



LERNEN > INHALTE

Gesundheit

Stand: 15.01.2025



Inhaltsverzeichnis

Gesundheit	4
Themenfelder	4
Pflichtunterricht	4
Aktions- und Projektwochen	5
Individuell wählbare Programme	5
Bewegung	6
Themenfelder	6
Pflichtunterricht	6
Aktions- und Projektwochen	7
Individuell wählbare Programme	7
Lerne durch Bewegung – LeBe!	8
Themenfelder	8
Pflichtunterricht	8
Aktions- und Projektwochen	9
Individuell wählbare Programme	9
Ernährung	10
Themenfelder	10
Pflichtunterricht	10
Aktions- und Projektwochen	11
Individuell wählbare Programme	11
Prävention	12
Themenfelder	12
Pflichtunterricht	12
Aktions- und Projektwochen	13
Individuell wählbare Programme	13
Gib AIDS keine Chance!	14
Themenfelder	14
Pflichtunterricht	14
Aktions- und Projektwochen	15
Individuell wählbare Programme	15
Kinder und Jugendliche vor Gewalt schützen	16
Themenfelder	16
Pflichtunterricht	16
Aktions- und Projektwochen	17
Individuell wählbare Programme	17
Mit Mut gegen Mobbing	19
Themenfelder	19
Pflichtunterricht	19

Aktions- und Projektwochen	20
Individuell wählbare Programme	20
Suchtprävention	21
Themenfelder	21
Pflichtunterricht	21
Aktions- und Projektwochen	22
Individuell wählbare Programme	22
Resilienz	23
Themenfelder	23
Pflichtunterricht	23
Aktions- und Projektwochen	24
Individuell wählbare Programme	24
Impressionen ggS 2023	25
Themenfelder	25
Pflichtunterricht	25
Aktions- und Projektwochen	26
Individuell wählbare Programme	26

Gesundheit



Körperliche und mentale Gesundheit sind wichtige Voraussetzungen für gelingendes Lernen ©Robert Kneschke - stock.adobe.com

Gesundheitsförderung ist eine zentrale Aufgabe aller Fächer und Schularten. Die Vermittlung der Einzelthemen stützt sich auf drei Eckpfeiler: den Pflichtunterricht, Aktions- und Projektwochen sowie individuell wählbare Programme.

Themenfelder

Gesundheitserziehung im Pflichtunterricht

Die Vermittlung von Wissen um eine aktive Gesundheitsvorsorge und die Entwicklung entsprechender Kompetenzen sind zentrale Bausteine der schulischen Gesundheitsförderung. Zu dieser gehören u. a.

- die Entwicklung eines gesunden Lebensstils auf der Grundlage physischer, psychischer, sozialer, ökologischer und spiritueller Balance.
- die Auseinandersetzung mit den Themenfeldern Ernährung, Bewegung, Hygiene, Stress/psychische Gesundheit und Sucht-/Gewaltprävention.
- Kenntnisse über einen verantwortungsvollen und achtsamen Umgang mit sich selbst, eine aktive Freizeitgestaltung sowie Bewältigungsstrategien in Belastungssituationen.

Im LehrplanPLUS ist eine **ganzheitliche und umfassende Gesundheitsförderung** als **schulart- und fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel** fest verankert.

Aktions- und Projektwochen

Aktions- und Projektwochen **stärken den Praxis- und Lebensweltbezug der Gesundheitserziehung** im Unterricht.

Eine wichtige Rolle spielt hierbei die breite Verankerung in den Projektwochen des Gesamtkonzepts → [Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben](#)

<https://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/alltagskompetenz> .

In der **Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit** erhalten Schülerinnen und Schüler die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden.

Individuell wählbare Programme

Die Staatregierung stellt den Schulen eine Vielzahl an ergänzenden Programmen zur Verfügung. Unter anderem führt das Kultusministerium gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium das [Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern](#)

<https://www.ggs.bayern.de/> durch:



Programmpartner sind das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG), die AOK Bayern, die BARMER und die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB).

Bewegung



Körperliche und mentale Gesundheit sind wichtige Voraussetzungen für gelingendes Lernen ©Robert Kneschke - stock.adobe.com

Gesundheitsförderung ist eine zentrale Aufgabe aller Fächer und Schularten. Die Vermittlung der Einzelthemen stützt sich auf drei Eckpfeiler: den Pflichtunterricht, Aktions- und Projektwochen sowie individuell wählbare Programme.

Themenfelder

Gesundheitserziehung im Pflichtunterricht

Die Vermittlung von Wissen um eine aktive Gesundheitsvorsorge und die Entwicklung entsprechender Kompetenzen sind zentrale Bausteine der schulischen Gesundheitsförderung. Zu dieser gehören u. a.

- die Entwicklung eines gesunden Lebensstils auf der Grundlage physischer, psychischer, sozialer, ökologischer und spiritueller Balance.
- die Auseinandersetzung mit den Themenfeldern Ernährung, Bewegung, Hygiene, Stress/psychische Gesundheit und Sucht-/Gewaltprävention.
- Kenntnisse über einen verantwortungsvollen und achtsamen Umgang mit sich selbst, eine aktive Freizeitgestaltung sowie Bewältigungsstrategien in Belastungssituationen.

Im LehrplanPLUS ist eine **ganzheitliche und umfassende Gesundheitsförderung** als **schulart- und fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel** fest verankert.

Aktions- und Projektwochen

Aktions- und Projektwochen **stärken den Praxis- und Lebensweltbezug der Gesundheitserziehung** im Unterricht.

Eine wichtige Rolle spielt hierbei die breite Verankerung in den Projektwochen des Gesamtkonzepts → [Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben](#)

<https://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/alltagskompetenz> .

In der **Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit** erhalten Schülerinnen und Schüler die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden.

Individuell wählbare Programme

Die Staatregierung stellt den Schulen eine Vielzahl an ergänzenden Programmen zur Verfügung. Unter anderem führt das Kultusministerium gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium das [Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern](#)

<https://www.ggs.bayern.de/> durch:



Programmpartner sind das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG), die AOK Bayern, die BARMER und die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB).

Lerne durch Bewegung – LeBe!



Körperliche und mentale Gesundheit sind wichtige Voraussetzungen für gelingendes Lernen ©Robert Kneschke - stock.adobe.com

Gesundheitsförderung ist eine zentrale Aufgabe aller Fächer und Schularten. Die Vermittlung der Einzelthemen stützt sich auf drei Eckpfeiler: den Pflichtunterricht, Aktions- und Projektwochen sowie individuell wählbare Programme.

Themenfelder

Gesundheitserziehung im Pflichtunterricht

Die Vermittlung von Wissen um eine aktive Gesundheitsvorsorge und die Entwicklung entsprechender Kompetenzen sind zentrale Bausteine der schulischen Gesundheitsförderung. Zu dieser gehören u. a.

- die Entwicklung eines gesunden Lebensstils auf der Grundlage physischer, psychischer, sozialer, ökologischer und spiritueller Balance.
- die Auseinandersetzung mit den Themenfeldern Ernährung, Bewegung, Hygiene, Stress/psychische Gesundheit und Sucht-/Gewaltprävention.
- Kenntnisse über einen verantwortungsvollen und achtsamen Umgang mit sich selbst, eine aktive Freizeitgestaltung sowie Bewältigungsstrategien in Belastungssituationen.

Im LehrplanPLUS ist eine **ganzheitliche und umfassende Gesundheitsförderung** als **schulart- und fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel** fest verankert.

Aktions- und Projektwochen

Aktions- und Projektwochen **stärken den Praxis- und Lebensweltbezug der Gesundheitserziehung** im Unterricht.

Eine wichtige Rolle spielt hierbei die breite Verankerung in den Projektwochen des Gesamtkonzepts → [Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben](#)

<https://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/alltagskompetenz> .

In der **Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit** erhalten Schülerinnen und Schüler die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden.

Individuell wählbare Programme

Die Staatregierung stellt den Schulen eine Vielzahl an ergänzenden Programmen zur Verfügung. Unter anderem führt das Kultusministerium gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium das [Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern](#)

<https://www.ggs.bayern.de/> durch:



Programmpartner sind das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG), die AOK Bayern, die BARMER und die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB).

Ernährung



Körperliche und mentale Gesundheit sind wichtige Voraussetzungen für gelingendes Lernen ©Robert Kneschke - stock.adobe.com

Gesundheitsförderung ist eine zentrale Aufgabe aller Fächer und Schularten. Die Vermittlung der Einzelthemen stützt sich auf drei Eckpfeiler: den Pflichtunterricht, Aktions- und Projektwochen sowie individuell wählbare Programme.

Themenfelder

Gesundheitserziehung im Pflichtunterricht

Die Vermittlung von Wissen um eine aktive Gesundheitsvorsorge und die Entwicklung entsprechender Kompetenzen sind zentrale Bausteine der schulischen Gesundheitsförderung. Zu dieser gehören u. a.

- die Entwicklung eines gesunden Lebensstils auf der Grundlage physischer, psychischer, sozialer, ökologischer und spiritueller Balance.
- die Auseinandersetzung mit den Themenfeldern Ernährung, Bewegung, Hygiene, Stress/psychische Gesundheit und Sucht-/Gewaltprävention.
- Kenntnisse über einen verantwortungsvollen und achtsamen Umgang mit sich selbst, eine aktive Freizeitgestaltung sowie Bewältigungsstrategien in Belastungssituationen.

Im LehrplanPLUS ist eine **ganzheitliche und umfassende Gesundheitsförderung** als **schulart- und fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel** fest verankert.

Aktions- und Projektwochen

Aktions- und Projektwochen **stärken den Praxis- und Lebensweltbezug der Gesundheitserziehung** im Unterricht.

Eine wichtige Rolle spielt hierbei die breite Verankerung in den Projektwochen des Gesamtkonzepts → [Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben](#)

<https://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/alltagskompetenz> .

In der **Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit** erhalten Schülerinnen und Schüler die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden.

Individuell wählbare Programme

Die Staatregierung stellt den Schulen eine Vielzahl an ergänzenden Programmen zur Verfügung. Unter anderem führt das Kultusministerium gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium das [Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern](#)

<https://www.ggs.bayern.de/> durch:



Programmpartner sind das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG), die AOK Bayern, die BARMER und die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB).

Prävention



Körperliche und mentale Gesundheit sind wichtige Voraussetzungen für gelingendes Lernen ©Robert Kneschke - stock.adobe.com

Gesundheitsförderung ist eine zentrale Aufgabe aller Fächer und Schularten. Die Vermittlung der Einzelthemen stützt sich auf drei Eckpfeiler: den Pflichtunterricht, Aktions- und Projektwochen sowie individuell wählbare Programme.

Themenfelder

Gesundheitserziehung im Pflichtunterricht

Die Vermittlung von Wissen um eine aktive Gesundheitsvorsorge und die Entwicklung entsprechender Kompetenzen sind zentrale Bausteine der schulischen Gesundheitsförderung. Zu dieser gehören u. a.

- die Entwicklung eines gesunden Lebensstils auf der Grundlage physischer, psychischer, sozialer, ökologischer und spiritueller Balance.
- die Auseinandersetzung mit den Themenfeldern Ernährung, Bewegung, Hygiene, Stress/psychische Gesundheit und Sucht-/Gewaltprävention.
- Kenntnisse über einen verantwortungsvollen und achtsamen Umgang mit sich selbst, eine aktive Freizeitgestaltung sowie Bewältigungsstrategien in Belastungssituationen.

Im LehrplanPLUS ist eine **ganzheitliche und umfassende Gesundheitsförderung** als **schulart- und fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel** fest verankert.

Aktions- und Projektwochen

Aktions- und Projektwochen **stärken den Praxis- und Lebensweltbezug der Gesundheitserziehung** im Unterricht.

Eine wichtige Rolle spielt hierbei die breite Verankerung in den Projektwochen des Gesamtkonzepts → [Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben](#)

<https://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/alltagskompetenz> .

In der **Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit** erhalten Schülerinnen und Schüler die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden.

Individuell wählbare Programme

Die Staatregierung stellt den Schulen eine Vielzahl an ergänzenden Programmen zur Verfügung. Unter anderem führt das Kultusministerium gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium das [Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern](#)

<https://www.ggs.bayern.de/> durch:



Programmpartner sind das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG), die AOK Bayern, die BARMER und die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB).

Gib AIDS keine Chance!



Körperliche und mentale Gesundheit sind wichtige Voraussetzungen für gelingendes Lernen ©Robert Kneschke - stock.adobe.com

Gesundheitsförderung ist eine zentrale Aufgabe aller Fächer und Schularten. Die Vermittlung der Einzelthemen stützt sich auf drei Eckpfeiler: den Pflichtunterricht, Aktions- und Projektwochen sowie individuell wählbare Programme.

Themenfelder

Gesundheitserziehung im Pflichtunterricht

Die Vermittlung von Wissen um eine aktive Gesundheitsvorsorge und die Entwicklung entsprechender Kompetenzen sind zentrale Bausteine der schulischen Gesundheitsförderung. Zu dieser gehören u. a.

- die Entwicklung eines gesunden Lebensstils auf der Grundlage physischer, psychischer, sozialer, ökologischer und spiritueller Balance.
- die Auseinandersetzung mit den Themenfeldern Ernährung, Bewegung, Hygiene, Stress/psychische Gesundheit und Sucht-/Gewaltprävention.
- Kenntnisse über einen verantwortungsvollen und achtsamen Umgang mit sich selbst, eine aktive Freizeitgestaltung sowie Bewältigungsstrategien in Belastungssituationen.

Im LehrplanPLUS ist eine **ganzheitliche und umfassende Gesundheitsförderung** als **schulart- und fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel** fest verankert.

Aktions- und Projektwochen

Aktions- und Projektwochen **stärken den Praxis- und Lebensweltbezug der Gesundheitserziehung** im Unterricht.

Eine wichtige Rolle spielt hierbei die breite Verankerung in den Projektwochen des Gesamtkonzepts → [Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben](#)

<https://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/alltagskompetenz> .

In der **Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit** erhalten Schülerinnen und Schüler die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden.

Individuell wählbare Programme

Die Staatregierung stellt den Schulen eine Vielzahl an ergänzenden Programmen zur Verfügung. Unter anderem führt das Kultusministerium gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium das [Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern](#)

<https://www.ggs.bayern.de/> durch:



Programmpartner sind das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG), die AOK Bayern, die BARMER und die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB).

Kinder und Jugendliche vor Gewalt schützen



Körperliche und mentale Gesundheit sind wichtige Voraussetzungen für gelingendes Lernen ©Robert Kneschke - stock.adobe.com

Gesundheitsförderung ist eine zentrale Aufgabe aller Fächer und Schularten. Die Vermittlung der Einzelthemen stützt sich auf drei Eckpfeiler: den Pflichtunterricht, Aktions- und Projektwochen sowie individuell wählbare Programme.

Themenfelder

Gesundheitserziehung im Pflichtunterricht

Die Vermittlung von Wissen um eine aktive Gesundheitsvorsorge und die Entwicklung entsprechender Kompetenzen sind zentrale Bausteine der schulischen Gesundheitsförderung. Zu dieser gehören u. a.

- die Entwicklung eines gesunden Lebensstils auf der Grundlage physischer, psychischer, sozialer, ökologischer und spiritueller Balance.
- die Auseinandersetzung mit den Themenfeldern Ernährung, Bewegung, Hygiene, Stress/psychische Gesundheit und Sucht-/Gewaltprävention.

- Kenntnisse über einen verantwortungsvollen und achtsamen Umgang mit sich selbst, eine aktive Freizeitgestaltung sowie Bewältigungsstrategien in Belastungssituationen.

Im LehrplanPLUS ist eine **ganzheitliche und umfassende Gesundheitsförderung** als **schulart- und fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel** fest verankert.

Aktions- und Projektwochen

Aktions- und Projektwochen **stärken den Praxis- und Lebensweltbezug der Gesundheitserziehung** im Unterricht.

Eine wichtige Rolle spielt hierbei die breite Verankerung in den Projektwochen des Gesamtkonzepts → [Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben](#)

<https://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/alltagskompetenz> .

In der **Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit** erhalten Schülerinnen und Schüler die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden.

Individuell wählbare Programme

Die Staatregierung stellt den Schulen eine Vielzahl an ergänzenden Programmen zur Verfügung. Unter anderem führt das Kultusministerium gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium das [Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern](#) <https://www.ggs.bayern.de/> durch:



Programmpartner sind das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG), die AOK Bayern, die BARMER und die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB).

Mit Mut gegen Mobbing



Körperliche und mentale Gesundheit sind wichtige Voraussetzungen für gelingendes Lernen ©Robert Kneschke - stock.adobe.com

Gesundheitsförderung ist eine zentrale Aufgabe aller Fächer und Schularten. Die Vermittlung der Einzelthemen stützt sich auf drei Eckpfeiler: den Pflichtunterricht, Aktions- und Projektwochen sowie individuell wählbare Programme.

Themenfelder

Gesundheitserziehung im Pflichtunterricht

Die Vermittlung von Wissen um eine aktive Gesundheitsvorsorge und die Entwicklung entsprechender Kompetenzen sind zentrale Bausteine der schulischen Gesundheitsförderung. Zu dieser gehören u. a.

- die Entwicklung eines gesunden Lebensstils auf der Grundlage physischer, psychischer, sozialer, ökologischer und spiritueller Balance.
- die Auseinandersetzung mit den Themenfeldern Ernährung, Bewegung, Hygiene, Stress/psychische Gesundheit und Sucht-/Gewaltprävention.
- Kenntnisse über einen verantwortungsvollen und achtsamen Umgang mit sich selbst, eine aktive Freizeitgestaltung sowie Bewältigungsstrategien in Belastungssituationen.

Im LehrplanPLUS ist eine **ganzheitliche und umfassende Gesundheitsförderung** als **schulart- und fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel** fest verankert.

Aktions- und Projektwochen

Aktions- und Projektwochen **stärken den Praxis- und Lebensweltbezug der Gesundheitserziehung** im Unterricht.

Eine wichtige Rolle spielt hierbei die breite Verankerung in den Projektwochen des Gesamtkonzepts → [Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben](#)

<https://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/alltagskompetenz> .

In der **Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit** erhalten Schülerinnen und Schüler die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden.

Individuell wählbare Programme

Die Staatregierung stellt den Schulen eine Vielzahl an ergänzenden Programmen zur Verfügung. Unter anderem führt das Kultusministerium gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium das [Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern](#)

<https://www.ggs.bayern.de/> durch:



Programmpartner sind das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG), die AOK Bayern, die BARMER und die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB).

Suchtprävention



Körperliche und mentale Gesundheit sind wichtige Voraussetzungen für gelingendes Lernen ©Robert Kneschke - stock.adobe.com

Gesundheitsförderung ist eine zentrale Aufgabe aller Fächer und Schularten. Die Vermittlung der Einzelthemen stützt sich auf drei Eckpfeiler: den Pflichtunterricht, Aktions- und Projektwochen sowie individuell wählbare Programme.

Themenfelder

Gesundheitserziehung im Pflichtunterricht

Die Vermittlung von Wissen um eine aktive Gesundheitsvorsorge und die Entwicklung entsprechender Kompetenzen sind zentrale Bausteine der schulischen Gesundheitsförderung. Zu dieser gehören u. a.

- die Entwicklung eines gesunden Lebensstils auf der Grundlage physischer, psychischer, sozialer, ökologischer und spiritueller Balance.
- die Auseinandersetzung mit den Themenfeldern Ernährung, Bewegung, Hygiene, Stress/psychische Gesundheit und Sucht-/Gewaltprävention.
- Kenntnisse über einen verantwortungsvollen und achtsamen Umgang mit sich selbst, eine aktive Freizeitgestaltung sowie Bewältigungsstrategien in Belastungssituationen.

Im LehrplanPLUS ist eine **ganzheitliche und umfassende Gesundheitsförderung** als **schulart- und fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel** fest verankert.

Aktions- und Projektwochen

Aktions- und Projektwochen **stärken den Praxis- und Lebensweltbezug der Gesundheitserziehung** im Unterricht.

Eine wichtige Rolle spielt hierbei die breite Verankerung in den Projektwochen des Gesamtkonzepts → [Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben](#)

<https://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/alltagskompetenz> .

In der **Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit** erhalten Schülerinnen und Schüler die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden.

Individuell wählbare Programme

Die Staatregierung stellt den Schulen eine Vielzahl an ergänzenden Programmen zur Verfügung. Unter anderem führt das Kultusministerium gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium das [Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern](#)

<https://www.ggs.bayern.de/> durch:



Programmpartner sind das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG), die AOK Bayern, die BARMER und die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB).

Resilienz



Körperliche und mentale Gesundheit sind wichtige Voraussetzungen für gelingendes Lernen ©Robert Kneschke - stock.adobe.com

Gesundheitsförderung ist eine zentrale Aufgabe aller Fächer und Schularten. Die Vermittlung der Einzelthemen stützt sich auf drei Eckpfeiler: den Pflichtunterricht, Aktions- und Projektwochen sowie individuell wählbare Programme.

Themenfelder

Gesundheitserziehung im Pflichtunterricht

Die Vermittlung von Wissen um eine aktive Gesundheitsvorsorge und die Entwicklung entsprechender Kompetenzen sind zentrale Bausteine der schulischen Gesundheitsförderung. Zu dieser gehören u. a.

- die Entwicklung eines gesunden Lebensstils auf der Grundlage physischer, psychischer, sozialer, ökologischer und spiritueller Balance.
- die Auseinandersetzung mit den Themenfeldern Ernährung, Bewegung, Hygiene, Stress/psychische Gesundheit und Sucht-/Gewaltprävention.
- Kenntnisse über einen verantwortungsvollen und achtsamen Umgang mit sich selbst, eine aktive Freizeitgestaltung sowie Bewältigungsstrategien in Belastungssituationen.

Im LehrplanPLUS ist eine **ganzheitliche und umfassende Gesundheitsförderung** als **schulart- und fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel** fest verankert.

Aktions- und Projektwochen

Aktions- und Projektwochen **stärken den Praxis- und Lebensweltbezug der Gesundheitserziehung** im Unterricht.

Eine wichtige Rolle spielt hierbei die breite Verankerung in den Projektwochen des Gesamtkonzepts → [Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben](#)

<https://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/alltagskompetenz> .

In der **Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit** erhalten Schülerinnen und Schüler die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden.

Individuell wählbare Programme

Die Staatregierung stellt den Schulen eine Vielzahl an ergänzenden Programmen zur Verfügung. Unter anderem führt das Kultusministerium gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium das [Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern](#)

<https://www.ggs.bayern.de/> durch:



Programmpartner sind das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG), die AOK Bayern, die BARMER und die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB).

Impressionen ggS 2023



Körperliche und mentale Gesundheit sind wichtige Voraussetzungen für gelingendes Lernen ©Robert Kneschke - stock.adobe.com

Gesundheitsförderung ist eine zentrale Aufgabe aller Fächer und Schularten. Die Vermittlung der Einzelthemen stützt sich auf drei Eckpfeiler: den Pflichtunterricht, Aktions- und Projektwochen sowie individuell wählbare Programme.

Themenfelder

Gesundheitserziehung im Pflichtunterricht

Die Vermittlung von Wissen um eine aktive Gesundheitsvorsorge und die Entwicklung entsprechender Kompetenzen sind zentrale Bausteine der schulischen Gesundheitsförderung. Zu dieser gehören u. a.

- die Entwicklung eines gesunden Lebensstils auf der Grundlage physischer, psychischer, sozialer, ökologischer und spiritueller Balance.
- die Auseinandersetzung mit den Themenfeldern Ernährung, Bewegung, Hygiene, Stress/psychische Gesundheit und Sucht-/Gewaltprävention.
- Kenntnisse über einen verantwortungsvollen und achtsamen Umgang mit sich selbst, eine aktive Freizeitgestaltung sowie Bewältigungsstrategien in Belastungssituationen.

Im LehrplanPLUS ist eine **ganzheitliche und umfassende Gesundheitsförderung** als **schulart- und fächerübergreifendes Bildungs- und Erziehungsziel** fest verankert.

Aktions- und Projektwochen

Aktions- und Projektwochen **stärken den Praxis- und Lebensweltbezug der Gesundheitserziehung** im Unterricht.

Eine wichtige Rolle spielt hierbei die breite Verankerung in den Projektwochen des Gesamtkonzepts → [Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben](#)

<https://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/alltagskompetenz> .

In der **Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit** erhalten Schülerinnen und Schüler die Gelegenheit, selbst aktiv zu werden.

Individuell wählbare Programme

Die Staatregierung stellt den Schulen eine Vielzahl an ergänzenden Programmen zur Verfügung. Unter anderem führt das Kultusministerium gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium das [Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern](#)

<https://www.ggs.bayern.de/> durch:



Programmpartner sind das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG), die AOK Bayern, die BARMER und die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB).