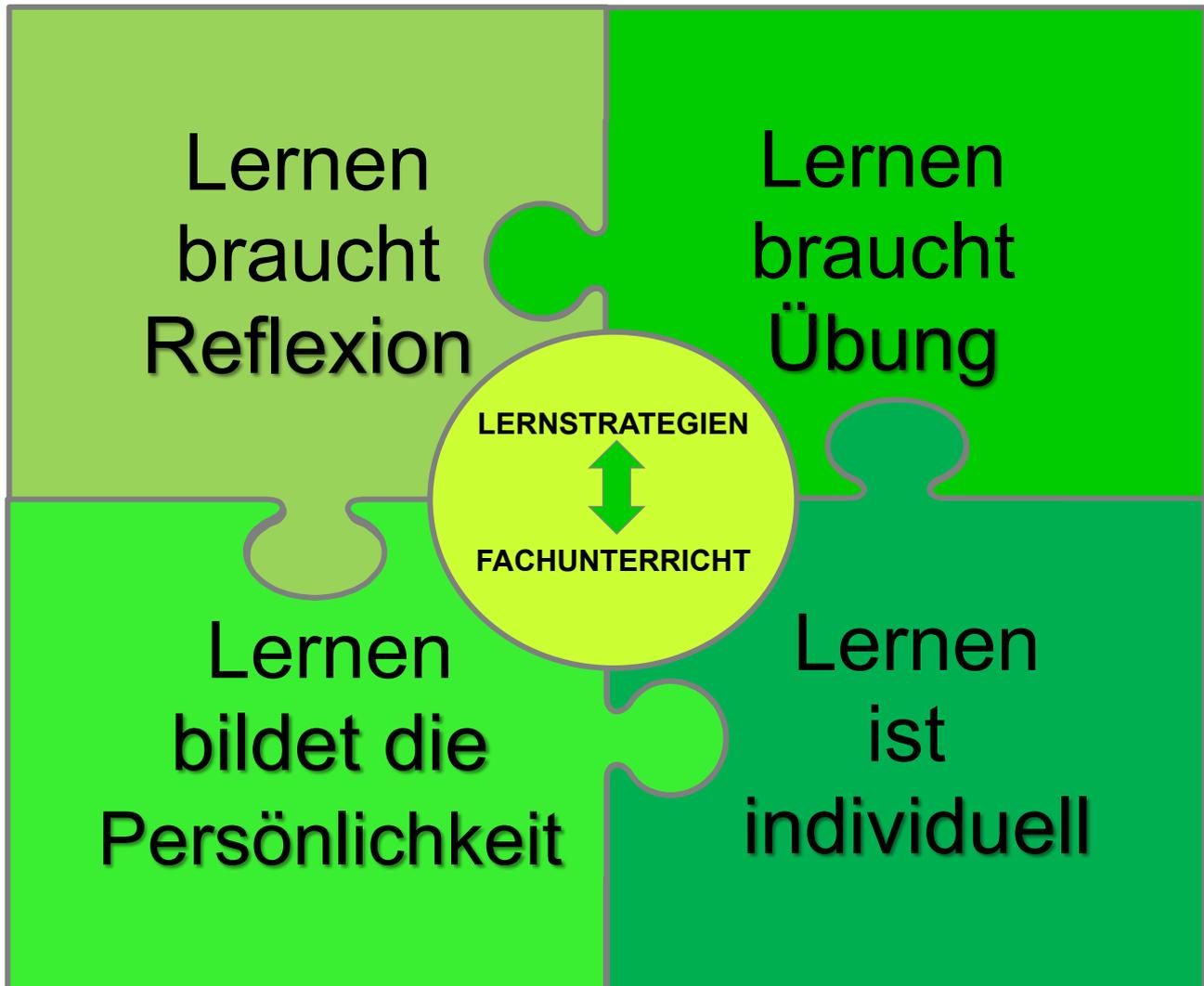


SOL Konzept

Selbst organisiertes Lernen

Überfachliche Kompetenzen



Eine Materialsammlung für die Gestaltung von Modul 1, 2, ,3, und 4

Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort

2. Konzept SOL am Gymnasium Biel-Seeland

3. Konzept SOL Gym1 – Idee, Umsetzung, „Kernteam“

4. Konzept SOL Gym1 - Überblick Modul 1-4

5. Unterlagen Modul 1

6. Unterlagen Modul 2

7. Unterlagen Modul 3

8. Unterlagen Modul 4

SOL Konzept

Selbst organisiertes Lernen

Überfachliche Kompetenzen

1. Vorwort

Liebe Kolleginnen und Kollegen

„Selbstständiges Lernen muss angeleitet werden“ – so eine der zentralen Erkenntnisse der Evaluation zu SOL. Als Lehrpersonen begleiten und beraten wir Schülerinnen und Schüler in ihrem Lernprozess. Klar ist: die Schülerinnen und Schüler lernen selber, sie müssen sich selber organisieren können, selber ihre eigenen Ziele setzen und ihre Resultate überprüfen. Jede Schülerin, jeder Schüler geht seinen eigenen Weg – lernen ist individuell, geprägt durch bestimmte Fähigkeiten und Stärken, bestimmte Schwächen und Defizite.

Es ist immer von neuem eine Herausforderung, die Lernenden optimal zu fördern und sie gezielt auf ihrem „Lernweg“ zu begleiten. Gerade auf der Stufe Gym 1 ist es von zentraler Bedeutung, dass die Schülerinnen und Schüler die notwendige Begleitung und gezielte Förderung erfahren, um über das notwendige Rüstzeug für das selbstständige und selbst organisierte Lernen zu verfügen.

Die Materialsammlung SOL beinhaltet Unterrichtsskizzen und Materialien für die Umsetzung der Module 1-4.

Die detaillierte Ausgestaltung (Unterrichtsablauf und methodische Hinweise) der Module werden laufend ergänzt und weiterentwickelt. Der „Kompetenzenordner“ ist als „work in progress“ zu verstehen.

Die Unterrichtseinheiten sind so gedacht, dass die Schülerinnen und Schüler bewusst und gezielt die überfachlichen Kompetenzen möglichst mit einem direkten Bezug zu einem bestimmten Unterrichtsfach trainieren. Die verschiedenen Aktivitäten sollen den Schülerinnen und Schülern möglichst oft die Gelegenheit geben, sich mit ihrem eigenen Lernweg auseinanderzusetzen.

Die Einführung und das Training überfachlicher Kompetenzen soll nicht losgelöst vom Lernalltag in den Unterrichtsfächern stattfinden. Dies gelingt dann, wenn die Schülerinnen und Schüler sich in allen Aktivitäten mit konkreten Beispielen aus den aktuellen Lernsituationen auseinandersetzen. Darüber hinaus sollen weiterführende Aufträge die Verbindung zum Fachunterricht sichern. Idealerweise vermitteln die Lehrpersonen überfachliche Kompetenzen mit konkreten Beispielen aus ihrem Fachunterricht.

Wir hoffen, dass unsere Ideen zur Umsetzung und die Materialien hilfreich sind und wünschen ein gutes Gelingen!

AG SOL, August 2020

2 Das SOL Konzept am Gymnasium Biel-Seeland

2.1 Ausgangslage

Ende 2014 wurde vom Erziehungsdirektor beschlossen, das selbst organisierte Lernen in die Leistungsvereinbarung des MBA mit den Gymnasien aufzunehmen. Grundlage für die Erarbeitung eines schuleigenen Konzepts zur Umsetzung des selbst organisierten Lernens am Gymnasium Biel-Seeland ist der wie folgt formulierte Auftrag der ERZ: „Zur Optimierung der Hochschulvorbereitung soll selbst organisiertes Lernen Bestandteil der Lehr- und Lernkultur an der Schule werden. Dazu arbeiten die Schülerinnen und Schüler im Verlauf ihrer gymnasialen Ausbildung mehrmals in Unterrichtseinheiten, die das didaktische Prinzip SOL berücksichtigen.“¹ Das selbst organisierte Lernen ist ein wesentlicher Baustein beim Erwerb und Einüben von überfachlichen Kompetenzen während der gymnasialen Ausbildung. Die Entwicklung des SOL-Konzepts orientiert sich am Lehrplan KLM 2017, dort steht Folgendes: „Die Gymnasien legen in einem Konzept fest, mit welchen Arbeits- und Lerntechniken sie die Schülerinnen und Schüler vertraut machen und wie sie selbst organisiertes Lernen fördern. Sie stellen sicher, dass die Schülerinnen und Schüler eine Einführung zu verschiedenen Arbeits- und Lerntechniken erhalten und im Verlauf ihrer gymnasialen Ausbildung mehrmals in speziellen Unterrichtseinheiten nach den Grundsätzen des selbst organisierten Lernens arbeiten: Sie treffen Entscheidungen; sie arbeiten selbstständig; sie reflektieren ihre Arbeitsweise sowie ihre Leistungen. Dabei werden sie von der Lehrkraft begleitet.“²

2.2 Selbst organisiertes Lernen SOL - Methode und Haltung

SOL als Methode: Mit SOL bezeichnen wir Lernformen im Kontext des Gymnasiums, die Anteile sowohl von Selbst- als auch von Fremdsteuerung beinhalten, den Anteil der Selbststeuerung jedoch stärker gewichten. Die Ziele und Inhalte des Lernens sind zwar durch den Lehrplan vorgegeben, die Schülerinnen und Schüler steuern ihr Lernhandeln jedoch weitgehend selber, indem sie selbstständig Lernschritte definieren, ausführen, regulieren und reflektieren. Der Lehrperson kommt dabei die Aufgabe zu, geeignete Rahmenbedingungen für das Gelingen des Lernprozesses zu schaffen, Lernstrategien zu vermitteln und die Schülerinnen und Schüler bei Schwierigkeiten zu unterstützen.

SOL als Haltung: Selbst organisiertes Lernen ist eine Grundhaltung und ein Lernziel gymnasialer Bildung. SOL bedeutet, den Lernprozess selbst zu organisieren, zu regulieren und zu evaluieren. Die Schülerinnen und Schüler organisieren ihre Lernzeit, setzen sich Ziele, überprüfen diese und beurteilen die Qualität der Ergebnisse. Sie dokumentieren auch ihren Arbeits- und Lernprozess, reflektieren ihn und sprechen mit anderen SchülerInnen darüber. Sie wählen dafür angemessene Lernstrategien aus und nehmen soziale Unterstützung in Anspruch. Die Lernenden sollen im Verlauf des Bildungsganges

¹ Zitiert aus: AU_SOL_2015_X0100; Arbeitsunterlage zum SOL-Konzept vom 23.6.15

² Lehrplan/Maturitätsausbildung/Einleitung und Grundlagen, S.10

fähig werden, ihr Lernen selber zu organisieren und damit ein Hochschulstudium erfolgreich zu absolvieren.

2.3 Erläuterung zum Konzept SOL

Im Raster „Übersicht SOL-Konzept“ werden mögliche Unterrichtsgefässe und Zeitfenster für SOL-Aktivitäten definiert. Das vorliegende SOL-Konzept baut auf den bereits gemachten Erfahrungen und Arbeiten zu SOL am Gymnasium Biel-Seeland auf und ermöglicht die Weiterentwicklung von bereits durchgeführten SOL-Projekten; es soll weiter den Austausch über die verschiedenen Dimensionen des selbst organisierten Lernens gezielt fördern.

Die SchülerInnen des Gymnasiums Biel-Seeland erhalten im Laufe ihrer gymnasialen Ausbildung regelmässig die Gelegenheit, überfachliche Kompetenzen zu erwerben und lernen dabei in den unterschiedlichen Unterrichtsgefässen selbst organisiert zu lernen.

Das Curriculum beginnt auf der Stufe Gym 1 mit einer Einführung und dem Üben überfachlicher Kompetenzen (verschiedene Lerntechniken und -strategien).

Im Sinne einer spiralförmigen Entwicklung soll auf den nachfolgenden Stufen auf die erworbenen überfachlichen Kompetenzen aufgebaut werden können³. Die definierten Unterrichtsgefässe sollen der Förderung überfachlicher Kompetenzen und der Umsetzung von SOL-Projekten gezielt und verbindlich zur Verfügung stehen.

Bei der Koordination der SOL-Einheiten und der Kontrolle der Umsetzung übernehmen sowohl das Klassenteam wie Schulleitung (Stufenverantwortung) eine wichtige Rolle: Ab Stufe Gym 2 findet die Koordination der SOL-Einheiten an der Klassenkonferenz statt. Die SOL-Projekte sind Traktandum der Klassenkonferenz. Die Klassenlehrperson ist für die Meldung an die Schulleitung verantwortlich (Formular).

³ Anleitung zur Umsetzung und Materialien stehen zur Verfügung, Kompetenzordner durch AG SOL erarbeitet

2.4 Übersicht Umsetzung und Verankerung von SOL

Stufe		
<p>Überfachliche Kompetenzen / Lerntechnik und Lernstrategie: Die Einführung und das Üben finden in verschiedenen Etappen und Gefässen statt.</p>		
Gym 1	<p>Modul 1</p> <p>Vertiefung</p> <p>Fachunterricht und Modul 2</p> <p>Modul 3</p> <p>Vertiefung</p> <p>Fachunterricht und Modul 4</p>	<p>nach den Herbstferien (1 Halbtage)</p> <p>bis Ende 1. Semester (1 Halbtage)</p> <p>Anfang 2. Semester (1 Halbtage)</p> <p>bis Ende 2. Semester (1 Halbtage)</p> <p><i>Erläuterungen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • In den Modulen 1 bis 4 werden überfachliche Kompetenzen gefördert und verschiedene Lerntechniken geübt. • In jedem der 4 Module werden unterschiedliche Kompetenzbereiche gezielt gefördert. In jedem der Module erhalten die Lernenden die Gelegenheit, ihre Stärken und Schwächen bezüglich Lerntechnik zu evaluieren und sich weiterzuentwickeln. • Für die Durchführung ist ein Kernteam⁴ verantwortlich. • Das Unterrichtsmaterial steht zur Verfügung. • Die Vertiefung und das Einüben der überfachlichen Kompetenzen erfolgen regelmässig und gezielt im Fachunterricht.
SOL Aktivitäten		mögliche Unterrichtsgefässe / Zeitpunkt
Gym 2	<p>Durchführung von SOL-Projekten (1 langes oder 2 kurze) Schwerpunkt auf phil.-hist. Fächer⁵</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fachunterricht • Umwelt- und Sozialwoche Herbst • Themenwoche Frühling • Arbeitstage vor den Sommerferien auf Antrag
Gym 3	<p>Durchführung von SOL-Projekten (1 langes oder 2 kurze) Maturaarbeit Schwerpunkt auf math.-nat. Fächer⁶</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fachunterricht • Sprachwoche (Grundlagenfach) Herbst • MINT+Woche (auch interdisziplinär) Frühling • Arbeitstage vor den Sommerferien auf Antrag
Gym 4	<p>Durchführung von SOL-Projekten (1 - 2 kurze) Maturaarbeit</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fachunterricht • Maturprüfungsvorbereitung

⁴ Das Kernteam besteht aus Lehrpersonen, die an einer Gym1 Klasse unterrichten, Klassenlehrkraft möglich; das Kernteam wird durch Lehrpersonen begleitet, Detail siehe Information Umsetzung Gym 1.

⁵ Phil.-hist. Fächer: Sprachen, Geschichte, PPP, Musik, Bildnerisches Gestalten

⁶ Math.-nat. Fächer: Mathematik, Physik, Chemie, Biologie, Geographie, Sport

3. Konzept SOL Stufe Gym1 - Idee und Umsetzung

3.1 Selbst organisiertes Lernen und überfachliche Kompetenzen

Die Entwicklung des SOL-Konzepts am GBSL orientiert sich am Lehrplan KLM 2017, dort steht Folgendes: „Die Gymnasien legen in einem Konzept fest, mit welchen Arbeits- und Lerntechniken sie die Schülerinnen und Schüler vertraut machen und wie sie selbst organisiertes Lernen fördern. Sie stellen sicher, dass die Schülerinnen und Schüler eine Einführung zu verschiedenen Arbeits- und Lerntechniken erhalten und im Verlauf ihrer gymnasialen Ausbildung mehrmals in speziellen Unterrichtseinheiten nach den Grundsätzen des selbst organisierten Lernens arbeiten: Sie treffen Entscheidungen; sie arbeiten selbstständig; sie reflektieren ihre Arbeitsweise sowie ihre Leistungen. Dabei werden sie von der Lehrkraft begleitet.“⁷ Eine zentrale Voraussetzung für selbstständiges und selbst organisiertes Lernen ist die Förderung überfachlicher Kompetenzen.

Die speziellen Gefässe auf der Stufe Gym 1 dienen dazu, für das selbst organisierte Lernen zentrale überfachliche Kompetenz einzuführen und zu üben. Durch das Üben an konkreten Lernaufgaben soll ein auf den Fachunterricht ausgerichtetes Repertoire an überfachlichen Kompetenzen aufgebaut werden.

3.2 Überfachliche Kompetenzen – Definition und Grundidee

Hilbert Meyer definiert den Begriff «Kompetenz» als Fähigkeit, «bewusst Ressourcen – also Wissen, Fertigkeiten und Haltungen – zu aktivieren und kreativ und funktional miteinander zu kombinieren, um konkrete Situationen erfolgreich zu meistern.»⁸

Daniel Hunziker definiert Kompetenz als «Fähigkeit» der Lernenden, sich in «komplexen, nicht standardisierten Situationen selbstorganisiert zu orientieren und diese durch aktives Handeln zu meistern.»⁹ Kompetenz ist also eine Disposition, die Lernende befähigt, bestimmte Arten von Problemen erfolgreich zu lösen, also konkrete Anforderungssituationen zu bewältigen. Die Förderung überfachlicher Kompetenzen erfolgt im Zusammenspiel von Wissen, Können und Wollen¹⁰.

Hierzu betont Daniel Hunziker erstens, dass eine Kompetenz «nie eine isolierte fachspezifische Fähigkeit oder Fertigkeit, sondern immer eine koordinierte Verbindung verschiedener personaler, sozialer, fachlicher, methodischer und handlungsbezogener Aspekte zu einer ganzen Handlung ist. Zweitens betont er, dass Kompetenz «nicht mit reinem Wissen gleichgesetzt werden kann, aber durch Wissen fundiert wird.» Drittens betont er, dass Kompetenz «immer nur hypothetisch vorhanden ist, sich erst in der Performanz, das heisst in sichtbarer Handlung zeigt und gemessen respektive beurteilt werden kann.

⁷ Lehrplan/Maturitätsausbildung/Einleitung und Grundlagen/ams_gym_lehrplan_2017_gesamtdokument.pdf S.10

⁸ Vgl dazu Hilbert Meyer, Leitfaden Unterrichtsvorbereitung (2007) S. 147; vgl. Christoph Städeli, Andreas Grasse u.a.: Kompetenzorientiert unterrichten, Das Viva-Modell (2010), S.10

⁹ Daniel Hunziker, Hokuspokus Kompetenz? Kompetenzorientiertes Lehren und Lernen ist keine Zauberei, hep Bern 2017, S. 38.

¹⁰ Vgl hierzu Lehrplan 21, Modell Kompetenzen

Diese Auffassung widerspiegelt sich in der Aussage von Kurt Reusser: Vermittlung von Kompetenzen heisst, nicht nur an den Stoff, das Fachwissen zu denken, sondern nach dem Sinn zu fragen - Was sollen die Lernenden können und warum? Er begründet diesen Ansatz wie folgt: «Fachwissen und Kompetenz sind keine Gegensätze und sollten auch nicht als solche behandelt werden. Fachliche und überfachliche Kompetenzen beziehen sich nicht (wie oft behauptet) auf inhaltsfreie kognitive Dispositionen, sondern auf wissensbasierte Fähigkeiten in fachkulturellen und lebensweltlichen Domänen».¹¹

Laut Kurt Reusser beschreiben überfachliche Kompetenzen «jenes Wissen und Können, das über viele Fächer und Lerngegenstände hinweg für das Lernen zentral ist.» Das bedeutet, «als überfachliche Kompetenzen werden aus der individuellen und sozial gestützten Auseinandersetzung mit inhaltlichen Gegenständen hervorgehende, im Aneignungsprozess mitgeübte methodische, soziale und persönliche Fähigkeiten bezeichnet.» Das Vermitteln von überfachlichen Kompetenzen generiert also «fachübergreifend nutzbare Erträge der Lernarbeit» in den verschiedenen Unterrichtsfächern.¹²

Die folgende Abbildung zeigt das dem Lehrplan 21 zugrundeliegende Kompetenzmodell. Bei den hier dargestellten überfachlichen Kompetenzen, handelt es sich um Kompetenzen, die inhaltlich offen und nicht auf Fachwissen bezogen sind, es sind überfachliche Kompetenzen. Es geht nicht um den Erwerb von spezifischem Fachwissen, sondern um die Fähigkeit sich in bestimmten Lernsituationen selber zu organisieren.

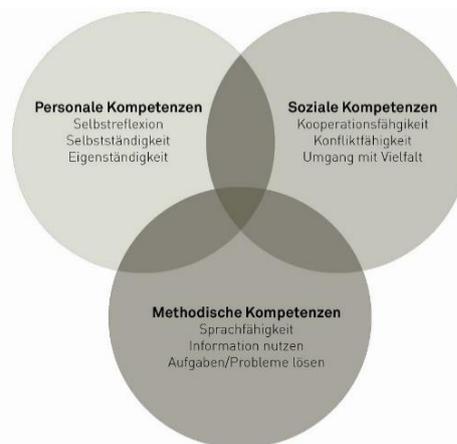


Abbildung 1: Personale, soziale und methodische Kompetenzen und ihre Überschneidungen

3.3 Überfachliche Kompetenzen – Umsetzung in Unterrichtssituationen

Ausgehend von den obenstehenden Definitionen wird bei der Ausgestaltung des Kompetenzordners für das GBSL auf den konkreten Bezug zu einer bestimmten Lernsituation geachtet, in welcher gezielt bestimmte Strategien und Methoden gefördert werden. Der Kompetenzordner beinhaltet eine Auswahl von überfachlichen Kompetenzen¹³, das heisst Beispiele von möglichen Aufgabenstellungen, verschiedene

¹¹ Kurt Reusser, Ringvorlesung „Schule im Umbruch“, Universität, Institut für Erziehungswissenschaft und Pädagogische Hochschule Bern, 19. November 2014, Prof. Dr. Kurt Reusser Universität Zürich, Lehrstuhl für Pädagogische Psychologie und Didaktik.

¹² ebenda

¹³ Vgl. Daniel Hunziker, S. 121-157.

Übungen und Aktivitäten zur gezielten Förderung vor allem der Kompetenzen im Bereich der Personal Kompetenzen. Da im Lehrplan 17 für jedes Unterrichtsfach spezifische Methodenkompetenzen beschrieben werden, geht es bei der folgenden Auswahl prioritär um die Förderung der Selbständigkeit und Selbstwirksamkeit¹⁴. Denn Selbständigkeit kann weder implizit vorausgesetzt werden noch isoliert gelehrt werden, sie kann aber durch gezielte Anleitung zur Reflexion über Lernstand und Lernstrategie (metakognitives Fragen)¹⁵ gefördert werden.

3.4 Das „Kernteam“ – Aufgabe und Verantwortung

Das Kernteam trägt die Hauptverantwortung für die Durchführung der Module 1 bis 4 auf Stufe Gym1. Zusammen mit dem Kernteam werden Lehrpersonen, die jeweils an den Halbtagen in der betreffenden Klassen Gym1 unterrichten, diese Halbtage mitgestalten. Dies bedeutet: Jeder Klasse auf Stufe Gym 1 werden ein Mitglied des Kernteams und eine weitere Lehrkraft zugeteilt. In einer ersten Phase wird das Kernteam durch direktes Anfragen von Lehrpersonen zusammengestellt. Die AG SOL wird ebenfalls Teil des Kernteams sein. Für die inhaltliche Vorbereitung ist die AG SOL verantwortlich. Es wird etappenweise ein Kompetenzenordner erstellt und die Inhalte weiterentwickelt. Zwischen Sommer und Herbst findet eine Informationsveranstaltung für das Kernteam statt. Das Kernteam hat auch die Funktion von Multiplikatoren.

3.5 Organisation der Module 1 - 4

Zeitpunkt Modul 1 - 4

Die Halbtage auf Stufe Gym 1 verteilen sich auf das ganze Schuljahr.
Ein Modul dauert 3 Lektionen, von 14:00 Uhr bis 16.35 Uhr,
je nach Stundenplan der Klassen sind ausnahmsweise Anpassungen möglich.

Beispiel für das SJ 20/21

DIN 44	Donnerstag,	29.10.2020,	Modul 1
DIN 04	Mittwoch,	27.01.2021,	Modul 2 (nach Notetermin)
DIN 13	Dienstag,	30.03.2021,	Modul 3 (vor Sonderwoche Frühling)
DIN 25	Donnerstag,	24.06.2021,	Modul 4 (nach Notetermin)

Zuteilung der Klassen Gym1¹⁶

Die Zuteilung der Lehrpersonen erfolgt jeweils ab Juni am Ende des SJ, sie ist wichtig für die Planung des neuen SJ. Die Lehrpersonen sind Teil des Kernteams und organisieren die Aufteilung der vier Module innerhalb ihrer Klasse.

¹⁴ Begriff Selbstwirksamkeit, siehe Definition in Vortrag zu Selbstwirksamkeit und Motivation von Gerhard Stähli, SchiLw-Tag 2015

¹⁵ Vgl. dazu: Michael Felten, Elisabeth Stern: Lernwirksam unterrichten. Im Schulalltag von der Lernforschung profitieren, Cornelsen, Berlin, 2012, S. 27.

¹⁶ Bemerkung: In Rücksprache mit Cornelia Gilgen und mit Lehrpersonen an bilinguen Klassen wurde beschlossen, die Organisation für die bilinguen Klassen auf das SJ 21/22 zu planen.

4. Konzept SOL Gym1 – Überblick Modul 1-4

Modul 1 Überfachliche Kompetenzen und Anwendungsbereiche

Kompetenzbereich	Bereiche der Förderung / Handlungen
------------------	-------------------------------------

Umgang mit der Zeit / Zeitmanagement

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • sich orientieren • sich organisieren • planen | <ul style="list-style-type: none"> - planen und strukturieren des Lernprozesses - Anforderungen kennen - Zeitaufwand einschätzen - Meilensteine setzen - Zeit einteilen - Zeitplan erstellen - Ausdauer, Belastbarkeit evaluieren |
|---|--|

Lernprozess gestalten

Ziele definieren und auswerten

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Ziele und Prioritäten setzen | <ul style="list-style-type: none"> - Definieren und Formulieren von Zielen und Teilzielen bzgl. Lernprozess und Lernverhalten - Verteilung der Aufgaben, Projektorganisation, Planungsverhalten - Selbstkompetenz, Zielstrebigkeit, Organisationsfähigkeit - Entscheidungsfähigkeit - Zielüberwachung, Kontrolle, Evaluation |
|--|---|

Modul 2 Überfachliche Kompetenzen und Anwendungsbereiche

Kompetenzbereich	Bereiche der Förderung / Handlungen
------------------	-------------------------------------

Umgang mit Informationen

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Adäquates Erfassen von Inhalten • Lernstoff und Inhalte strukturieren • Inhalte reproduzieren und verstehen | <ul style="list-style-type: none"> - Verschiedene Methoden zum Verstehen - Effizientes und elaboriertes Lesen - Informationen ordnen - Notizen erstellen und ablegen - Herausfiltern von bedeutsamen Inhalten (Zusammenfassen von Gehörtem und Gelesenem, Vernetzungen und Abhängigkeiten erkennen) - Inhalte sinnvoll aufbereiten (Beispiele: Mindmap, Zusammenfassung, Tabelle, Karteikarten) - Kohärente Texte verfassen - Kohärente mündliche Beiträge gestalten |
|---|--|

Modul 3 Überfachliche Kompetenzen und Anwendungsbereiche

Kompetenzbereich	Bereiche der Förderung / Handlungen
------------------	-------------------------------------

Präsentieren

- | | |
|----------------------|---|
| Präsentationstechnik | <ul style="list-style-type: none"> - Aufbauelemente einer Präsentation kennenlernen
Inhalt: Einstieg, Ablauf, Schluss - Elemente der Gestaltung kennenlernen und dies gezielt einsetzen können:
Mimik, Gestik, Haltung/Stand/Sitz, Blick und Kontakt zu Publikum, Stimme, Sprache - Elemente der Visualisierung
(Skizze an Wandtafel oder Flipchart) kennenlernen und gezielt anwenden können (ohne Power-Point) - eine kurze Präsentation vorbereiten (nach bestimmten Kriterien) - eine kurze Präsentation sicher und wirksam präsentieren - Feedback geben und entgegennehmen können |
|----------------------|---|

Modul 4 Überfachliche Kompetenzen und Anwendungsbereiche

Kompetenzbereich	Bereiche der Förderung / Handlungen
------------------	-------------------------------------

Zusammenspiel von Stress und Motivation

- | | |
|-------------------------------------|--|
| <i>Umgang mit Stresssituationen</i> | <ul style="list-style-type: none"> - Die SuS lernen mit praktischen Übungen ihr Stressempfinden zu analysieren und reflektieren. - Sie kennen die verschiedenen Komponenten von Stress. - Sie kennen verschiedene Strategien mit Stress umzugehen und Stress zu verhindern. - Sie erfahren, dass Stressempfinden subjektiv ist und die Bewältigung individuell gestaltet wird. |
|-------------------------------------|--|

Motivation

- SuS erkennen und reflektieren, wie sie sich motivieren können; sie lernen in praktischen Übungen sich selbst zu motivieren.
- Die SuS kennen die Elemente, die wichtig sind, sich und andere zu motivieren.
- Die SuS kennen verschiedene Motivationsstrategien und können sie für sich selbst anwenden.
SuS kennen verschiedene Motivatoren und können sie auf sich anwenden.