



schulnetz21

schweizerisches netzwerk
gesundheitsfördernder und
nachhaltiger schulen

réseau d'écoles21

réseau suisse d'écoles
en santé et durables

rete delle scuole21

rete svizzera delle scuole
che promuovono la salute
e la sostenibilità

rait da scolas21

rait svizra da las scolas
che promovon la sanadad
e la durabilidad

Zyklus II | Methodische Kompetenzen Themen zu Gesundheit und Nachhaltigkeit selbständig bearbeiten

Die Basis für den Lernerfolg, die Gesundheit und Motivation für BNE ist eine gute, wohlwollende, fördernde Beziehung zwischen den Lehrpersonen und den SuS. Dies erfordert eine hohe Sozialkompetenz der Lehrpersonen.

Verschiedene Unterrichtsprinzipien und -methoden können einen Beitrag zu den Fokussen der Orientierungshilfe leisten, wenn diese danach ausgerichtet werden. Nachstehend finden Sie einige Beispiele, sicherlich kennen Sie weitere Methoden und können mit Ihrem beruflichen Knowhow und der Erfahrung noch sehr viel mehr hinzufügen.

Unterrichtsmethoden

- Visionsorientiertes Lernen
- Problemorientiertes Lernen
- Verschiedene Themen zu Gesundheit und Nachhaltigkeit erkunden
- Lernen durch Beobachten: Modelllernen
- Forschungsauftrag
- Placemat
- Gruppenpuzzle

Konkrete Unterrichtsideen

- Unterrichtssequenz zu «Was ist gut für meine Gesundheit?»

Literatur

Unterrichtsmethoden

Generell eignen sich hier Textverständnisse gut, um Themen zur Gesundheit und Nachhaltigkeit mit der Förderung der Lesekompetenz zu vereinen.

Visionsorientiertes Lernen

Um als Schule mitzuhelfen, gesunde und handlungsfähige Menschen zu fördern, die aktiv, aber auch kritisch an der Gestaltung einer zukunftsfähigen Gesellschaft, im Sinne einer nachhaltigen Entwicklung beteiligen, braucht es das Bewusstsein, dass man selbst die Veränderung sein kann, die man sich wünscht, indem man die Kraft von Visionen nutzt. Mithilfe von gemeinsam entwickelten Visionen setzen sich die Schülerinnen und Schüler «themenspezifisch mit eigenen Zukunftswünschen und denjenigen anderen auseinander, sie hinterfragen die Umsetzbarkeit von Visionen und reflektieren sie im Hinblick auf gesamtgesellschaftliche Ziele».¹

Beispielsweise könnte das Thema Ernährung anhand der Fragestellung «Wie wollen wir uns in Zukunft ernähren? » angegangen werden. Dabei kommt man unweigerlich auf die Gegenwart und zur Frage «Wie ernähren wir uns heute? » zu sprechen. Die Lücke zwischen dem heutigen Zustand und der partizipativ erarbeiteten gewünschten Zukunft erzeugt eine kreative Spannung, die ein Auslöser fürs Handeln sein kann. In dieser kreativen Spannung werden Gemeinsamkeiten und Differenzen der Visionen, der Handlungen sichtbar – ein Dialog findet statt, Perspektivenwechsel und Wertediskussionen werden gefördert, die Fähigkeit zum Kompromiss gestärkt.

Um gute Visionen zu entwickeln braucht es:

1. Definition der Zielgruppe: Um wessen Zukunft geht es? Wer wird mit dieser Vision angesprochen?
2. Definition des Zeitraumes: Wann soll diese Vision Wirklichkeit geworden sein?
3. Wer steckt hinter der Vision?
4. Wie kann ich mir selbst diese Zukunft vorstellen?
5. Positive Formulierung der Vision
6. Offenes und mutiges Denken
7. Die Vision ist ein kohärentes Bild aus individuellen Visionen
8. Anpassungsfähigkeit der Vision

¹ Künzli, Ch. & al. **Zukunft gestalten lernen durch Bildung für eine nachhaltige Entwicklung** (S. 20).

Problemorientiertes Lernen

Ausgangspunkt des Problemorientierten Lernens ist immer ein Problem, wie z.B. ein ungeklärtes Phänomen, welches es in den weiteren Schritten selbstständig zu lösen gibt. Es sind verschiedene Lösungswege erlaubt und selbstständiges und vernetztes Denken sind gefordert. Problemorientiertes Lernen kann man in achte Etappen gliedern.²



Erklärungen zu den einzelnen Etappen des problemorientierten Lernens.

Verschiedene Themen zu Gesundheit und Nachhaltigkeit erkunden

Die Themen können dabei gut auf den jeweiligen Fachunterricht und den Lehrplan 21 angepasst werden. Mögliche Themen sind Stress, Fast Food, Sucht, Bewegung, Konsum. Dies kann auch in Form des kooperativen Lernens geschehen, z.B. mit einem Gruppenpuzzle.

Lernen durch Beobachten: Modelllernen

Schüler/-innen erwerben Kompetenzen zur Ausführung von Handlungen durch die Beobachtung und Nachahmung. Diese Methode ist im Sportunterricht weitverbreitet, kann aber auch im Schulunterricht eingesetzt werden. Z.B. kann durch Filmausschnitte oder ganze Filme Themen (z.B. Konfliktsituation oder spezifische Handlung) besprochen werden und Lösungsansätze mit den Schülern/-innen diskutiert werden.

² Schmidt (1983) S. 13 ff.

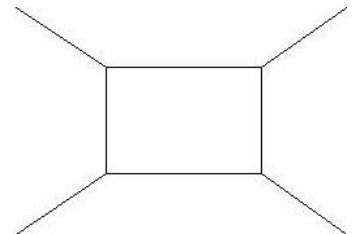
Forschungsauftrag

Die Schüler/-innen werden angeregt achtsam das eigene Umfeld zu beobachten, die Umsetzung zu planen und die Ergebnisse zu präsentieren.

1. In das Thema der Woche einführen und das Arbeitsblatt «Mein Forschungsauftrag» verteilen. Das Arbeitsblatt ohne oder mit den Schülern/-innen gestalten. Die Schüler/-innen sollen als Wochenaufgabe im häuslichen Umfeld das Thema «einfangen».
2. Es wird einen Termin festgesetzt, wann das Ergebnis in der Klasse gezeigt und diskutiert wird.
3. Anschliessend erfolgt die gemeinsame Reflexion zum Thema.

Placemat

1. An jeder Seite sitzt ein/-e Schüler/-in.
2. Jede/-r notiert seine/ihre Gedanken zu einem Thema, einem Problem oder einer Fragestellung im Feld. Es wird nicht gesprochen.
4. Im Austausch werden die Gedanken gesammelt und (wenn möglich) ein Konsens getroffen. Dieser wird in der Mitte festgehalten. Des Weiteren können offene Fragen notiert werden.



Gruppenpuzzle

Diese Methode eignet sich nur bei voneinander unabhängigen Themen, nicht bei aufeinander bauenden.

1. Die SuS werden in gleich grosse Gruppen (ca. 4-6 SuS) geteilt.
2. Innerhalb der Gruppe bekommt jede/-r Schüler/-in eine Teilaufgabe, die er/sie alleine bearbeitet.
3. Nun treffen sich die Expert/-innen der gleichen Teilaufgabe gruppenübergreifend und diskutieren ihre Resultate/Erkenntnisse.

Die Gruppe trifft sich wieder in der Ausgangskonstellation und jeder informiert, in der Rolle als Expert/-in, die Gruppenmitglieder über das Gelernte.

Konkrete Unterrichtsideen

Unterrichtssequenz zu «Was ist gut für meine Gesundheit?»

1. **Klärung:** Heranführung an das Thema durch ein Fallbeispiel (z.B. jemand fühlt sich schlapp und unwohl eine andere Person vital und glücklich). Dies kann durch die Erzählung einer Anekdote, das Vorführen eines Videos oder das Lesen eines Beispiels geschehen. Das Fallbeispiel sollte

verschiedene Sichtweisen auf mögliche Gesundheitszustände gewährleisten (z.B. keine Freunde, Eltern arbeiten viel...) beinhalten. Anschliessend werden Unklarheiten geklärt.

2. **Problemdefinition:** Die Schüler/-innen tragen die Sichtweisen schriftlich zusammen (dies kann z.B. durch die Placemat-Methode des kooperativen Lernens geschehen). Dabei gibt es keine vorgegebene Fragestellung, sondern die Schüler/-innen können diese selbst ausarbeiten. Bei jüngeren Schüler/-innen empfiehlt es sich, hier Hilfe anzubieten (Auswahl an Fragestellungen, wie z.B. Was tut mir gut was nicht? Inputs etc.).
3. **Ideensammlung:** Vorkenntnisse, Vermutungen und Ideen zu der Fragestellung werden in einem Brainstorming (visuell) festgehalten.
4. **Strukturierung:** Die Ideen und Vermutungen werden gewichtet. Es wird entschieden, welchen Aspekten (z.B. Schlaf, Freundschaften, Bewegung, Körperpflege) nachgegangen wird.
5. **Lernzielformulierung:** Die Schüler/-innen überlegen sich, was zu tun ist, um die Frage zu beantworten und strukturieren ihre Antwort. Es werden konkrete Lernziele festgehalten.
6. **Informationsbeschaffung:** Die Schüler/-innen gehen ihrer Fragestellung nach, recherchieren und beantworten ihre Fragestellung so gut wie möglich.
7. **Präsentation und Diskussion:** Die Falllösungen werden von Kleingruppen präsentiert, verglichen und diskutiert. Es steht dabei nicht die Lösung im Fokus, sondern die Vorgehensweise und Argumentationen.
8. **Reflexion:** Die Falllösungen werden reflektiert und diskutiert, um den Lernprozess zu fördern.

Literatur

- Dreher, T. (2013). **Lernen an Stationen – Schritt für Schritt**. Braunschweig: Westermann
Dieses Buch zeigt Schritt für Schritt, wie man für den Sachunterricht erfolgreich eigene Lernstationen selbst erstellen kann. Neben Tricks und Tipps aus der Praxis besticht vor allem die umfangreiche Methoden- und Lernspielsammlung, welche hilft, Sachtexte selbstständig zu erstellen und zu verarbeiten, Namen und Begriffe zu erlernen und Gelerntes zu vertiefen. Sie fördert zudem den Spass und die Konzentration beim individuellen Lernen an Stationen.
- Wüst, L. & Buchs, Ch. (2014). **Querblicke: Instrumenten-Box**. Herzogenbuchsee: Ingold
Andere Perspektiven einnehmen, Visionen entwickeln, nach Win-win-Lösungen suchen...
Methodisch vielfältig stellen 20 Karteikarten Instrumente vor, die erlauben, über Fragen und Phänomene nachzudenken, Sachverhalte zu verknüpfen und Meinungen gegeneinander abzuwägen. In der Box befinden sich zudem 48 Materialkarten, welche diese Prozesse unterstützen. Grundlagen, Zugänge und Methoden werden auf den 11 Wissenskarten

beschrieben. Die Lehrmittelreihe «Querblicke» unterstützt Lehrpersonen in Theorie und Praxis bei der Umsetzung von BNE. Sie ist multimedial und bietet verschiedene Zugänge und Hilfsmittel für die Zyklen 1-3. <https://catalogue.education21.ch/de/querblicke-instrumenten-box>

- **Tanz aus der Reihe – Kartenset.** Wien: FORUM Umweltbildung (2019)
Ein Schneemann mit Erdbeernase und Sonnenbrille – zu welchem SDG passt das? Das Kartenset ist thematisch rund um die Globalen Nachhaltigkeitsziele (SDG) konzipiert und orientiert sich didaktisch am Prinzip «Empowerment». Die anregenden Bilder zeigen teils realistische, teils fantastische Situationen (wie im Spiel «Dixit») – so bleibt viel Raum für Kreativität und Interpretation. <https://catalogue.education21.ch/de/tanz-aus-der-reihe-kartenset>
- **Lernen an Stationen**
Kurze Übersicht und Tipps zur Umsetzung.