

Online-Seminar-Reihe „Gesundheitskompetenz stärken - Das Beispiel Diabetes“ Teil 3: Prävention durch Sport und Bewegung

Helmholtz Zentrum München, Onlineschulung
29.09.2020, 16:30 - 18:00 Uhr

Herzliche Einladung zu unserem Online-Seminar: „**Gesundheitskompetenz stärken - Das Beispiel Diabetes, Teil 3: Prävention durch Sport und Bewegung**“. Ziel des Online-Seminars ist es, Lehrkräften eine praktische Umsetzungsmöglichkeit an die Hand zu geben, mit der sie die Gesundheitskompetenz von Schülerinnen und Schülern stärken und so deren Bewusstsein für die Zusammenhänge von Gesundheit und Krankheit fördern können.

In der 90-minütigen Onlineschulung wird der Einfluss von Sport und Bewegung bei der Diabetes-Prävention sowie Aktuelles aus der Forschung vermittelt. Exemplarisch wird aus unseren Unterrichtsmaterialien die Lerneinheit zu "Sport und Bewegung" vorgestellt. Lehrkräfte erhalten wissenschaftlich fundierte und jugendgerecht aufbereitete Unterrichtsmaterialien, die direkt im Unterricht einsetzbar sind. Zeit für Fragen und Austausch ist eingeplant.

Die kostenlose Fortbildung richtet sich schwerpunktmäßig an Lehrkräfte der Sekundarstufen I und II aus den Bereichen Biologie/Naturwissenschaften, Sport, Ernährung/Gesundheit, Sozialwesen; es eignet sich auch als Grundlage für fächerübergreifenden Unterricht und Vertretungsstunden.

Anmeldung: bis 28. September 2020 direkt per E-Mail an das Helmholtz Zentrum München (fit_in_gesundheitsfragen@helmholtz-muenchen.de) oder

Bayern: [Bayerische Bildungsserver FIBS](#), Lehrgangsnummer E916-0/20/6

Hessen: [Hessische Lehrkräfteakademie](#), akkreditierte Veranstaltung Nr. 0200007001

Registrierte Veranstaltung beim Ministerium für Schule und Bildung des Landes NRW

Technische Voraussetzungen: Für die Teilnahme benötigen Sie einen Computer, Laptop oder Tablet mit einem Lautsprecher und eine stabile Internetverbindung. Eine Kamera und ein Mikrofon sind optional aber nicht zwingend erforderlich. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie für den Zugang zum Webinar einen Internet-Link und genaue Informationen zum Ablauf des Webinars.

Lehrgangsleitung: Birgit Siepmann, Helmholtz Zentrum München

„Fit in Gesundheitsfragen“ ist ein Gemeinschaftsprojekt des Helmholtz Zentrums München und des Deutschen Krebsforschungszentrums in Heidelberg (DKFZ). Es wird mit öffentlichen Mitteln durch die Helmholtz-Gemeinschaft gefördert. Hintergrundinformationen zum Projekt finden Sie unter www.diabinfo.de/schule-und-bildung.

Programm Online-Seminar „Gesundheitskompetenz stärken – Das Beispiel Diabetes

Teil 3: Prävention durch Sport und Bewegung

- 16:30 Uhr** **Begrüßung und Vorstellung Helmholtz Zentrum München**
Birgit Brandt, Helmholtz Zentrum München
- 16:35 Uhr** **Vorstellung Projekt "Fit in Gesundheitsfragen"**
Birgit Siepmann, Helmholtz Zentrum München
- 16:40 Uhr** **Wissenschaftlicher Vortrag:
Gesundheitsförderung durch Sport und Bewegung in Bezug auf
Typ-2-Diabetes, Aktuelles aus der Wissenschaft**
Prof. Dr. Cora Weigert, Helmholtz Zentrum München
- 17:20 Uhr** **Pause**
- 17:25 Uhr** **Lerneinheiten:**
- **Sport und Bewegung - Was hat das mit Diabetes zu tun?**
 - **Sportverhalten und Motivation**
 - **Apps zur Förderung von Bewegung und Sport nutzen**
- Birgit Siepmann, Helmholtz Zentrum München
- Die Lerneinheiten vermitteln die Bedeutung von Sport und Bewegung als vorbeugende Maßnahme gegen Diabetes und andere Krankheiten. Sie beinhalten Methoden zur Reflexion des eigenen Verhaltens, Motivationsimpulse sowie digitale Medien als Unterstützung zur Gesundheitsförderung.
- 17:50 Uhr** **Umsetzung im Unterrichtsalltag und weitere Lehrmaterialien**
Birgit Siepmann, Helmholtz Zentrum München
- Offene Diskussion zum Thema Bewegung im Unterricht
 - Sneak Peek: „Diabetes, Digitalisierung und Design Thinking“
- 17:55 Uhr** **Fragen und Feedbackrunde**
- 18:00 Uhr** **Abschluss und Verabschiedung**