

# 3 GESUNDHEIT UND WOHLERGEHEN



## SDG 3: Gesundheit und Wohlergehen

**sustainable development goals**  
**Ziele für nachhaltige Entwicklung**

Eine Aktionsangebot der Initiative Zukunftsschule.SH

Gesundheit und Wohlergehen: Allen Menschen Zugang zu guter medizinischer Versorgung, lebensrettenden Medikamenten, gesunder Ernährung, sauberem Wasser und sauberer Luft ermöglichen – weltweit bis 2030!

## SDG 3: Gesundheit und Wohlergehen



Lesen

## Was sind denn nun die SDGs?

Man fühlt sich etwa so, wie ein **Superheld** sich fühlen muss: Die Welt verändern! Das sollen nämlich die 17 Ziele für Nachhaltige Entwicklung der Vereinten Nationen (UN) erreichen, die 2015 festgelegt wurden. Seitdem gelten die SDGs (sustainable development goals) in vielen Ländern der Erde: immerhin in 139 von 195! Nicht nur die Politik ist zum Handeln aufgefordert, sondern auch du und ich. Wir alle sollen dafür sorgen, dass wir in Zukunft auf einem **lebenswerten Planeten** friedlich und in Wohlstand miteinander leben können. **Machst du mit? Dann starte heute!**



Lesen

## Wie starte ich denn?

Du kannst dich entscheiden, ob du die Arbeitsbögen ausgedruckt bearbeitest oder alles auf deinem Pad oder Smartphone ausfüllen willst. Lade dir dazu den **Adobe Acrobat Reader** runter. Hier kannst du mit einem Stift oder der Tastatur in die PDF-Arbeitsbögen reinschreiben. Oder nutze die **App „digitales Schulheft“** von Robert Stöhr.

**Zuerst** arbeitest du für dich online oder in der Klasse und schaust dir dein SDG in deiner Umgebung an. Als Ziel gilt es, etwas zu produzieren und dann deiner Klasse virtuell oder real vorzustellen.

**Im zweiten Schritt** arbeitest du mit zwei oder drei Mitschülern zusammen: **Schaut euch das SDG** genauer an und überlegt, wie dieses umgesetzt werden kann.

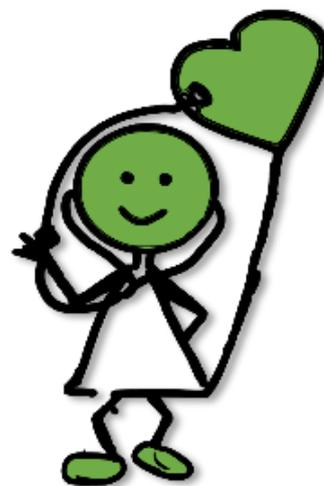
**Zum Schluss wird alles vorgestellt.** Hierbei kommt es drauf an, wann, wie und wo euer Lehrer das machen will. Fragt einfach am Anfang nach.



## SDG 3: Gesundheit und Wohlergehen

### Lesen

Die Gesundheit des Menschen hat großen Einfluss auf sein Leben. Ob wir zur Schule gehen, ein Hobby ausüben oder Freunde treffen, hängt direkt von unserem Wohlergehen ab. Zu viel Arbeit hingegen kann auch krankmachen. Stress, schlechte Laune, Bauchschmerzen und Kopfschmerzen sind nur einige der Folgen. Die eigene Gesundheit ist also eine wichtige Voraussetzung, um am Leben aktiv teilzunehmen. Wer kann uns aber erklären, was Gesundheit ist und wie man diese erhält?



### Bearbeiten

## Warm up: SDG 3: Gesundheit und Wohlergehen in deiner Umgebung und weltweit!

Klebe/Füge ein Bild ein oder zeichne deine erste Idee:

Bild einfügen oder malen: SDG 3: Gesundheit und Wohlergehen weltweit.

Bild einfügen oder malen: SDG 3: Gesundheit und Wohlergehen in Schleswig-Holstein.



## Lesen

**Das brauchst du:**

Heft und Stifte und Smartphone/Tablet, Internetzugang, Adobe Reader für Pdfs und die App „digitales Schulheft“, Bastelmaterial.

**Wichtige Webseiten:**

<https://klexikon.zum.de/wiki/Gesundheit>

<https://de.wikihow.com/Ein-Zine-machen>

**Gruppenaufteilung**

Bearbeite die ersten Aufgaben zum Lebensweltbezug für dich.

## Bearbeiten

**Aufgaben Lebensweltbezug: SDG 3**

1. Welche Bereiche gehören zur Gesundheit. **Informiere** dich im Netz unter <https://klexikon.zum.de/wiki/Gesundheit> oder im Schulbuch.
2. **Liste** die von dir gefundenen Gesundheitsbereiche auf und gib jeweils ein Beispiel aus deinem täglichen Leben dazu.
3. **Sprich** mit einer anderen Person über ihr Gesundheitsempfinden und darüber, wie sie sich gesund hält. Welche Tipps zum Erhalt ihrer Gesundheit kannst du bekommen? Schreibe diese auf!
4. **Erstelle** ein Zine zur Gesundheit. Eine Anleitung findest du unter <https://de.wikihow.com/Ein-Zine-machen>
  - a. **Übernimm** die Beispiele aus Aufgabe 1
  - b. **Erkläre** die Begriffe: „gesund“ und „krank“.
  - c. **Fertige** eine Zeichnung / Infografik zur Gesunderhaltung des Menschen an. Was ist dabei wichtig?



## Lesen

**Das brauchst du:**

Heft und Stifte und Smartphone/Tablet, Internetzugang, ein paar Klassenkameraden, Adobe Reader für Pdfs und die App „digitales Schulheft“, Bastelmaterial.

**Wichtige Webseiten:**

<https://www.youtube.com/watch?v=EjBdyYJQGY8>

<https://www.aktiongegenhunger.de/>

<https://www.tafel.de/>

<https://cryptpad.fr/>

**Gruppenaufteilung**

Bearbeite den zweiten Aufgabenblock gemeinsam mit 2 Mitschülern real oder online.

## Bearbeiten

**Aufgaben SDG Bezug: SDG 3**

1. **Schaut** euch im Netz den Videoclip „Wenn Kinder zur Tafel müssen“ an. <https://www.youtube.com/watch?v=TDJ8Hgs87iM>
2. **Informiert** euch auf <https://www.kindersache.de/bereiche/wissen/natur-und-mensch/die-6-besten-gruende-dich-gesund-zu-ernaehren>. Welche Gründe könnt ihr herauslesen? Erstellt dazu gemeinsam eine (digitale) Tabelle.
3. Welche Ideen könnt ihr aus dem Film und der Internetseite **übernehmen**, um das SDG 3 mit Informationen zu füllen. Wieso ist das Essen mit der Gesunderhaltung des Körpers verknüpft?
4. **Erstellt** zusammen ein Poster, warum man sich gesund halten soll und wie das am besten gelingt. Nutzt das Tool <https://cryptpad.fr/>, um eine digitale Version eures Posters zu erstellen.



Lesen

**Das brauchst du:**

Heft und Stifte und Smartphone/Tablet, Internetzugang, ein paar Klassenkameraden, Adobe Reader für Pdfs und die App digitales Schulheft, Präsentationsmaterial.

**Wichtige Webseiten:**

<https://www.kindernetz.de/infonetz/politik/armut/armsein/-/id=268126/nid=268126/did=268138/1yclpny/>

**Gruppenaufteilung**

Bearbeite den dritten Aufgabenblock gemeinsam mit 2 Mitschülern.

Bearbeiten

**Präsentation SDG 3**

1. **Erstellt** einen Flyer im Format DIN A4 mit den wichtigsten Ideen zur Gesunderhaltung des Körpers. **Nutzt** dabei eure Ergebnisse aus der ersten und zweiten Arbeitsphase. **Kopiert** ihn dreißigmal. Dieser Flyer soll in Punkt 4 an eure Mitschüler ausgegeben werden.
2. **Präsentiert** euer digitales Poster der Klasse real oder digital und stellt euch der Kritik eurer Mitschülerinnen und Mitschüler.
3. **Vervielfältigt** euer Poster und **hängt** es an wichtigen Punkten bei euch im Schulgebäude **auf**.
4. **Sprecht** Mitschüler **direkt** an und fragt sie, was sie für die Gesunderhaltung ihres Körpers selber tun können. **Händigt** ihnen am Ende eures Informationsgespräches den Flyer aus.



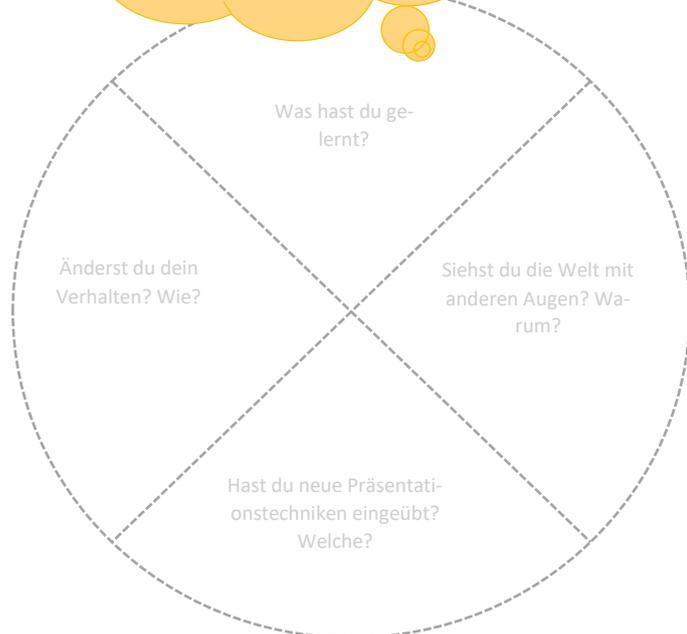


Name: \_\_\_\_\_  
Ankerseite

So sieht mein eigenes Superheldenlogo zu dem SDG aus.

Das habe ich gelernt.  
Schreibe mindestens ein Stichwort / Stichsatz auf.

Bearbeiten



Was kannst du in deinem Alltag machen, um dein SDG zu erfüllen. Versuche, kreativ zu sein!


Was tun deine Mitmenschen, um das SDG zu erfüllen. Gib Beispiele.


Was tut dein Ort, deine Stadt oder Schleswig-Holstein dafür, das SDG umzusetzen.


Wenn musst du ansprechen, um das SDG sinnvoll umzusetzen? Solltest du weitere Anregungen benötigen, frage doch deine Lehrerin oder deinen Lehrer. Die können auch Kontakt zu den Kreisfachberaterinnen und Kreisfachberatern in Schleswig-Holstein für den Bereich Nachhaltige Bildung herstellen.



*Arbeitest du digital im Adobe Acrobat Reader? Hier kannst du schreiben und zeichnen. Verwende alternativ die App „digitales Schulheft“.*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Name: \_\_\_\_\_

Klasse: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

*Arbeitest du digital im Adobe Acrobat Reader? Hier kannst du schreiben und zeichnen. Verwende alternativ die App „digitales Schulheft“.*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Name: \_\_\_\_\_

Klasse: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

*Arbeitest du digital im Adobe Acrobat Reader? Hier kannst du schreiben und zeichnen. Verwende alternativ die App „digitales Schulheft“.*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

