

  
ZEIT  
FÜR DIE  
SCHULE

IN KOOPERATION MIT



# STABILE SACHE

BEWEGT DURCH DEN SCHULALLTAG

**UNTERRICHTSMATERIAL**  
**GESELLSCHAFTSWISSENSCHAFTEN**



# STABILE SACHE

BEWEGT DURCH DEN SCHULALLTAG

**UNTERRICHTSMATERIAL  
GESELLSCHAFTSWISSENSCHAFTEN**

  
ZEIT  
FÜR DIE  
SCHULE

IN KOOPERATION MIT



# UNSER SOLIDARISCHES GESUNDHEITSSYSTEM

## GEMEINSAM GEHT'S BESSER

### Unterrichtsmaterial für Gesellschaftswissenschaften Klassen 3–6

Gesundheit geht uns alle an, doch nicht alle haben die gleichen Voraussetzungen. Nicht alle sind fit, nicht alle können alles. Genau deshalb braucht es ein solidarisches Gesundheitssystem. Eines, das funktioniert wie im Gemeinschaftssport: Man hält zusammen, gleicht Unterschiede aus – und ist im Team am stärksten.

In dieser Unterrichtseinheit durchlaufen Ihre Schülerinnen und Schüler einen Hindernisparcours mit ungleichen Bedingungen. Dabei erfahren sie, wie wichtig Solidarität und gegenseitige Unterstützung sind – und wie schwer es für den Einzelnen und die Gemeinschaft wird, wenn jeder auf sich allein gestellt ist. Diese Erfahrung übertragen sie auf das deutsche Gesundheitssystem, das ihnen vorgestellt wird. Sie erkennen, warum es auf die Mitverantwortung aller angewiesen ist, und überlegen, welchen Beitrag sie selbst dafür leisten können.

# EINLEITUNG UND LERNZIELE

In dieser Unterrichtseinheit lernen die Schülerinnen und Schüler das Prinzip der gesellschaftlichen Solidarität am Beispiel des Gesundheitssystems kennen. Ausgangspunkt ist ein Bewegungsparcours, den die Kinder zunächst auf sich allein gestellt und teilweise mit Einschränkungen bewältigen müssen. Die Übung soll die Schülerinnen und Schülern dafür sensibilisieren, wie schwer und auch frustrierend es ist, seine Ziele mit Einschränkungen oder einer Krankheit erreichen zu können, wobei selbst bei den „Siegern“ kaum ein glückliches Gemeinschaftsgefühl aufkommen kann. Umso erleichterter erfahren sie in der zweiten Runde, wie viel besser es für alle geht, wenn man sich gegenseitig hilft.

Wie in einem gut funktionierenden Team im Gemeinschaftssport zeigt sich: Nur wenn alle ihre Fähigkeiten einbringen und sich gegenseitig helfen, können Schwächen ausgeglichen und gemeinsame Ziele erreicht werden. Gerade die bewusste Erfahrung von Ungleichheit in der Bewegungsrunde 1 und das positive Erleben von Unterstützung in Runde 2 erleichtern den Zugang zur Idee der Solidarität.

Der Parcours dient als didaktisches Modell für gesellschaftliche Prozesse: Wer Einschränkungen erfährt, ist auf ein unterstützendes System angewiesen.

Somit können die Schülerinnen und Schüler diese Erkenntnisse auf das gesellschaftliche Zusammenleben übertragen. Angeleitet durch die Lehrkraft überlegen sie, wie Solidarität im deutschen Gesundheitssystem organisiert werden kann: Alle leisten ihren Beitrag so gut sie können, für die Gesundheitsfürsorge der Gemeinschaft. So wird deutlich, dass in unserer Gesellschaft nicht jeder nur für sich selbst sorgt – sondern dass wir dafür gemeinsam Verantwortung tragen und teilen, wenn jemand krank oder hilfsbedürftig wird. Die Schülerinnen und Schüler erkennen dabei, dass ein solidarisches Gesundheitssystem auch auf ihre persönliche Mitwirkung angewiesen ist, und überlegen, was sie konkret dazu beitragen können.

Die Schülerinnen und Schüler durchlaufen in dieser Unterrichtseinheit drei Lernschritte:

- Erleben (Bewegungseinheit mit und ohne Unterstützung),
- Reflektieren (Gefühle, Fairness, Teamgeist),
- Übertragen (Wissenserwerb und Anwendung auf gesellschaftliche Fragestellungen).

# DIE LERNENDEN ...

... erleben in einer Bewegungsübung, wie sie selbst zu einer solidarischen Gemeinschaft beitragen können.

... erkennen, dass gegenseitige Hilfe dazu beiträgt, dass alle in einer Gemeinschaft besser zurechtkommen und erfolgreicher sind.

... reflektieren ihr Körpergefühl nach anstrengenden kooperativen Übungen (individuelles Gefühl und Auswirkungen auf die kognitiven Phasen im Klassengefüge).

... verstehen Grundprinzipien des solidarischen Gesundheitssystems.

... setzen sich mit Fragen der gesellschaftlichen Gerechtigkeit und Verantwortung auseinander.

... übertragen die gelernten Prinzipien auf die eigene Rolle im Gesundheitssystem und leiten daraus verantwortliches Handeln ab.

... diskutieren über Möglichkeiten, inwiefern die Bewegungsübungen sich in den Schulalltag (andere Fächer? Pause?) oder in den persönlichen Alltag (Ganztag? Vereine? Arbeitsgruppen?) integrieren lassen.

M1

## Tipps zum Aufbau einer Hindernisstrecke

Alle in der Klasse helfen, einen Parcours aufzubauen.

Mit diesen Tipps ist das ganz leicht:

### 1. Wo findet euer Parcours statt?

- Klassenzimmer, Flur oder Turnhalle: Wie viel Platz habt ihr?
- Wie ist die Laufrichtung?
- Wie viele Stationen könnten hineinpassen?

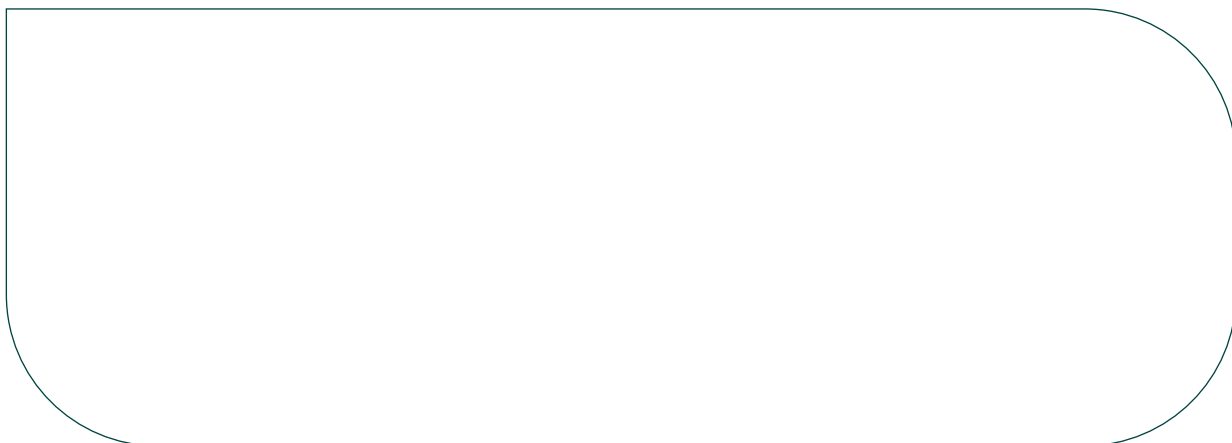
### 2. Welches Material könnt ihr für die Hindernisstrecke nutzen?

- Tische, Stühle, Matten, Bälle, Decken, Seile? Fragt eure Lehrkraft!

### 3. Überlegt Stationen für den Hindernislauf

Hier sind einige Ideen:

- **Balanceweg:** Legt eine enge Strecke mit Seilen oder Klebeband am Boden aus. Kannst du in der Spur laufen und das Gleichgewicht halten?
  - **Tunnel:** Gestaltet aus Stühlen und Decken eine niedrige Höhle. Kannst du durchkrabbeln?
  - **Zielwurf:** Baut eine Wurfstation mit Bällen, Eimern oder Kisten. Triffst du in den Korb?
  - **Hindernislauf:** Stellt mit Wasserflaschen oder anderen Gegenständen eine Slalomstrecke auf. Wie schnell kannst du sie durchlaufen, ohne die Hindernisse zu berühren?
  - **Transportaufgabe:** Markiert einen Startpunkt A und einen Endpunkt B. Legt einen Ball an den Startpunkt. Diesen muss man zwischen die Knie klemmen. Kannst du den Ball von A nach B bringen, ohne ihn fallen zu lassen?
  - **Torschuss:** Baut ein Tor, und bestimmt die Entfernung, aus der ihr schießen wollt. Kannst du den Fußball ins Tor kicken?
- Habt ihr weitere Ideen? Schreibt auf!



M1

**4. Teilt euch in Bauteams auf**

Jedes Team baut eine oder zwei Stationen. Nutzt das Material, das bereitliegt.  
Seid kreativ, und helft euch gegenseitig!

**5. Prüft alles**

Denkt an die Sicherheit! Nichts darf wackeln oder umkippen.  
Alle Stationen sollten sicher und leicht verständlich sein.

**6. Prüft alles**

Probiert den Parcours einmal aus – klappt alles? Braucht ihr noch etwas?

M2

## Namenschilder für die Stationen



**Station Nummer:**

**Name der Station:**

**Das muss man an dieser Station tun:**

**Station Nummer:**

**Name der Station:**

**Das muss man an dieser Station tun:**

M3

## Handicap-Zettel zum Auslosen

Ziehe eine Karte, und finde heraus, ob du den Parcours mit einem Handicap meistern sollst.



### **Du siehst heute nichts.**

Setz dir eine Augenbinde auf – vertraue auf deine anderen Sinne!

### **Dein rechtes Bein ist verletzt.**

Binde es hoch. Du musst nur mit einem Bein den Parcours bewältigen.

### **Deine Hände sind verletzt.**

Zieh dicke Fäustlinge an, oder bastle „Boxerhandschuhe“.

### **Du hast heute viel zu tragen.**

Lege einen schweren Rucksack und Gewichte an Armen und Beinen an.

### **Dein rechter Arm tut weh.**

Trage ihn in einer Schlinge. Schaffst du den Parcours nur mit einer Hand?

### **Du bist unsicher auf den Beinen.**

Balanciere ein kleines Kissen auf dem Kopf.

### **Du hast Rückenschmerzen.**

Binde ein Brett oder einen Stock an deinen Rücken, sodass er steif wird.

### **Du kannst nur kleine Schritte schaffen.**

Binde eine Schnur um deine Fußknöchel. Lass eine Handbreit Abstand.

M3



**Du musst rückwärts gehen.**

Laufen, krabbeln, klettern:  
niemals vorwärts!

**Du bist gesund.**

Du kannst den Parcours ohne  
Einschränkung durchlaufen.

**Du bist gesund.**

Du kannst den Parcours ohne  
Einschränkung durchlaufen.

**Du bist gesund.**

Du kannst den Parcours ohne  
Einschränkung durchlaufen.

**Du bist gesund.**

Du kannst den Parcours ohne  
Einschränkung durchlaufen.

**Du bist gesund.**

Du kannst den Parcours ohne  
Einschränkung durchlaufen.

**Du bist gesund.**

Du kannst den Parcours ohne  
Einschränkung durchlaufen.

**Du bist gesund.**

Du kannst den Parcours ohne  
Einschränkung durchlaufen.

**Aufgabe**

## Rund um den Parcours

Vorbereitung

### 1. Baut die Hindernisstrecke auf

Plant gemeinsam eine Hindernisstrecke. Baut diese dann auf.

Eure Lehrkraft hilft euch und hat dafür schon Vorbereitungen getroffen.

- Das Blatt „M1 – Tipps zum Aufbau einer Hindernisstrecke“ erklärt euch, wie ihr die Stationen gestalten könnt.
- Beschriftet mit „M2 – Namensschilder für den Parcours“ jede Station.

### *Bewegungsrunde 1*

### 2. Zieht im Losverfahren einen Handicap-Zettel M3

Nicht alle haben die gleichen Chancen im Hindernislauf. Einige bekommen eine Einschränkung (Handicap). Für diese wird der Hindernislauf schwieriger.

### 3. Durchlaufe den Parcours – jeder für sich allein

Jeder muss den Parcours einzeln schaffen. Ihr dürft euch nicht helfen.

Ihr dürft auch niemanden unterstützen, der ein Handicap hat.

- Wenn ihr eine Aufgabe nicht schafft, brecht ab und versucht die nächste. Das ist nicht schlimm!

### *Rückblick und Nachdenken 1*

### 4. Wie war die erste Parcours-Runde für dich?

Setzt euch in einem Kreis zusammen, und denkt an die *Bewegungsrunde 1* zurück.

#### a. War etwas besonders schwer oder ungewohnt für dich?

Erzähle davon!

#### b. War etwas besonders schwer oder ungewohnt für dich?

Welche Gefühle hattest du: glücklich, zufrieden, ärgerlich, enttäuscht?

Formuliere in einem Satz:

Ich fühlte mich

weil:

**Aufgabe****4. Wie war die erste Parcours-Runde für dich?**

Setzt euch in einem Kreis zusammen, und denkt an die *Bewegungsrunde 1* zurück.

**c. Hast du gesehen, wie es den anderen Kindern ging?**

Gab es Kinder, die es besonders schwer hatten? Wie hast du das erlebt?  
Fandest du das fair oder unfair? Erkläre, warum!

**d. Erzähle: Gab es ein Gemeinschaftsgefühl?**

Wie war euer Zusammenhalt? Habt ihr euch als starkes Team gefühlt?

**e. Überlegt zusammen: Geht das auch besser?**

Wie können alle Kinder, mit und ohne Handicap, besser durch den Parcours kommen? Findet eine Lösung – ihr dürft den Parcours aber nicht ändern!

***Bewegungsrunde 2*****5. Durchlaufe den Parcours. In dieser Runde helft ihr euch gegenseitig.**

In einer Gruppe – wie im Sportunterricht oder in einer Fußballmannschaft – hat jeder andere Stärken und Schwächen. Wer das erkennt und sich gegenseitig unterstützt, hat gemeinsam mehr Erfolg.

- Durchmischt die Zettel mit den Handicaps (M2), und zieht noch mal ein Los.
- Überlegt, wer wem helfen kann: Wer kann etwas, das ein anderer nicht so gut kann?
- Euer gemeinsames Ziel: Jeder, ob mit oder ohne Handicap, soll den Parcours schaffen!

***Rückblick und Nachdenken 2*****6. Setzt euch wieder in einem Kreis zusammen.****a. Erzählt: Wie war die zweite Runde für euch?**

War es leichter oder schwerer als vorher? Warum?

**b. Wie habt ihr euch geholfen?**

Warst du Helfer? Wurde dir geholfen? Erzähle!

**c. Wie hast du dich in der 2. Runde gefühlt?**

Welche Gefühle hattest du: glücklich, zufrieden, ärgerlich, enttäuscht?  
Formuliere in einem Satz:

Ich fühlte mich

weil:

**Aufgabe**

**6. Setzt euch wieder in einem Kreis zusammen.**

**d. Fandest du die zweite Runde fairer als die erste?**

Begründe, warum.

**e. Erzähle: Gab es ein Gemeinschaftsgefühl?**

Wie war euer Zusammenhalt? Habt ihr euch als starkes Team gefühlt?

**f. Welche Runde hat dir besser gefallen – die erste oder die zweite?**

Begründe deine Meinung.

**g. Was hast du aus dieser Runde gelernt?**

Über dich selbst und über andere?

## M4

## Ein solidarisches Gesundheitssystem

Verschiedene Menschen – unterschiedliche Bedürfnisse – ein gerechtes System für alle!

Hier sind Fallbeispiele für Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen. Bildet Gruppen. Diskutiert, wie unser Gesundheitssystem für alle gerecht und solidarisch sein kann.

<p><b>Kind</b> Kein Einkommen Krankenkassenbeitrag: keine</p>	<p><b>Rentnerin</b> Kleine Rente Krankenkassenbeitrag: €</p>
<p><b>Krankenpflegerin</b> Mittleres Einkommen Krankenkassenbeitrag: € €</p>	<p><b>Arbeitsloser Handwerker – chronisch krank</b> Arbeitslosengeld Krankenkassenbeitrag: zahlt Staat</p>
<p><b>Alleinerziehender Vater, drei kleine Kinder</b> Teilzeitjob, geringes Einkommen Krankenkassenbeitrag: €</p>	<p><b>Managerin</b> Hohes Einkommen Krankenkassenbeitrag: € € € €</p>
<p><b>Sportlehrer</b> Mittleres Einkommen Krankenkassenbeitrag: € € €</p>	<p><b>Mensch mit Behinderung – pflegebedürftig</b> Kein Einkommen Krankenkassenbeitrag: zahlt Staat</p>

**Entscheidet euch, und begründet eure Wahl. Überlegt anhand der Fallbeispiele!**

### 1. Gesundheitshilfen: Medikamente, Pflege, Arztbesuche, Operationen

- Sollen alle Menschen alle Gesundheitshilfen bekommen, die sie brauchen?
- Sollen Menschen, die viel einzahlen, mehr Gesundheitshilfen bekommen als Menschen, die wenig einzahlen?

### 2. Höhe der Beiträge für die Krankenkasse

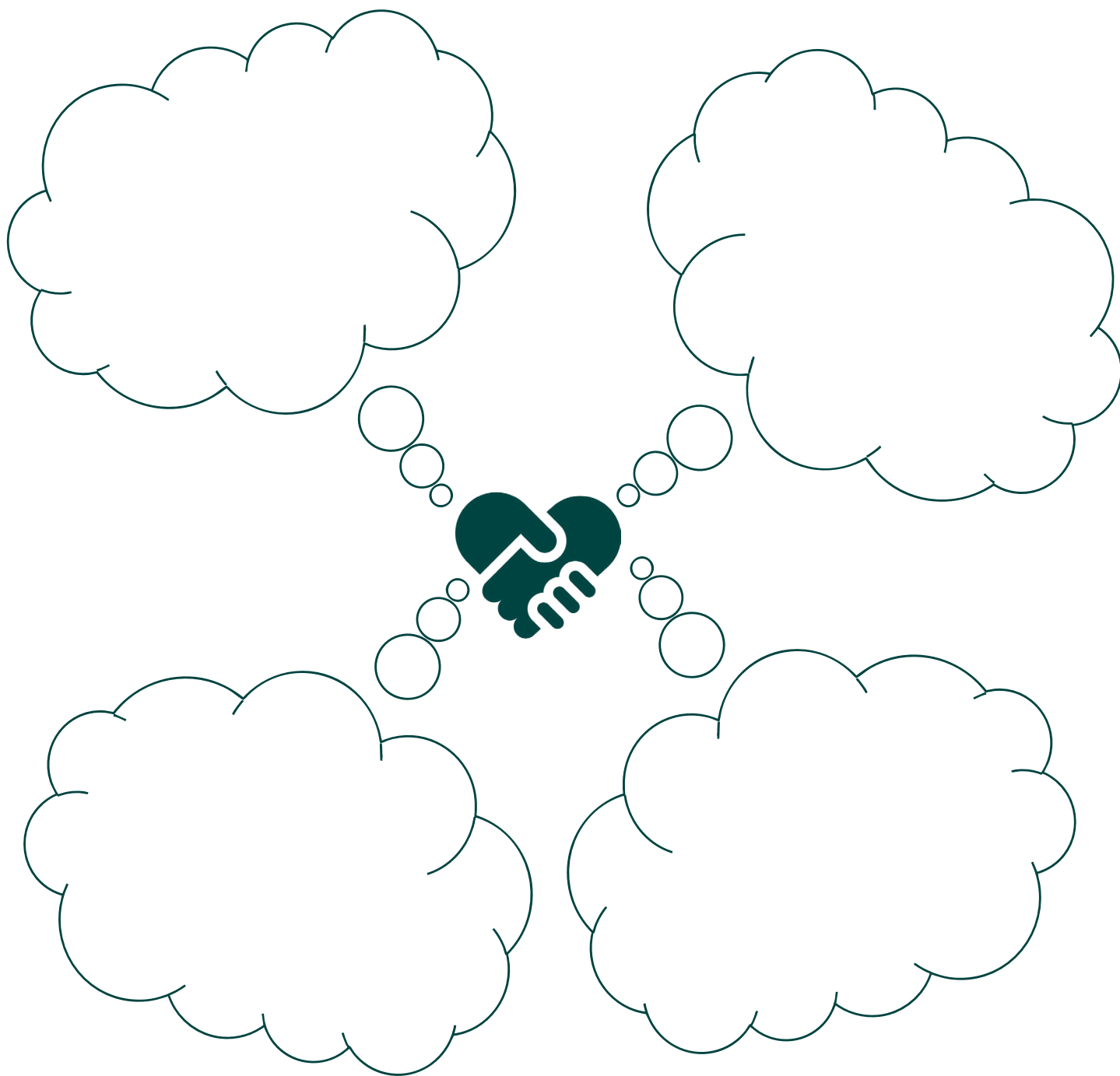
- Sollen alle Menschen gleich viel Geld in die Krankenkasse zahlen?
- Soll sich der Beitrag für die Krankenkasse nach dem Einkommen richten?  
also: Wer viel verdient, zahlt mehr, wer wenig verdient, zahlt weniger?

M5

## Gemeinsam stark – mein Beitrag zur Gesundheit aller

Was kannst du selbst tun, damit das Gesundheitssystem für alle gut funktioniert und solidarisch ist?

Schreibe deine Ideen in die Gedankenwolken.



# UNTERRICHTSVORSCHLAG

PHASE	INHALT	SOZIALFORM / METHODE	MATERIAL
<b>Vorbereitung Parcours</b>	Die Lehrkraft leitet den Aufbau eines Parcours an. Sie entscheidet, inwieweit und in welcher Form die Klasse beim Aufbau mitwirkt.	Frei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parcours-Elemente flexibel nach Gegebenheiten</li> <li>• M1 – Tipps zum Aufbau einer Hindernisstrecke</li> <li>• M2 – Namensschilder für Stationen</li> <li>• Aufgabe 1</li> </ul>
<b>Vorbereitung Handicaps</b>	Die Lehrkraft erklärt den Verlauf der Parcours-Übung und die Regeln. Die SuS ziehen per Los „Handicaps“ und präparieren sich entsprechend.	Plenum	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Variable Materialien, um Handicaps zu simulieren</li> <li>• M3 – Handicap-Zettel</li> <li>• Aufgabe 2</li> </ul>
<b>Bewegungseinheit 1</b>	Die Schülerinnen und Schüler durchlaufen einzeln den Parcours, ohne sich zu helfen.	Einzelarbeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufgebauter Parcours</li> <li>• Aufgabe 3</li> </ul>
<b>Reflexion und Lösungsfindung 1</b>	Nicht alle in der Klasse haben den Parcours gut schaffen können. Die SuS erzählen, wie sie sich dabei gefühlt haben und schlagen Verbesserungen für das Gemeinschaftsgefühl vor.	Plenum Angeleitetes S-S- und Gespräch	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel/Beamer/Flipchart, um Schülerideen festzuhalten</li> <li>• Aufgabe 4</li> </ul>
<b>Bewegungseinheit 2</b>	Die Handicaps werden neu ausgelost. Die SuS durchlaufen den Parcours, helfen sich aber dabei. Ziel ist, dass keiner zurückbleiben darf.	Plenum selbstgewählte Form der Zusammenarbeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parcours wie in Bewegungseinheit 1</li> <li>• M3 – Handicap-Zettel</li> <li>• Aufgabe 5</li> </ul>
<b>Reflexion und Lösungsfindung 2</b>	Gemeinsam kommen alle durch den Parcours. Die Schülerinnen und Schüler vergleichen den Parcourslauf mit Hilfe mit dem ohne Hilfestellung.	Plenum	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel/Beamer/Flipchart, um Schülerideen festzuhalten</li> <li>• Aufgabe 6</li> </ul>
<b>Übergang / Sammlung</b>	Die Schülerinnen sammeln sich und werden auf den Lehrervortrag eingestimmt.	Plenum	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Freie Achtsamkeitsübung (Fokus-Atmung, Mini-Body-Scan)</li> </ul>
<b>Transfer Fachwissen</b>	Übertragung der Parcours-Erfahrungen auf das Gesundheitssystem. Einführung in die Prinzipien und Finanzierung eines solidarischen Gesundheitssystems.	Lehrervortrag Plenum	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Optional Vortragbegleitendes Tafelbild</li> </ul>
<b>Optionale Vertiefung: Solidarisches Gesundheitssystem</b>	Die SuS überlegen anhand von Fallbeispielen, die Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen spiegeln, wie ein Gesundheitssystem gerecht und solidarisch gestaltet werden kann.	Plenum	<ul style="list-style-type: none"> <li>• M4 – Ein solidarisches Gesundheitssystem mit Arbeitsauftrag</li> <li>• Präsentationsfläche, um Ideen festzuhalten</li> </ul>
<b>Fazit und Selbstbezug</b>	Die SuS beziehen das Gelernte auf sich selbst und überlegen, welche Verantwortung sie selbst in einem solidarischen Gesundheitssystem übernehmen können.	Plenum S-S-Gespräch	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tafel/Board</li> <li>• M5 – Gemeinsam stark – mein Beitrag zur Gesundheit aller</li> </ul>

# DIDAKTISCHER KOMMENTAR UND UMSETZUNGSHINWEISE

## **Vorbereitung des Parcours vor der Unterrichtseinheit M1**

Der Hindernislauf kann flexibel im Klassenraum, Flur oder in der Turnhalle aufgebaut werden. Welche Materialien dabei zum Einsatz kommen, entscheidet die Lehrkraft je nach Situation und Möglichkeiten. M1 gibt kindgerechte Hinweise für den Aufbau, die Anweisungen können aber auch mündlich durch die Lehrkraft erfolgen. Die Lehrkraft entscheidet, ob und wie stark die Schülerinnen und Schüler in diesen Prozess eingebunden werden sollen. Der Parcours-Aufbau fördert Verantwortung und Zusammenarbeit, kann aber für manche Klassen herausfordernd sein.

Es bietet sich an, einen Plan mit einer Materialliste zu erstellen – auch für Materialien, mit denen gesundheitliche Einschränkungen/Handicaps simuliert werden.

## **Bewegungsrunde 1 und Handicaps**

Die ausgelosten Einschränkungen M3 sorgen bewusst für Ungleichheit – das ist Teil des Konzepts. Es ist wichtig, den Schülerinnen und Schülern zu erklären, dass es sich um ein Lernexperiment handelt, damit sie mögliche Misserfolge nicht auf sich selbst beziehen. Alle Kinder sollen in dieser Runde auf sich allein gestellt den Parcours durchlaufen. Einige werden es nicht aus eigener Kraft schaffen, manche nur sehr schwer, einige, die kein Handicap gezogen haben, aber mühelos.

Auch wenn sich die Schülerinnen und Schüler in dieser Runde nicht gegenseitig helfen dürfen, sollten an jeder Station aus Sicherheitsgründen ein bis zwei Kinder bereitstehen, um bei Bedarf einzugreifen.

## **Reflexion und Lösungsfindung 1**

Erwartungshaltung: Die Schülerinnen und Schüler werden zum Teil Frust, Unsicherheit oder Empathie empfinden. Idealerweise erkennen die Kinder von sich aus, dass es ungerecht erscheint, wenn manche deutlich benachteiligt sind. Es bietet sich an, in diesem Zusammenhang darauf hinzuweisen, dass es im „echten Leben“ auch viele Menschen mit Einschränkungen (Behinderungen, Alter, Krankheiten) gibt. Diese Menschen müssen ihr Leben wie in einem Parcours meistern, auch wenn sie gegenüber Menschen ohne Einschränkungen benachteiligt sind. Wichtig ist auch der Hinweis, dass mit großer Wahrscheinlichkeit jeder in der Klasse einmal krank werden wird oder im Alter mit Einschränkungen leben muss – also dass alle irgendwann einmal betroffen sind.

Es ist ebenfalls erwartbar, dass das Gemeinschaftsgefühl in der Klasse als gering eingeschätzt wird und viele Schülerinnen und Schüler unzufrieden sind, entweder weil sie es nicht geschafft haben oder sich als „Sieger“ unwohl fühlten, weil der Parcours nicht chancengerecht war. Ziel dieser Übung ist es, dass sie selbst den Wunsch äußern: „Es wäre fairer oder leichter, wenn wir uns gegenseitig helfen.“

# DIDAKTISCHER KOMMENTAR UND UMSETZUNGSHINWEISE

## **Bewegungsrunde 2**

Der Parcours wird erneut durchlaufen. Diesmal helfen sich die Schülerinnen und Schüler jedoch gegenseitig. Sie überlegen Strategien dafür und setzen dies um (tragen, führen, motivieren, Tipps geben).

Erwartungshaltung: Die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass gegenseitige Hilfe und Solidarität nicht nur fair sind, sondern auch effektiver. Idealerweise äußern sie, dass sich der Zusammenhalt gut anfühlt und dass alle mehr erreichen können, wenn niemand alleingelassen wird.

Diese Erfahrung ähnelt der Zusammenarbeit in einem Team oder einer Fußballmannschaft: Manche laufen schnell, andere haben Überblick oder schießen Tore – doch erst gemeinsam wird man erfolgreich. Wenn sich aber alle in einem Team gegenseitig unterstützen, können individuelle Schwächen ausgeglichen und Stärken gemeinsam genutzt werden – so wird die Gruppe als Ganzes stark. Nach genau diesem Prinzip funktioniert auch ein solidarisches Gesundheitssystem: Wer viel geben kann, unterstützt die, die gerade Hilfe brauchen – damit alle gut versorgt sind. Auch hier zeigt sich: Teamarbeit und Zusammenhalt machen eine Gemeinschaft stark – im Sport wie im Gesundheitssystem.

## **Übergang / Sammlung**

Nach der bewegungsintensiven Phase hilft den Schülerinnen und Schülern eine im Idealfall bereits erprobte und bekannte Achtsamkeitsübung dabei, zur Ruhe zu kommen und sich zu sammeln. Diese bewusste Unterbrechung schafft eine klare Zäsur und ruhige Lernatmosphäre, um sich konzentriert mit der fachlich-kognitiven Unterrichtsphase zum solidarisches Gesundheitssystem auseinanderzusetzen.

## **Transfer Fachwissen – Lehrervortrag (Fachwissen)**

Das Fachwissen zum solidarischen Gesundheitssystem wird in einem Lehrervortrag vermittelt.

Hilfestellung hierfür: „So funktioniert unser solidarisches Gesundheitssystem“

„Ihr habt gerade erlebt, wie schwierig es ist, wenn man eine Einschränkung hat – wenn man also zum Beispiel nichts sehen oder sich kaum bewegen kann. Noch schwieriger wird es, wenn man keinerlei Unterstützung bekommt. Und ihr habt auch gemerkt, wie viel besser es funktioniert, wenn man sich gegenseitig hilft. Gemeinsam kommt man weiter. Das ist nicht nur im Spiel so – das gilt auch im echten Leben.“

Auch in unserer Gesellschaft gibt es viele Menschen, die krank werden, verletzt sind oder besondere Hilfe brauchen – manche für kurze Zeit, andere ein Leben lang. Damit niemand alleingelassen wird, gibt es in Deutschland ein **solidarisches Gesundheitssystem**.

# DIDAKTISCHER KOMMENTAR UND UMSETZUNGSHINWEISE

Was bedeutet das?

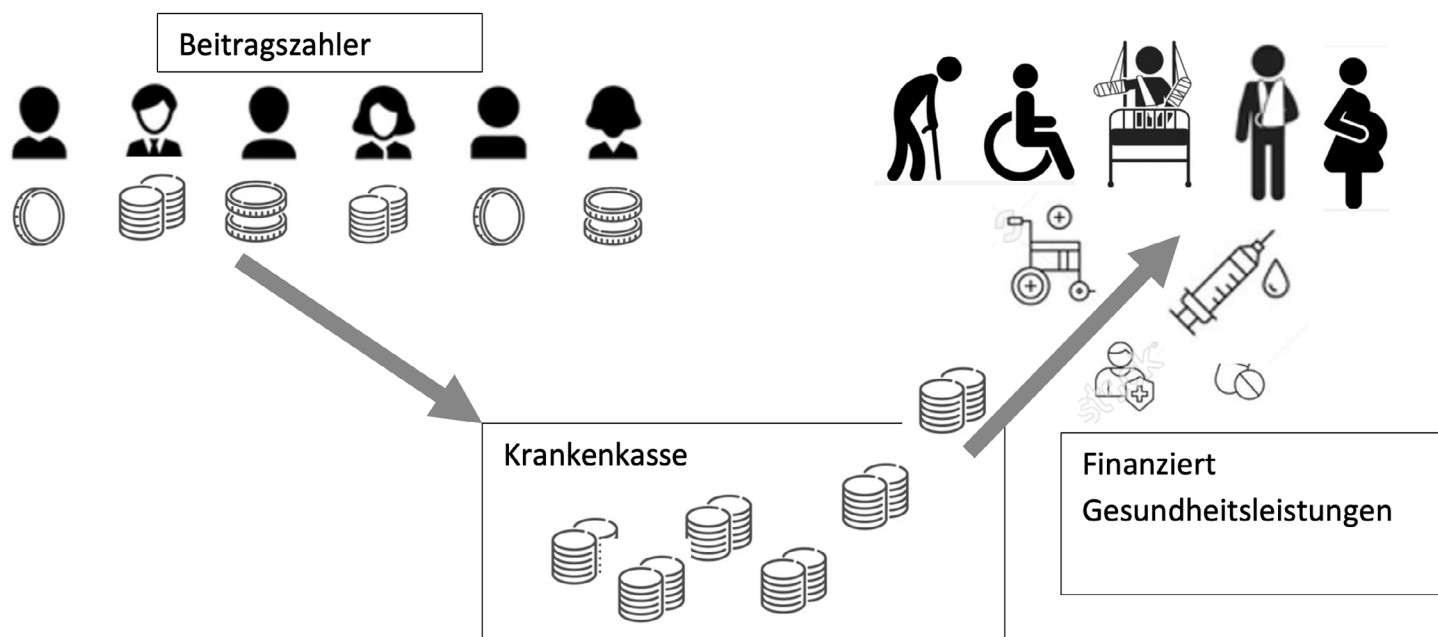
Alle Menschen, die in Deutschland arbeiten oder leben, zahlen regelmäßig Geld in eine gemeinsame Kasse ein – das nennt man **Krankenversicherung oder Krankenkasse**.

Wenn jemand krank wird oder einen Unfall hat, wird das Geld aus dieser Kasse genommen, um zu helfen – zum Beispiel für Arztbesuche, Medikamente, Krankenhausaufenthalte oder Operationen. Egal, ob jemand alt oder jung ist, arm oder reich, stark oder schwach – jeder bekommt die Hilfe, die er oder sie benötigt.

Solidarisch bedeutet auch: **Jeder trägt so viel bei, wie er oder sie leisten kann**. Wer mehr verdient, zahlt auch mehr ein. Wer wenig Geld hat – oder gar nichts verdienen kann, der zahlt wenig oder gar nichts. Aber trotzdem wird allen geholfen. Das nennt man **Solidarität**: Jeder hilft mit, so gut er kann – und alle bekommen, was sie brauchen.

So ähnlich war es auch in eurer zweiten Runde im Parcours: Manche konnten helfen, weil sie stark und gesund waren, andere brauchten Hilfe, weil sie eine Einschränkung hatten. Aber zusammen habt ihr es geschafft – weil niemand alleingelassen wurde. Unser Gesundheitssystem versucht genau das möglich zu machen, für die gesamte Gesellschaft- und Millionen Menschen.“

## Vorschlag für begleitendes Tafelbild



# FAZIT UND SELBSTBEZUG

Die Lernenden setzen sich mit den Begriffen Solidarität und Gerechtigkeit, bezogen auf das Gesundheitssystem, auseinander. Lernstärkere Klassen können mithilfe von M4 „verschiedene Menschen, unterschiedliche Bedürfnisse“ fallbezogene Überlegungen anstellen. Anschließend setzen sie sich mithilfe von M5 – „Gemeinsam stark – mein Beitrag zur Gesundheit aller“ mit ihrer eigenen Rolle im System auseinander. Hier können unterschiedliche Aspekte angesprochen werden wie „Verantwortung für die eigene Gesundheit“ oder „Menschen mit Einschränkungen unterstützen“.

Die Gedankenwolken können übersichtlich auf einem Wandplakat gruppiert und präsentiert werden.



IN KOOPERATION MIT



**IMPRESSUM**

Projektleitung: Ea Warnck, Zeitverlag Gerd Bucerius GmbH & Co. KG  
Didaktisches Konzept und Arbeitsaufträge: Susanne Patzelt  
Grafische Umsetzung: Bastian Tigges, Studio ZX