	Ideen für Sport in der Halle	Februar/März	KLP und AG
	Die SuS beginnen, ihre körperlichen Leistungen mit andern zu messen.	Sporttag Spielolympiade BTH	Sport- und Bewegungsanlässe	Sommer	AG

Mittelstufe - Bewegung					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Bewegungs- und Sportkultur	Die SuS beginnen, ihre körperlichen Leistungen mit andern zu messen.	Sporttag	Sport- und Bewegungsanlässe	Sommer	AG
	Die SuS sind aktiv, erproben und üben verschiedene Bewegungsformen.	Schneesporttag		Winter	AG
	Die SuS nehmen ihren Körper in Zeit und Raum und über die Interaktion mit der Umwelt wahr.	Schulreise / Klassenlagerwanderungen	Wanderwege CH	situativ	KLP
	Die SuS verfeinern ihre Bewegungsmöglichkeiten und motorischen Fertigkeiten.	Bikecontrol	bikecontrol – Kostenlose Velo-ktionen in der Schule - bikecontrol		KLP
Oberstufe - Bewegung					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Bewegungs- und Sportkultur	Die SuS lernen sich gegenseitig und ihre eigenen Wanderfähigkeiten kennen.	Wandern - Jahrgangswandertag		1.Sek 1. Quintal	LP
	Alle SuS sind in der Lage eine 400 m ohne Unterbruch und unter 15 Minuten zu schwimmen.	Schwimmen - Schwimmtest/-training		1. Sek	Sport-LP
	Gemeinschaftliche Teilhabe	Sporttage; Leichtathletik und Ballsport		1.–3. Sek 1.Quintal (+ letztes)	Sport-LP

Sexuelle Gesundheit

Kindergarten - Sexuelle Gesundheit					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Identität, Körper, Gesundheit, Gemeinschaft– sich kennen und Sorge tragen	Ich kann meine Gefühle benennen.	Thema: - Gefühlserziehung - Wer bin ich?	Bücherkiste zum Thema Gefühle, Körperteile, ... Literaturliste:	Quintalsthema ca. 3-4 Wochen	KLP
Grenzen erkennen und setzen	Ich kann meine eigenen Grenzen erkennen und die anderer respektieren. Ich weiss, wo ich Hilfe holen kann.	Stopp Regeln einführen und einfordern Stop and Go Spiele	«Mein Körper gehört mir» 7–9 Jahre Kinderschutz Schweiz	Während dem Unterricht Im Turnunterricht, BTH	KLP, BTH
Unterstufe - Sexuelle Gesundheit					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Grenzen erkennen und setzen	Ich kann meine eigene Grenze setzen und verbalisieren. Ich kann Nähe und Distanz regeln.	Körperliche Grenzen, Regulation Nähe - Distanz	Methode: Gruppenspiele, Arbeitsblätter “Mein Körper gehört mir”, Stoppzeichen einführen		KLP, BTH, SSA
Identität, Körper, Gesundheit, Gemeinschaft– sich kennen und Sorge tragen	Ich kann den Aufbau meines eigenen Körpers beschreiben. Ich kann im Zusammenhang mit Geschlecht und Sexualität eine wertschätzende Sprache verwenden.	Thema “Körper” und “Entwicklung”	“Grenzen und Respekt”- Spiel Grenzen-und-Respekt-Spiel.pdf (bernergesundheits.ch) Sprache-finden.pdf (bernergesundheits.ch)		KLP/NMG/FLP

Mittelstufe - Sexuelle Gesundheit					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Aufklärung	Ich verfüge über ein altersgemässes Grundwissen über den menschlichen Körper und die menschliche Fortpflanzung. Ich kenne die Veränderungen in der Pubertät.	«Ich werde erwachsen» mit Fachteam+ Workshop mit SSA Workshop mit Achtung Liebe!	Sexuelle Gesundheit im 2. Zyklus PHZH Portal - Achtung Liebe	Ende 5./ Anfang 6. Kl.	KLP, durchgeführt von Fachpersonen Sex. Gesundheit. Z.B. «Achtung Liebe» oder SSA
Grenzen erkennen und setzen	SuS können eigene Grenzen setzen und verbalisieren. SuS können Nähe und Distanz adäquat regeln.	Repetition "Stopp-Regeln" Bedürfnisse und damit verbundenen Umgang klären (z.B. Duschtematik)			
Oberstufe - Sexuelle Gesundheit					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Aufklärung	Die SuS kennen die Geschlechtsorgane und verfüge über das nötige Wissen über Menstruation, Befruchtung und Schwangerschaft.	Fachwissen Sexualkunde geschlechtsgetrennt.	Im Ordner «Feel Okay» Teams Oberstufe	1.Sek Feel Ok	KLP intern
Sexualkunde	Die SuS haben Kenntnis darüber, wie in Beziehungen, Liebe und Sexualität positiv und wertschätzend miteinander umgegangen werden kann.		Sex We Can?! – ISP Österreich (sexualpaedagogik.at)	2. Sek Feel ok	Fachperson SXP
Pornokompetenz	Aufklärerische und kritische Auseinandersetzung mit dem Thema Pornografie, Definition, gesetzliche Grundlage, Ziel von Pornografie, Unterscheidung von pornografischen Material. Förderung der eines selbst- und sozialverantwortlichen Umgang mit pornografischen Medien.	Für die Jungen und Mädchen	Im Ordner «Feel Okay» Teams Oberstufe	2. Sek Feel Ok	durch externe Sexualpädagogen und SSA

GLL: Gleichgeschlechtliche Liebe	SuS können Sexualität, Beziehungen, Liebe, Respekt und Gleichberechtigung. Sie können verschiedene sexuelle Orientierung benennen und anerkennen.	GLL: ReferentInnen sensibilisieren zum Thema Vielfalt der Sexuellen Orientierungen LP, die Schulung besucht haben		3. Sek Feel Ok	Externe oder von Du bist Du geschulte LP
Austausch über Rollenbilder .	SuS kennen stereotype Rollenbilder und –erwartungen, und wissen, wie sie das Handeln beeinflussen.	Auseinandersetzung mit stereotypen Rollenbildern und Sozialisationsprozessen, welche geschlechtsspezifischen Erwartungen uns prägen und unser Handeln beeinflussen.		2/3. Sek Feel ok	Jugendarbeit Zumikon
Thematisierung des respektvollen Umgangs in Liebesbeziehungen , Förderung von wertschätzenden PartnerInnenschaften und Vorbeugen von Beziehungsgewalt .	SuS kennen Beispiele für wertschätzenden Umgang in Beziehungen und wissen, wie sie einen Konsens herstellen können.	Förderung von wertschätzenden PartnerInnenschaften. Sensibilisierung für Grenzüberschreitungen & dass Betroffene individuell definieren dürfen, was für sie übergreifend ist.	Programm Herzsprung	3. Sek, Projekttag Fit für Gesellschaft	SSA

Medienkompetenz

Kindergarten - Medienkompetenz					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Leben mit Medien	SuS reflektieren ihre Lebenswelt. SuS können ihre Gefühle in Bezug auf die Nutzung digitaler Medien benennen.	Das kann ich doch. Wir erfinden eine Geschichte	Leben mit Medien — inform@21.inform@21 (inform21.ch)	Während dem Unterricht	LP
Reflexion Mediennutzung	Sich besser kennenlernen.	Wir machen klasse Sachen	Wir-machen-klasse-Sachen.pdf (bernergesund-heit.ch)	KG	
	SuS haben sich Gedanken über ihr Computerspielen gemacht.	Mal nachgefragt: Thema Computerspiele	Mal-nachgefragt-Thema-Computerspiele.pdf (bernergesund-heit.ch)		
	Sensibilisierung für die Rolle bestimmter Medien und Gegenstände in der Freizeit der Kinder.	Wir richten uns ein Kinderzimmer ein Recht am eigenen Bild	Wir-richten-uns-ein-Kinderzimmer-ein.pdf (bernergesund-heit.ch) Recht-am-eigenen-Bild.pdf (bernergesund-heit.ch)		
Unterstufe - Medienkompetenz					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Informationen/Sensibilisierung Digitale Medien	SuS kennen Vor- und Nachteile von unterschiedlichen Kommunikationsmitteln.	Weltweit online plaudern	Weltweit-online-plaudern.pdf (bernergesund-heit.ch)	1.–2. Klasse	LP
		Ja/Nein im Internet	Ja-Nein-im-Internet.pdf (bernergesund-heit.ch)	1.–3. Klasse	LP
	Peinliche Bilder erkennen und als solche benennen können.	Geheimnisse sind erlaubt	Geheimnisse_sind_erlaubt_ubi.pdf (bernergesund-heit.ch)	1.–2. Klasse	LP
		Recht am eigenen Bild	Recht-am-eigenen-Bild.pdf (bernergesund-heit.ch)	1. Klasse	LP
Kreativer Umgang mit Digitalen Medien	SuS entdecken, wie Geräusche und Töne simuliert werden können.	Nun wird es gruselig...	Nun-wird-es-gruselig.pdf (bernergesund-heit.ch)	1.–2. Klasse	LP
	SuS werden angeregt, ihr Umfeld aufmerksam zu betrachten.	Rätselhafte Bilder – selbstgemacht	Rätselhafte-Bilder.pdf (bernergesund-heit.ch)		

Mittelstufe - Medienkompetenz					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Sicherheit im Netz	SuS kennen die Konsequenzen ihrer Handlungen im Netz (Strafmündigkeit). Jedes Kind kennt mindestens eine erwachsene Person, bei der es sich Hilfe holen könnte.	Kriminalprävention (Kapo ZH) Medienkompetenz (Samowar) Bildungsabend für Eltern zum Thema Medienerziehung	Connected LMVZ	4. Klasse 5. Klasse	LP Kapo Samowar Elternrat PICTS SSA
Informationen/Sensibilisierung Digitale Medien	Erfahren, was soziale Netzwerke und deren Gefahren sind.	Soziale Netzwerke -Treffpunkt im Internet	Soziale-Netzwerke-Treffpunkt-im-Internet.pdf (bernergesund-heit.ch)	4.–6. Klasse	LP
Das Thema «Digitales Suchtpotenzial» ist integraler Bestandteil unserer Suchprävention und Medienkompetenzförderung	Lernen das Recht am eigenen Bild und das Urheberrecht zu kennen.		Achtung-Gefahren.pdf (bernergesund-heit.ch)		
	SuS setzen sich mit Problemen in Klassengruppenchats auseinander.	Klassenchat	Klassenchat Datenschutz-und-Privatsphäre.pdf (bernergesund-heit.ch) Connected LMVZ Datenschutz	5. & 6. Kl.	LP/SSA
Oberstufe - Medienkompetenz					
Thema		Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Auftreten im Netz	Die SuS kennen die rechtlichen Grundlagen zur Mediennutzung und wissen, wie sie mit persönlichen Daten umgehen.	Rechtl. Aspekte der Mediennutzung, persönliche Daten, Sexting		1. Sek	Jahrgans-Leitung Kantonspolizei
Umgang mit eigenen Daten	Die Jugendlichen erkennen und füllen Wissenslücken im Umgang mit Geräten und sozialen Netzwerken, wie Sicherheitseinstellungen auf TikTok etc.	Zischtig. www.zischtig.ch		2. Sek Feel-Okay	extern

Schulhauskultur

Kindergarten/Unterstufe/Mittelstufe - Schulhauskultur					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Schulsilvester				Dezember	SL
Räbeliechtli				November	KLP- KiGa
Schulhaussingen/ Weih-nachtskonzert				2. Quintal / 4. Quintal	Projektleitung
Klassenrat				jederzeit	KLP
Begrüssungsritual 1. Klasse				Erster Schultag	Projektgruppe
Klassenlager				ab 4. Klasse	KLP
Schneesporttag				3. Quintal	Projektgruppe
Sporttag UST / MST / OST				5. Quintal	Projektgruppe
Schulsportveranstaltungen (CS-Cup, Lauf-Trophy, kantonale Turniere, ...)				jederzeit	KLP
Kinderparlament				5–6x jährlich	SSA & LP
Sommerfest				5. Quintal	?
Abschiedsritual 6. Klasse				5. Quintal	Projektgruppe
Pausenkiosk Zeitung Pialetto Kivuvu Lauf und Markt				Max. 6x im Jahr Max 4x im Jahr 1x im Jahr variiert / jährlich	SSA und LP Kulturverein
Geburtstagskind				jederzeit	KLP
Erzählnacht				1x jährlich	Projektgruppe/ Elternrat
Schoggi Taler Verkauf				September	KLP
Projektwoche				Unregelmässig/3. Quintal	Projektgruppe

Oberstufe - Schulhauskultur					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständigkeit
Helping-Days					
Projektwoche		Kursangebote, wählbar		1.–3. Sek 4./5. Quintal	LP
Schulsilvester		SuS bieten Programm an		1.–3. Sek 2.Quintal	SP
SchülerInnenparlament		Partizipation der SuS-Delegierte		1.–3. Sek	SP
Elternabend (freiwillig für alle Eltern)		Themenelternabend alternierend - Sucht - Sexualität - Medien		1.–3. Sek 3. Quintal	SSA
Klassenlager		Themen wie Ernährung, Bewegung, Medien, Stress etc.		1.–3. Sek mind. 1x	KLP
JG-Sporttage				1.–3. Sek mind. 1. Quintal	Sport-AG
Feel OK-Woche		div. Präventionsthemen		1.-3. Sek 2. Quintal	AG Feel OK
JG-Wanderung		Kennenlernen zum Start in der Sekundarschule		1. Sek, 1. Quintal	LP

Berufswahl an der Oberstufe					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständig-keit
Berufsorientierung	Die SuS lernen: Selbsteinschätzung, Kennenlernen der Berufswelt, Vergleich Ich-Berufswelt, Berufe erkunden, Umsetzung, Bewerbung	Berufs(wahl)tagebuch Portfolio		2. Sek / 3. Sek Wahl- fach	BO-LP
LIFT-Projekt	Coaching in der OS und Praxiser- fahrung in Betrieben für Sek B SuS		https://jugendprojekt-lift.ch	1.–3. Sek	SL & LIFT Coach (SSA)
Projekttag Berufswahl & Bewerbungscoaching	Die SuS wissen, wie sie sich im Be- werbungs-gespräch verhalten, über- prüfen mit Profis das Bewerbungs- dossier und kennen verschiedene Berufsfelder.	Bewerbungstraining, Austausch Schnupperlehren, Infos über Berufswahl Orientierung und Überblick über die Berufe, Anfertigung ei- nes Bewerbungsdossiers	www.projuventute.ch/de/el-tern/lehrpersonen-fachperso-nen/bewerbungstraining-schul-klasse	2. Sek, 3. Quintal	JGL & KLP
Berufsinfotag	Alle SuS haben die Möglichkeit ei- nen Vor- und Nachmittag in einem Betrieb zu schnuppern.		https://berufsinfotagbezirkmeilen.kursweb.ch/	2. Sek, 3. Quintal	BIZ Meilen, KLP
BIZ Besuch mit der Klasse	Alle SuS kennen das Beratungsan- gebot des BIZ Meilen und wissen, wie sie dort hinkommen.			2. Sek, 1. & 2. Quintal	BIZ Meilen, KLP
Elternabend BIZ	Alle Eltern kennen Beratungsange- bot des BIZ Meilen und die ver- schiedensten Bildungswege der CH.			2. Sek, 1. & 2. Quintal	BIZ Meilen, KLP
Schulhaussprechstunde Berufsberatung	Die SuS erhalten Beratung bzgl. ih- res Berufswunsch.			2. und 3. Sek	BIZ Mitarbeite- rin (S. Ruf)
Mittelschulvorbereitung	Übungsangebot für die Mittelschul- prüfungen.			2. und 3. Sek Nach den Okt-Fe- rien	

Sicherheit

Kindergarten - Sicherheit					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständig-keit
Verkehrserziehung	Die Kinder können sicher zu Fuss den Schulweg bewältigen.		4 Lektionen	Schulstart	Gemeindepoli-zei
	Die Kinder wissen, wie sie sich verhalten sollen, wenn sie von einer fremden Person angesprochen werden.				
Unterstufe - Sicherheit					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständig-keit
Alarm	Ich weiss, wie ich mich bei einer Evakuierung zu verhalten habe.	Evak üben			
Verkehrserziehung	Reflektorenstreifen sind mir be-kannt.	Reflektorstreifen vom Elternrat, mit Klasse thematisieren (Vi-deo), auf Wettbewerb aufmerk-sam machen	15 Minuten	Nach den Herbstfe-rien	KLP
	Verkehrsinstruktion			1x/Jahr	KAPO

Mittelstufe - Sicherheit					
MST	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständig-keit
Strassenverkehr	Ich kann mit dem Velo/Micro Scooter am Strassenverkehr teilnehmen.	Verkehrsunterricht (Fahrradtraining)			Kantonspolizei und KLP
		Veloprüfung 5. Klasse		Juni	Kapo
		Verkehrsinstruktion 4.–6. Klasse		1x/Jahr	Kapo
«Kriminalprävention»	Die Kinder wissen, wie sie sich verhalten sollen, wenn sie von einer fremden Person angesprochen werden.			1x/Jahr / 4.–6. Klasse	Kapo
Pausenplatz	Ich weiss, wo ich auf dem Pausenplatz Hilfe holen kann.	Leuchtwesten			
Oberstufe - Sicherheit					
Thema	Lernziel	Umsetzungsmöglichkeiten	Quellen / Links	Wann	Zuständig-keit
Alarm	Ich weiss, wie ich mich bei Alarm und Evak zu verhalten habe.	Alarm und Evakuieren	Im Ordner «Feel-okay» Teams Oberstufe	1. Sek Feel Okay	LP
Verkehr	Ich kenne den Toten Winkel und weiss, wie gefährlich er ist.	Toter Winkel / Theorie & Praxis (Löschfahrzeug)		1 Sek Feel Okay	Extern
Nothilfe	Ich habe Grundwissen über die erste Hilfe.	1. Hilfe	Im Ordner «Feel-okay» Teams Oberstufe	1. Sek Feel Okay	LP
Verkehrskunde	Ich kann mithilfe verschiedener Simulatoren nachempfinden, wie z.B. Alkohol mich im Strassenverkehr einschränkt.	Verkehrssimulation		2. Sek Feel Okay	Polizei
Feuer	Ich weiss, wie Brände entstehen und kann einen Brand löschen (Feuerlöscher).	Brandtheorie & Praxis: Umgang mit Bränden		3. Sek Feel Okay	LP