

„Gesundes Leben“ aus der Sicht von Schülerinnen und Schülern der 8. Klasse.

Theoretische Einordnung:

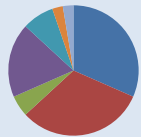
- Schulisch kaum behandeltes Thema, nur im Kerncurriculum der Grundschule benannt
- „Viele Krankheiten hängen von unserer Lebensweise ab“ (Schmidt, 2007:13).

Methodisches Vorgehen:

- Qualitative Sozialforschung - induktives Vorgehen
- Interviewbefragung von 8 Schülern und 4 Schülerinnen der Klassenstufe 8 einer Gesamtschule in Hannover in 5 verschiedenen Themenfeldern

Generelles Wissen über den Begriff „gesundes Leben“:

"gesundes Leben" Begriffsbenennung



- Sport/Fitness/Bewegung
- Ernährung
- Stress
- keine Drogen
- Körperpflege
- keine Straftaten
- auf die Umwelt achten

Ernährung:

- Obst /Gemüse vs. Süßigkeiten/ Fastfood
- 50% der Schülerinnen und Schüler gaben an mindestens einmal die Woche mit der Familie Fastfood zu bestellen
- Alle 12 Probanden sind der Meinung ein Fastfood und Süßigkeiten zu essen oder Cola zu trinken ist vollkommen in Ordnung
➔ Alles muss ausgewogen sein

Der gesunde Geist:

- Umgang mit Stress (in der Schule)
- „Zu einem gesunden Körper gehört auch ein gesunder Geist.“
- Benennung von geistige Gesundheit in Verbindung mit Beeinträchtigten Menschen von den Schülerinnen und Schülern
 - Benennung von Wichtigkeit der sozialen Kontakte in Verbindung mit Gesundheit der Psyche

Sport:

- Sportstunden im Durchschnitt pro Woche pro Schüler/in
- | | | | | |
|---------------|----------|-----|-------------|----------|
| Freizeitsport | 2,4 Std. | Vs. | Vereinsport | 3,3 Std. |
|---------------|----------|-----|-------------|----------|
- Benennung der einzelnen Sportarten – größtenteils Fußball
 - Miteinbezug des Sportverhaltens der Familie der einzelnen Probanden
➔ Sportbegeisterte Familie – sportliche Kinder

Selbsteinschätzung: Lebe ich gesund?



- Ja
- Ja/Nein
- Nein

- Basierend auf den vorab besprochenen Themenfeldern und eigenständiger Nennung von 5 Begriffen /Dingen die zu einem gesunden Leben gehören
- Einteilung der genannten Begriffe in Übergeordnete Kategorien