

## Gesundheitsbildung und Prävention im Lehrplan 21



Welches Potential und welche Aufgaben ergeben sich aus dem Lehrplan 21 für die Gesundheitsbildung und Prävention in der Schule?

Gesundheit ist im Lehrplan 21 als fächerübergreifendes Thema gesetzt. Entsprechend finden sich in den einzelnen Fachbereichen Querverweise dazu. Diese decken aber nur einen kleinen Teil dessen ab, was als Gesundheitsbildung und Prävention verstanden werden kann. Viel ergiebiger ist der Lehrplan 21 im Hinblick auf die Förderung von Lebenskompetenz.

Will man der Gesundheitsbildung und Prävention im Lehrplan 21 auf den Grund gehen, muss man die einzelnen Fachbereichslehrpläne systematisch durchsehen. Das Resultat dieser Durchsicht wird nachfolgend zusammengefasst und mit Schlussfolgerungen kommentiert.

Damit wird eine erste Analyse wiederholt, präzisiert und ergänzt, die bereits zum Entwurf des Lehrplans im November 2013 erschienen ist. Die Überarbeitung der Entwurfsfassung des Lehrplans hat diese neuerliche Durchsicht notwendig gemacht. Dabei wurden zahlreiche Veränderungen ausgemacht, die auch für die Gesundheitsbildung und Prävention relevant sind.

Dominique Högger  
Leiter der Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention  
[dominique.hoegger@fhnw.ch](mailto:dominique.hoegger@fhnw.ch)

Januar 2015

Download dieses Dokuments: [www.fhnw.ch/ph/iwb/beratung/gesundheit/publikationen](http://www.fhnw.ch/ph/iwb/beratung/gesundheit/publikationen)

## Inhaltsübersicht

Ausgangslage und Zielsetzung .....	2
Vorgehen.....	3
Zusammenfassende Beschreibung der Lehrplaninhalte mit Bezügen zur Gesundheitsbildung und Prävention .....	4
1. Lebenskompetenz.....	4
2. Weitere Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention.....	17
Schlussfolgerungen.....	21

## Ausgangslage und Zielsetzung

Gesundheit ist im Lehrplan 21 als fächerübergreifendes Thema unter der Leitidee Nachhaltiger Entwicklung gesetzt. Dazu findet sich im entsprechenden Kapitel<sup>1</sup> die folgende Beschreibung:

fächerübergreifendes  
Thema

*«Gesundheit umfasst das physische, psychische und soziale Wohlbefinden des Menschen. Die Schülerinnen und Schüler lernen zunehmend Mitverantwortung für ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit zu übernehmen. Dafür erwerben sie Wissen über den menschlichen Körper, dessen Funktionsweise und über verschiedenste Faktoren, die Wohlbefinden und Gesundheit beeinflussen. Dazu gehören Bereiche wie Ernährung, Bewegung, psychische Gesundheit, soziale Netze, Sexualität, Partnerschaft, Sucht und Gewalt. Die Schülerinnen und Schüler befassen sich mit Krankheit, gesundheitlichen Risiken und Unfällen und erkennen vielfältige Einflüsse auf die Gesundheit. Sie diskutieren und erproben Handlungsmöglichkeiten und Gewohnheiten, die Gesundheit und Wohlbefinden erhalten und fördern. Dazu gehören die Nutzung von Ressourcen im sozialen Netz, Kenntnisse über gesundes Ess- und Bewegungsverhalten, Hygiene, sicheres Bewegen im Verkehr, die Einschätzung von Gefahren in Bezug auf Naturereignisse und bei der Freizeitgestaltung ebenso wie sachgerechte Handhabung von Maschinen und Materialien.»*

Gemäss dem Konzept der fächerübergreifenden Themen sind deren verschiedene Aspekte in die einzelnen Fachbereichslehrpläne eingearbeitet, insbesondere in den Fachbereich Natur, Mensch, Gesellschaft. Mit dem Querverweis «BNE» (Bildung für nachhaltige Entwicklung) sind die entsprechenden Kompetenzbeschreibungen in den Fachbereichslehrplänen markiert.

in Fachbereiche  
eingearbeitet

Bereits ein oberflächlicher Einblick in verschiedene Fachbereiche zeigt, dass bei weitem nicht alle Kompetenzen und Kompetenzstufen, die mit Gesundheitsbildung und Prävention in Verbindung stehen, mit Querverweisen gekennzeichnet sind. Will man die Gesundheitsbildung und Prävention im Lehrplan 21 in all ihren Facetten erkennen, muss man die einzelnen Fachbereichslehrpläne systematisch durchsehen.

Das Resultat dieser Durchsicht wird nachfolgend zusammengefasst und mit Schlussfolgerungen kommentiert. Ziel ist es, das Potential, aber auch die Aufgaben zu erkennen, die sich aus dem Lehrplan 21 für die Gesundheitsbildung und Prävention in der Schule ergeben – und zwar sowohl auf Seiten von Lehrpersonen und Schulen als auch auf Seiten von Fachleuten und Institutionen, die die Schulen in ihren Bestrebungen zur Gesundheitsbildung und Prävention unterstützen.

Potentiale und  
Aufgaben erkennen

<sup>1</sup> <http://vorlage.lehrplan.ch/index.php?nav=10|40&code=t|105>

## Vorgehen

Grundlage dieser Analyse ist eine systematische Durchsicht der Kompetenzen und Kompetenzstufen des Lehrplans<sup>2</sup>. Einbezogen wurden die Kapitel zu den überfachlichen Kompetenzen sowie zu den Fachbereichen Deutsch, Natur-Mensch-Gesellschaft (NMG), Gestalten, Musik sowie Bewegung und Sport. Gegenüber der ersten Durchsicht des Entwurfs wurden zusätzlich die Module Medien und Informatik sowie Berufliche Orientierung einbezogen. Nicht berücksichtigt wurden die Fremdsprachen sowie Mathematik, obwohl nicht auszuschliessen ist, dass es auch in diesen Fachbereichen Ansprüche gibt, die hätten einbezogen werden können.

systematische  
Durchsicht

Identifiziert wurden Kompetenzbeschreibungen mit einem Bezug entweder zum Konzept der Lebenskompetenz oder zu weiteren Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention:

- Die Weltgesundheitsorganisation WHO versteht unter Lebenskompetenz «diejenigen Fähigkeiten, die einen angemessenen Umgang sowohl mit unseren Mitmenschen als auch mit Problemen und Stresssituationen im alltäglichen Leben ermöglichen»<sup>3</sup> und zählt dazu Selbstwahrnehmung und Empathie, Umgang mit Gefühlen und Stress, kreatives und kritisches Denken, Entscheidungs- und Problemlösefertigkeit sowie Kommunikations- und Beziehungsfähigkeit.

Lebenskompetenz

In der Förderung von Lebenskompetenz treffen sich verschiedene Ansätze der Prävention. Sei es Gewalt-, Sucht- oder Suizidprävention, sei es die Verhinderung von Schulden, Stress oder Magersucht – immer ist die Förderung von Lebenskompetenz die Grundlage. Konflikte und Probleme konstruktiv lösen zu können, vermindert etwa das Risiko, Suchtmittel als Ausweich-, Kompensations- und Rückzugsmöglichkeit einzusetzen. Kommunikations- und Beziehungsfähigkeit ermöglicht, Meinungsverschiedenheiten zu besprechen und Konflikte gewaltfrei zu lösen. Eine erfüllte Sexualität ist untrennbar mit Selbstbestimmung, der Achtung von Grenzen und mit Einfühlungsvermögen verbunden.

Als Referenzsystem wurden die Kompetenzbeschreibungen aus der Arbeitshilfe «Lebenskompetenz entwickeln»<sup>4</sup> verwendet. Die Analyse des Lehrplans ermöglichte gleichzeitig, dieses Referenzsystem weiterzuentwickeln. Es ist gemeinsam mit der zusammenfassenden Analyse ab Seite 4 aufgeführt.

- Für die Identifikation weiterer Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention wurde kein bestehendes Referenzsystem verwendet. Die Ordnungsstruktur wurde aus den identifizierten Kompetenzbeschreibungen abgeleitet<sup>5</sup>, nämlich: Den eigenen Körper kennen und dazu Sorge tragen, Krankheitsvorsorge und Umgang mit Krankheiten, Einflüsse aus der Umwelt auf die eigene Gesundheit, Ernährung, Bewegung, Risikokompetenz, sexuelle Gesundheit, Suchtprävention, Gewaltprävention sowie Schuldenprävention.

weiterer Anliegen der  
Gesundheitsbildung  
und Prävention

Die identifizierten Kompetenzen und Kompetenzstufen wurden in eine Tabelle transferiert, in der sowohl die Verortung im Lehrplan (Fachbereiche, jeweilige Unterkategorien sowie Zyklen) als auch die Bezüge zu den beschriebenen Ordnungskategorien festgehalten wurden. Die Tabelle erlaubte, die Kompetenzbeschreibungen mit Bezügen zu bestimmten Ordnungskategorien herauszuziehen und gesondert zu analysieren. Dieser Vorgang wurde für jede Ordnungskategorie einzeln durchgeführt. Die Analyse führte für jede Kategorie zu einer zusammenfassenden Beschreibung, die nachfolgend aufgeführt ist.

<sup>2</sup> <http://vorlage.lehrplan.ch/>

<sup>3</sup> WHO: World Health Organization (1994): «Life Skills». Praktische Lebenskunde – Rundschreiben. Zusammenfassung der englischen «Skills for Life Newsletter» No. 1–3. Genf: WHO (Zitiert nach Burow, Fritz u.a. (1998): Fit und stark fürs Leben 1. + 2. Schuljahr. Persönlichkeitsförderung zur Prävention von Aggression, Rauchen und Sucht. Stuttgart: Klett.)

<sup>4</sup> [www.gesundeschule-ag.ch/myUploadData/files/Arbeitsinstrument\\_Lebenskompetenz.pdf](http://www.gesundeschule-ag.ch/myUploadData/files/Arbeitsinstrument_Lebenskompetenz.pdf)

<sup>5</sup> Transparenz über das dabei verwendete Know-how gibt zum Beispiel der heutige Lehrplan des Kantons Aargau, in dem Gesundheitsförderung im Kapitel der fächerübergreifenden Aufgaben beschrieben ist:

[https://www.ag.ch/media/kanton\\_aargau/bks/dokumente\\_1/volksschule\\_kindergarten/unterricht\\_schulbetrieb/lehrplan/vs/BKSVS\\_lehrplan\\_faecheruebergreifend.pdf](https://www.ag.ch/media/kanton_aargau/bks/dokumente_1/volksschule_kindergarten/unterricht_schulbetrieb/lehrplan/vs/BKSVS_lehrplan_faecheruebergreifend.pdf)

## **Zusammenfassende Beschreibung der Lehrplaninhalte mit Bezügen zur Gesundheitsbildung und Prävention**

### *1. Lebenskompetenz*

#### **Selbstwahrnehmung im Verständnis der Gesundheitsbildung und Prävention**

- den eigenen Körper, Bewegungen und Körpersignale wahrnehmen und beschreiben
- Merkmale der eigenen Person als Unterscheidung zu anderen Personen wahrnehmen und beschreiben; innere und äussere Merkmale unterscheiden
- eigene Handlungen, Tätigkeiten, Gewohnheiten und Lebensweise wahrnehmen, beschreiben und reflektieren
- eigene Arbeitsweisen, Leistungen und Fortschritte wahrnehmen, beschreiben und reflektieren
- persönliche Vorlieben und Abneigungen sowie persönliche Stärken und Schwächen wahrnehmen, beschreiben und reflektieren
- eigene Gedanken, Erfahrungen, Wünsche, Interessen, Bedürfnisse, Ideale, Werte etc. wahrnehmen, beschreiben und reflektieren
- Selbstwahrnehmung auf Vergangenheit und Zukunft beziehen und reflektieren
- verschiedene Selbstwahrnehmungen (körperliche, gedankliche etc.) unterscheiden und zueinander in Bezug setzen
- Verkettung von Gefühlen, Gedanken, Körperreaktionen und Handlungen wahrnehmen, verbalisieren und verstehen
- Selbst- und Fremdwahrnehmung in Bezug setzen und reflektieren

## Selbstwahrnehmung im Lehrplan 21

Selbstwahrnehmung wird in den personalen Kompetenzen im allgemeinen Sinn angesprochen (z.B. Interessen und Bedürfnisse wahrnehmen und formulieren; eigene Einschätzung mit der Einschätzung von aussen abgleichen und Schlüsse ziehen). In den methodischen Kompetenzen werden Einschätzungs- und Reflexionsprozesse in Bezug auf das eigene Arbeitsverhalten angesprochen.

Überfachliche K.

Weitere Schwerpunkte finden sich in NMG (Identität, Körper, Gesundheit – sich kennen und sich Sorge tragen; z.B. sich als Person mit vielfältigen Merkmalen beschreiben) sowie in Ethik, Religionen, Gemeinschaft (Ich und die Gemeinschaft - Leben und Zusammenleben gestalten; z.B. Erfahrungen und Interessen einbringen sowie Stärken und Talente beschreiben).

NMG

Ein weiterer Schwerpunkt findet sich im Modul Berufliche Orientierung: Ein realistisches Selbstbild (bzgl. Persönlichkeitsprofil, biographische Prägung, Ressourcen und Motivation) wird hier als Grundlage formuliert für die Berufsfindung, den Bewerbungsprozess und den Umgang mit den damit einhergehenden Schwierigkeiten.

Berufliche Orientierung

Darüber hinaus geben zahlreiche Fachbereiche Anlass, eigene Erfahrungen und Vorlieben sowie eigenes Handeln und eigene Entscheidungen zu beschreiben, zu begründen, zu reflektieren und zu beurteilen sowie sich gegenseitig Rückmeldungen zu geben:

- Deutsch: Gesprächsverhalten, Leseinteressen, Textverständnis, Vorgehen bei der Aufgabenbearbeitung, Erlebnisse und Erfahrungen, Meinungen und Wahrnehmungen, eigene Schreibprozesse und -produkte, persönliche Bedeutung des Schreibens
- NMG (bzw. Pendant des 3. Zyklus): Erfahrungen mit, Beziehungen zu sowie das Verhalten gegenüber Tieren, Pflanzen und Lebensräumen, die eigene Sinneswahrnehmung und eigene Körpersignale, Zukunftsvorstellungen, Wünsche und Bedürfnisse, Alltagswelt und Lebensweise, Herkunft und Zugehörigkeit, persönliche Eigenschaften wie Sprache und Religion, Vorstellungen und Erwartungen, Befindlichkeiten und Werte, Konsum- und Essverhalten, Umgang mit Ressourcen
- Bildnerisches Gestalten: Vorstellungen und Wahrnehmungen, ästhetische Erfahrungen und Urteile, bildnerische Prozesse und Produkte. Auch im textilen und technischen Gestalten geht es um eigene Prozesse und Produkte
- Musik: Singstimme und Atmung, Musikvorlieben und -empfinden, Körperteile und Körperspannung, musikalische Beiträge (alleine oder im Zusammenspiel mit anderen), eigene Ideen
- Bewegung und Sport: Körperteile und Körperspannung, der Körper im Verhältnis zum Raum, Qualität der Bewegung und Körperhaltung, Leistungsvermögen und Anstrengung
- Medien und Informatik: persönliche Erfahrungen der Mediennutzung

Deutsch

NMG

Gestalten

Musik

Bewegung und Sport

Medien und Informatik

## Umgang mit Gefühlen im Verständnis der Gesundheitsbildung und Prävention

- Bezeichnungen für Gefühle kennen und Gefühle benennen
- eigene Gefühle wahrnehmen und benennen
- Gefühle der Situation angemessen ausdrücken
- belastende Gefühle aushalten
- Erleben und Gefühle in Beziehung setzen und reflektieren
- Gefühle und Handlungsimpulse in Beziehung setzen und reflektieren (Impulskontrolle)
- Strategien im Umgang mit belastenden Gefühlen kennen, entwickeln, anwenden und reflektieren

## Umgang mit Gefühlen im Lehrplan 21

Dem Umgang mit Gefühlen gehört in den überfachlichen Kompetenzen (personale Kompetenzen/Selbstreflexion) eine eigene Kompetenzbeschreibung: eigene Gefühle wahrnehmen und der Situation angemessen ausdrücken.

Überfachliche K.

Im Fachbereich Deutsch erscheint eine vergleichbare Formulierung: Gefühle und Gedanken verbal oder nonverbal mit Unterstützung zum Ausdruck bringen. Neben diesem allgemeinen Anspruch finden sich spezifischere Formulierungen, die sich auf die Beschreibung von Gefühlen gegenüber Texten bzw. darin auftauchenden Figuren sowie gegenüber Gesprächsbeiträgen und Konfliktsituationen beziehen. Schliesslich wird in einer Kompetenzbeschreibung der Anspruch gestellt, dass ausgehalten wird, wenn Textstellen nicht sofort verstanden werden.

Deutsch

Auch im Fachbereich NMG gibt es allgemeine Formulierungen: anhand von Beispielen Gefühle beschreiben bzw. subjektives Wohlbefinden beschreiben und mit Erfahrungen verbinden. Im Fachbereich Ethik, Religionen, Gemeinschaft findet sich die allgemeine Formulierung, auf Gefühle und Bedürfnisse zu achten, Spannungen wahrzunehmen und wo nötig auszuhalten. Darüber hinaus findet sich auch hier die Absicht, Gefühle in spezifischen Situationen äussern zu können: bei unangenehmen und ungewollten Handlungen am eigenen Körper, bei Unsicherheiten bezüglich Sexualität, gegenüber psychischen Veränderungen in der Pubertät sowie in Konflikten.

NMG

Im Fachbereich Bewegung und Sport werden dem Umgang mit Gefühlen in Spielsituationen (Niederlage, Schiedsrichterentscheide) sechs Aussagen gewidmet; die letzte bezieht sich auf den Umgang mit Gefühlen ganz generell. Darüber hinaus gibt es eine Aussage zur bewegten Darstellung von Gefühlen sowie eine zur Benennung von Gefühlen in Wagnissituationen.

Bewegung und Sport

In diesen Fachbereichen bzw. Modulen ist die Rede von den Gefühlen, die durch Kunstwerke und Bilder, Musik, die eigene Mediennutzung bzw. die Erfahrungen des Berufswahlprozesses ausgelöst werden.

Gestalten  
Musik  
Medien und Informatik  
Berufliche Orientierung

## Empathie im Verständnis der Gesundheitsbildung und Prävention

- Gefühle, Bedürfnisse und Interessen von anderen wahrnehmen und diese Wahrnehmung angemessen signalisieren
- Differenz zwischen eigenen und fremden Bedürfnissen und Interessen wahrnehmen, benennen und aushalten
- verschiedene Perspektiven einnehmen und einschätzen
- eigene und fremde Perspektiven in Beziehung setzen und reflektieren
- Verständnis für fremde Perspektiven ausdrücken, ohne den eigenen Standpunkt ausser Acht zu lassen

## Empathie im Lehrplan 21

In den überfachlichen Kompetenzen (soziale Kompetenzen/Konfliktfähigkeit) gibt es eine allgemeine Aussage zur Empathie (sich in die Lage einer anderen Person versetzen und sich darüber klar werden, was diese Person denkt und fühlt) sowie drei weitere Aussagen, die sich auf Achtung, Verständnis bzw. Respekt gegenüber anderen Meinungen und Standpunkten bzw. Menschen mit ihrem Anderssein beziehen.

Überfachliche K.

Im Fachbereich Deutsch ist vielfältig ausformuliert, dass Schülerinnen und Schüler die Stimmungen, Emotionen, Absichten, Perspektiven, Verhaltensweisen bzw. Interpretationen anderer Menschen in Hör-, Kommunikations- oder Konfliktsituationen sowie von Figuren in Geschichten wahrnehmen, verstehen, einschätzen, nachvollziehen, thematisieren bzw. erklären können. Im Abschnitt «Schreiben» wird auf die Bedeutung der Leserperspektive hingewiesen.

Deutsch

Der Fachbereich NMG enthält zahlreiche Formulierungen mit Bezügen zur Empathie, insbesondere bezüglich der Wahrnehmung von Gefühlen, Befindlichkeiten, Bedürfnissen, Motiven, Werten, Gewohnheiten, Verhaltensweisen, Merkmalen, Lebensweisen, Vorstellungen, Überzeugungen bzw. Interessen von anderen Menschen. Vereinzelt ist formuliert, sich in andere Menschen hineinzusetzen bzw. verschiedene Perspektiven einzunehmen. Im Fachbereich Ethik, Religionen, Gemeinschaft finden sich entsprechende Fortsetzungen für den 3. Zyklus. Im Abschnitt «Tiere, Pflanzen und ihre Lebensräume erkunden» sind die Lebensbedürfnisse von Pflanzen und Tieren angesprochen.

NMG

Im Fachbereich Musik findet sich eine Formulierung zur Auseinandersetzung mit den bevorzugten Musikstilen der Mitschülerinnen und Mitschüler sowie zum Einfühlen und bewegten Interpretieren von Figuren aus Liedern und Geschichten.

Musik

Im Fachbereich Bewegung und Sport ist beschrieben, die Schülerinnen und Schüler sollten sich gegenseitig zum Beispiel mit taktilen, visuellen und akustischen Signalen führen können sowie zum Beispiel im Umgang mit Sieg und Niederlage die Emotionen von anderen wahrnehmen können.

Bewegung und Sport

Im Modul Medien und Informatik ist formuliert, die Lernenden sollten erkennen, dass Medien und Medienbeiträge auf Individuen unterschiedlich wirken.

Medien und Informatik

## **Kritisches Denken im Verständnis der Gesundheitsbildung und Prävention**

- Nicht-Verstandenes erkennen und entsprechende Fragen formulieren
- eigene und fremde Wahrnehmungen, Verhaltensweisen, Leistungen etc. beschreiben und mit zusätzlichen Perspektiven in Bezug setzen
- Widersprüche und Zielkonflikte erkennen und benennen
- relevante Informationen sammeln, strukturieren, analysieren, einschätzen, gewichten und zu einander in Bezug setzen
- fundamentale Konzepte zur Orientierung innerhalb einer pluralistischen Gesellschaft zur Verfügung haben (z.B. Demokratie, Gerechtigkeit, Kinderrechte)
- verschiedene Argumente, Standpunkte, Perspektiven und Interessen unterscheiden, beschreiben, zueinander in Bezug setzen, einschätzen und gewichten
- eigene Standpunkte formulieren, begründen und reflektieren
- Veränderungs- und Entwicklungsbedarf benennen



## Kritisches Denken im Lehrplan 21

Kritisches Denken findet sich in vielen Kompetenzbeschreibungen, die darauf abzielen:

- Nicht-Verstandenes zu erkennen und Fragen zu stellen
- Informationen zu sammeln, zu strukturieren, zu analysieren, zu vergleichen, einzuschätzen und Schlussfolgerungen zu ziehen
- Zusammenhänge herzustellen
- Standpunkte, Argumente, eigene und fremde Verhaltensweisen und gesellschaftliche Verhältnisse, eigene Lernwege und Arbeitsprozesse etc. zu reflektieren und Perspektivenwechsel zu vollziehen
- sich (allenfalls unter Einbezug eines Kriterienrasters oder von Leitfragen) eine eigene Meinung zu bilden und diese argumentativ zu vertreten sowie Verbesserungsvorschläge zu machen.

Bei den personalen Kompetenzen finden sich solche Beschreibungen in allgemeiner Form bezogen auf eigene Fehler und Lernwege sowie eigene und fremde Meinungen und Argumente. Bei den methodischen Kompetenzen finden sich Aussagen zur Beschaffung und Verarbeitung von Informationen sowie zur Durchführung, Dokumentation und Reflexion von Lern- und Arbeitsprozessen.

Überfachliche K.

Auch im Fachbereich Deutsch wird die Beschaffung und Verarbeitung von mündlicher und schriftlicher Information vielfach angesprochen. Dazu gehört das Nachdenken über eigene Hör- und Lesestrategien, über Gesprächsverhalten und Textverständnis sowie über eigene Schreibprozesse und -produkte. Reflexion bezieht sich weiter auf Gesprächsregeln, Gesprächsleitung, Präsentationen sowie die Bedeutung literarischer Texte.

Deutsch

Im Fachbereich NMG sowie seinen Pendanten im 3. Zyklus werden dazu konkrete Sachthemen benannt wie die eigene Gesundheit, Ernährung und Suchtverhalten, Geschlechterrollen und Sexualität, Regeln und Sanktionen, Rechte und Pflichten, philosophische Fragen, Werte und Normen, Gerechtigkeit, Verhältnis des Menschen zur Natur, Wünsche und Träume, Bedürfnis und Konsum, Lebensweisen und -situationen, Raumgestaltung und Zeitgeschehen, Technik und naturwissenschaftliche Anwendungen, Produktions- und Arbeitswelten, Rohstoff- und Energieverbrauch, Mobilität, Schönheitsideale, Freundschaft und Diskriminierung etc.

NMG

Im Bildnerischen Gestalten bezieht sich kritisches Denken auf die eigene Wahrnehmung, auf Eigenschaften von Bildern, ästhetische Urteile sowie Bildmanipulationen. Im Textilen und Technischen Gestalten bezieht sich kritisches Denken auf die Beurteilung eigener Produkte und Prozesse sowie auf den Vergleich verschiedener Produkte untereinander oder mit vorgegebenen Kriterien. Zur Sprache kommen auch Erfindungen, Entwicklungen und Innovationen aus Design und Technik sowie die Herstellung, Verwendung und Entsorgung von Materialien.

Gestalten

Im Fachbereich Musik geht es um die Beurteilung eigener und fremder musikalischer Darbietungen.

Musik

Im Fachbereich Musik wird die Reflexion von Wagnissituationen angesprochen.

Bewegung und Sport

Im Modul Medien und Informatik bezieht sich kritisches Denken zum Beispiel auf die Vor- und Nachteile verschiedener Erfahrungsräume, die Chancen und Risiken der Mediennutzung, Verflechtungen und Wechselwirkungen zwischen physischer Umwelt, medialen und virtuellen Lebensräumen sowie die Funktion und Bedeutung der Medien für Kultur, Wirtschaft und Politik.

Medien und Informatik

Im Modul berufliche Orientierung ist ebenfalls die Informationsbeschaffung angesprochen sowie die Reflexion eigener biographischer Prägungen und der Erwartungen des Umfeldes bezüglich Berufswahl.

Berufliche Orientierung

## Kreatives Denken im Verständnis der Gesundheitsbildung und Prävention

- auf die Kraft der eigenen Phantasie vertrauen
- Aufgaben- und Problemstellungen im Hinblick auf Möglichkeiten des Umgangs mit ihnen analysieren
- sich auf einen Prozess mit offenem Ausgang einlassen
- über bestehende Ideen, Lösungen und Produkte sowie (vermeintliche) Sachzwänge hinausdenken
- Gestaltungstechniken einsetzen, Prozess gestalten
- Ideen, Lösungen und Produkte reflektieren und weiterentwickeln

## Kreatives Denken im Lehrplan 21

In den überfachlichen Kompetenzen ist in drei Kompetenzbeschreibungen davon die Rede, dass die Schülerinnen und Schüler in der Lage sein sollen, kreative Lösungen zu entwickeln, neue Wege zu suchen bzw. über alternative Lösungen nachdenken.

Überfachliche K.

Im Fachbereich Deutsch finden sich zahlreiche Formulierungen im Abschnitt «Schreiben»: Schülerinnen und Schüler sollen in der Lage sein, Ideen zu entwickeln, festzuhalten und zu strukturieren, Zielvorstellungen zu entwickeln und den Schreibprozess zu planen. Sie sollen den Schreibprozess gestalten können, ihre Produkte reflektieren und sowohl inhaltlich als auch sprachformal überprüfen und überarbeiten. Sie sollen die dafür notwendige Ausdauer aufbringen und bei Schwierigkeiten nicht gleich aufgeben.

Deutsch

Im Fachbereich NMG finden sich Formulierungen zur Ideen- bzw. Alternativenentwicklung bezüglich Bedürfnisdeckung, Mobilität, Abfallverminderung, Umgang mit Vorurteilen, Zukunftsvorstellungen, Umgang mit der Natur sowie zur Gestaltung von Lebensräumen.

NMG

Am meisten Verweise finden sich in den Fachbereichen Bildnerisches bzw. Textiles und Technisches Gestalten, Musik sowie Bewegung und Sport. Hier finden sich zum Beispiel Aussagen zur Wahrnehmung, Weiterentwicklung und Reflexion von Vorstellungen und Ideen, zur Gestaltung und Reflexion von Prozessen und Produkten sowie zum Einsatz von Stimme und Körper als Ausdrucksmittel.

Gestalten  
Musik  
Bewegung und Sport

## Umgang mit Stress im Verständnis der Gesundheitsbildung und Prävention

- Spannungszustände wahrnehmen, aushalten und beschreiben
- Ursachen und Folgen von Spannungszuständen wahrnehmen und beschreiben
- eigenes Befinden, Gedanken, Körperreaktionen und Verhalten sowie deren Verkettung in belastenden Situationen wahrnehmen, beschreiben und reflektieren
- Strategien zur Vermeidung von und zum Umgang mit belastenden Situationen kennen, selber entwickeln, anwenden und reflektieren
- Strategien zur Spannungsregulation kennen, selber entwickeln, anwenden und reflektieren
- soziale Unterstützung beanspruchen

## Umgang mit Stress im Lehrplan 21

Der Begriff «Stress» taucht einzig in einer Kompetenzbeschreibung im Fachbereich Ethik, Religionen, Gemeinschaft auf: «Möglichkeiten kennen, mit Spannungssituationen und Stress umzugehen (z.B. Pausengestaltung, Bewegung, Erholung, Entspannung, Planungshilfen, Lerntechniken).» Dazu kommt in diesem Fachbereich der Anspruch, dass die Schülerinnen und Schüler Anlaufstellen für Problemsituationen kennen und konsultieren können.

NMG

Im Modul berufliche Orientierung findet sich ein ähnlicher Anspruch bezogen auf den Berufswahlprozess: Schwierigkeiten, belastende Gefühle und Gründe für Frustration im Bildungs- und Berufswahlprozess benennen können, sich damit auseinandersetzen und sich der eigenen Ressourcen bewusst bleiben. Auch der Einbezug von sozialer Unterstützung ist in diesem Zusammenhang angesprochen.

Berufliche Orientierung

Zahlreiche weitere Formulierungen können in diesen Kontext gestellt werden, bei den überfachlichen Kompetenzen etwa die Kompetenz, Herausforderungen annehmen und konstruktiv damit umgehen zu können, auf die eigenen Stärken zurückgreifen und sie gezielt einsetzen zu können, sich in neuen Situationen zurechtfinden oder Strategien einsetzen zu können, um eine Aufgabe auch gegen Widerstände und mit Hindernissen zu Ende zu führen. Auch der Einsatz von Lernstrategien, das eigenverantwortliche Erledigen von Hausaufgaben, die gezielte Konzentration auf eine Aufgabe und die Organisation des eigenen Lernens können als Mittel gesehen werden, mit Stress umzugehen.

Überfachliche K.

Im Fachbereich NMG (Identität, Körper, Gesundheit) sind die Ansprüche formuliert, dass die Schülerinnen und Schüler subjektives Wohlbefinden beschreiben und belastende Entwicklungen in der Pubertät (z.B. verstärkte Scham und Befangenheit, veränderte Einstellung zum eigenen Körper, erwachendes sexuelles Interesse) als normale Entwicklungen verstehen können.<sup>6</sup> Im Fachbereich Wirtschaft, Arbeit, Haushalt finden sich Kompetenzen zum Umgang mit der eigenen Gesundheit, die auch für den Umgang mit Stress Bedeutung haben.

NMG

Schliesslich können die Aussagen zur Präsentation eigener Fähigkeiten in den Fachbereichen Musik sowie Bewegung und Sport als potentielle Stressquelle und also als Möglichkeit verstanden werden, mit Spannungen umgehen zu lernen.

Bewegung und Sport  
Musik

<sup>6</sup> In der Entwurfsfassung des Lehrplans 21 waren zudem der Umgang mit Belastungen und neuen Situationen, die Selbststeuerung sowie Eigenschaften wie Zuversicht, Ausdauer und Mut erwähnt. Sie sind in der definitiven Fassung nicht mehr enthalten.

## **Kommunikation im Verständnis der Gesundheitsbildung und Prävention**

- aktiv zuhören, sich Inhalte merken, Unverstandenes verbalisieren
- Anliegen, Inhalte, Argumente etc. angemessen verbalisieren
- Bedeutung der nonverbalen Kommunikation kennen und in eigenes Kommunizieren einbeziehen
- Regeln der Kommunikation sowie Feedback-Regeln kennen und anwenden
- Tücken des gegenseitigen Verstehens kennen und in eigenem Kommunizieren berücksichtigen
- eigenes und fremdes Kommunikationsverhalten sowie dessen Wirkung wahrnehmen und reflektieren
- Kommunikationsverhalten dem sozialen Kontext anpassen
- ein Gespräch moderieren

## Kommunikation im Lehrplan 21

Teilaspekte der Kommunikation werden in den überfachlichen Kompetenzen mehrfach angesprochen, und zwar sowohl in den methodischen (Bedeutungen verstehen, sich verständlich machen) als auch in den personalen (Argumente vortragen, Standpunkte vertreten) und sozialen Kompetenzen (sachlich und zielorientiert kommunizieren, Kritik mitteilen, Gesprächsregeln anwenden, Konflikte ansprechen, Wirkung von Sprache beachten und reflektieren, wertschätzender Sprachgebrauch).

Überfachliche K.

Nicht überraschend kommen kommunikative Aspekte schwergewichtig im Fachbereich Deutsch vor, und zwar in rund 100 Kompetenzbeschreibungen:

Deutsch

- Im Abschnitt «Hören» geht es darum, in unterschiedlich komplexen Situationen (von einfachen Mitteilungen bis hin zu Konflikten) einem Gespräch zu folgen, seine Aufmerksamkeit zu zeigen, sich Inhalte zu merken, Gesprächsregeln einzuhalten, Kommunikationssituationen einzuschätzen, Unverstandenes zu verbalisieren sowie über die Bedeutung des Zuhörens und das eigene Zuhörverhalten nachzudenken.
- Im Abschnitt «Sprechen» geht es darum, sich zu artikulieren, nonverbale und paraverbale Mittel einzusetzen, das eigene Sprechverhalten zu steuern, das Gegenüber wahrzunehmen und mit ihm in Kontakt zu treten, sich an Gesprächen zu beteiligen und an Gesprächsregeln zu halten, Gespräche in Gang zu setzen und zu moderieren, die eigene Meinung auszudrücken und mit Argumenten zu begründen sowie eigenes und fremdes Gesprächsverhalten, den Sinn von Gesprächsregeln und die Wirkung von Redebeiträgen zu reflektieren. Dabei soll eine angenehme und wertschätzende Gesprächsatmosphäre als Bereicherung erfahren werden können. Das Gesprächsverhalten wird darüber hinaus in einzelnen Kompetenzbeschreibungen des Abschnitts «Sprache(n) im Fokus» thematisiert.
- In den Abschnitten «Schreiben», «Lesen» sowie «Literatur im Fokus» geht es darum, das Geschriebene bzw. Gelesene kommunikativ zu verarbeiten (sich austauschen, präsentieren, reflektieren, Rückmeldungen geben, Nicht-Verstandenes formulieren, Verstandenes dialogisch weiterentwickeln).

Im Fachbereich NMG ist erwähnt, die Lernenden sollten sich für die eigenen Interessen einsetzen und die Möglichkeiten zur aktiven Mitsprache wahrnehmen können. Kommunikation kommt zudem beim Einbringen persönlicher Erfahrungen, in philosophischen Gesprächen, in der Diskussion kontroverser Fragen sowie bei der Bearbeitung von Konflikten zum Tragen. Zum Umgang mit Unterschieden wird eine wertschätzende Sprache gefordert. Im Fachbereich Ethik, Religionen, Gemeinschaft (Ich und die Gemeinschaft – Leben und Zusammenleben gestalten) werden kommunikative Situationen noch einmal explizit thematisiert (z.B. Anerkennung aussprechen und Rückmeldungen wertschätzend anbringen, eigene Anliegen vertreten und Anliegen anderer zur Meinungsbildung und zu Entscheidungen in Gruppen einbeziehen, Diskussionsformen und Kommunikationsregeln kennen).

NMG

In den Fachbereichen Bildnerisches sowie Textiles und Technisches Gestalten bezieht sich Kommunikation darauf, gestalterische Prozesse und Produkte sowie die individuellen Vorlieben zu beschreiben, zu präsentieren, darüber zu kommunizieren und zu reflektieren.

Gestalten

Im Fachbereich Musik findet sich der Anspruch, die Sprechstimme als Ausdrucksmittel einzusetzen. Darüber hinaus kann die musikalische Interaktion in der Gruppe als kommunikativer Prozess verstanden werden.

Musik

Im Fachbereich Bewegung und Sport findet sich der Anspruch, den Körper als Ausdrucks-, Darstellungs- und Kommunikationsmittel einzusetzen.

Bewegung und Sport

## Entscheidungsfähigkeit im Verständnis der Gesundheitsbildung und Prävention

- Notwendigkeit anstehender Entscheidungen erkennen
- Unsicherheit und Anspannung in unbestimmten Situationen aushalten
- Grundlagen für Entscheidungen erarbeiten und in Bezug setzen (Informationen, Perspektiven, Kriterien «guter Lösungen», mögliche Folgen)
- Entscheidungsvarianten entwickeln und bewerten
- Entscheidungen begründen und reflektieren

## Entscheidungsfähigkeit im Lehrplan 21

Allgemeine Bezüge zu Entscheidungsprozessen finden sich im Fachbereich NMG anhand des Anspruchs, «Prinzipien der Entscheidungsfindung beispielhaft verstehen und in der Klasse anwenden» zu können, im Fachbereich Ethik, Religionen, Gemeinschaft anhand des Anspruchs, «eigene Anliegen vertreten und Anliegen anderer zur Meinungsbildung und zu Entscheidungen in Gruppen einbeziehen» zu können. Methoden der Entscheidungsfindung sowie konkrete Entscheidungen bzgl. Beruf und Ausbildung sind darüber hinaus Thema im Modul Berufliche Orientierung.

NMG  
Berufliche Orientierung

Als Teil der Entscheidungsfähigkeit können auch die Ansprüche verstanden werden, Vor- und Nachteile zu diskutieren, Sachverhalte zu beurteilen, sich eine eigene Meinung zu bilden und Entscheidungen zu begründen. Entsprechende Aussagen finden sich in den personalen Kompetenzen (Argumente abwägen und einen eigenen Standpunkt einnehmen, eigene und andere Meinungen und Überzeugungen auf zu Grunde liegende Argumente hin befragen) und im Fachbereich Deutsch (insb. in den Abschnitten dialogisches Sprechen sowie Reflexion/Strategien/Ästhetik). Der Fachbereich NMG (Grunderfahrungen, Werte und Normen erkunden und reflektieren) sowie der Fachbereich Ethik, Religionen, Gemeinschaft (Werte und Normen klären und Entscheidungen verantworten) sind diesbezüglich ergiebig aufgrund der Diskussion ethischer Fragen.

Überfachliche K.  
Deutsch  
NMG

Diese allgemeinen Ansprüche werden in verschiedenen Fachbereichen konkretisiert bzw. auf konkrete Inhalte bezogen, z.B. auf:

- die Qualität von gesammelten Informationen (methodische Kompetenzen), eigene Lernwege und Fehler (personale Kompetenzen), Standpunkte anderer (soziale Kompetenzen)
- eigenes Textverstehen, Beurteilung von Präsentationen u.a.
- Konsumententscheidungen (NMG bzw. Wirtschaft, Arbeit, Haushalt), Werte und Normen (NMG bzw. Ethik, Religionen, Gemeinschaft), Empfängnisverhütung (Natur und Technik), Berufswahl, Arbeitszeitmodelle, Gesundheit und Ernährung (Wirtschaft, Arbeit, Haushalt), Güter- und Energieproduktion, Mobilitätsverhalten und Tourismus, Menschen- und Kinderrechte, Raumgestaltungsprozesse sowie aktuelle Probleme und Kontroversen (Räume, Zeiten, Gesellschaften), menschliche Grunderfahrungen und Vereinnahmung (Ethik, Religionen, Gemeinschaft)
- Beurteilung von Produkten und Prozessen (Bildnerisches bzw. Textiles und Technisches Gestalten), Herstellung und Verwendung von Materialien (Textiles und Technisches Gestalten),
- Orientierung im Gelände, Spieltaktik, Gefahrensituationen
- Mediennutzung sowie das Verhältnis von physischer, medialer und virtueller Welt
- Selbst- und Fremdbild, Berufs- und Ausbildungswege, Berufs- und Ausbildungswahl

Überfachliche K.

Deutsch

NMG

Gestalten

Bewegung und Sport

Medien und Informatik

Berufliche Orientierung

Schliesslich sind die Aufgaben, eine Gruppenarbeit zu leiten (Deutsch) und eigene Vorstellungen in einem Klassenarrangement umzusetzen (Musik) mit zahlreichen ad hoc-Entscheidungen verbunden und können, sofern sie reflexiv begleitet werden, als entsprechende Übungsfelder verstanden werden.

Deutsch

Musik

## Problemlösefähigkeit im Verständnis der Gesundheitsbildung und Prävention

- Probleme wahrnehmen, beschreiben und einschätzen
- unterschiedliche Perspektiven auf ein Problem erkennen und anerkennen
- Ursachen und Folgen von Problemen wahrnehmen und beschreiben
- eigener Anteil an einem Problem wahrnehmen und benennen
- eigene Ressourcen zur Problemlösung erkennen, angemessen einschätzen und zur Geltung bringen
- Strategien zur Problemlösung kennen, anwenden und reflektieren
- Problemlösungen entwickeln, umsetzen und reflektieren
- soziale Unterstützung beanspruchen

## Problemlösefähigkeit im Lehrplan 21

Insbesondere bei den methodischen Kompetenzen finden sich zahlreiche allgemeine Aussagen zur Problemlösefähigkeit, nämlich in Bezug auf das Lösen von schulischen Aufgabenstellungen (Verständnis und Einschätzung einer Aufgabenstellung, Mustererkennung, Setzen von Zielen und Planen von Umsetzungsschritten, Beiziehen von Hilfe sowie Durchführung, Dokumentation und Reflexion von Lern- und Arbeitsprozessen). Auch in den personalen Kompetenzen finden sich Bezüge zu schulischen Aufgabenstellungen (eigenes Lernen organisieren, auf eigene Stärken zurückgreifen, Fehler analysieren und über alternative Wege nachdenken, Schlüsse umsetzen, sich auf Lernkontrollen vorbereiten, Aufgaben auch gegen Widerstände zu Ende führen) sowie allgemeine Aussagen zur Problemlösefähigkeit (sich in ungewohnten Situationen zurechtfinden, Herausforderungen annehmen, aufgrund neuer Erkenntnisse einen Standpunkt ändern, Hilfe zuziehen).

Überfachliche K.

In weiteren Fachbereichen finden sich zahlreiche Aussagen mit dem Anspruch, über eine bestimmte (fachspezifische) Problemstellung nachzudenken, diesbezügliche Sachverhalte und Lösungsansätze zu kennen bzw. selber zu entwickeln und anzuwenden:

- |   |                         |
|---|-------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Deutsch: Gehörte Informationen verarbeiten und fehlende Informationen erkennen, Schreibprozesse planen und umsetzen, Strategien zur Textüberarbeitung kennen und anwenden können.</li> </ul>   | Deutsch                 |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- NMG: Umgang mit unangenehmen und ungewollten Handlungen am eigenen Körper, Fragen und Unsicherheiten bezüglich Sexualität, Schutzmassnahmen gegen laute und anhaltende Geräusche, Verhaltensregeln bei Naturereignissen, eigene Wünsche und Bedürfnisse, Verhalten im Verkehr, prägende Lebenserfahrungen (z.B. Glück, Erfolg, Scheitern, Beziehung, Selbstbestimmung, Krankheit, Krieg), Umgang mit Spannungssituationen. Ergänzt werden diese thematischen Auseinandersetzungen mit der Forderung, Anlaufstellen für Problemsituationen (z.B. Familie, Schule, Sexualität, Belästigung, Gewalt, Sucht, Armut) zu kennen und sie bei Bedarf zu konsultieren.</li> </ul> | NMG                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Textiles und Technisches Gestalten: Prozesse und Produkte gestalten, analysieren, kriterienorientiert begutachten und optimieren.</li> </ul>   | Gestalten               |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegung und Sport: Taktische Handlungsmuster anwenden, Gefahrensituationen und Sicherheitsregeln kennen sowie Situationen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen.</li> </ul>   | Bewegung und Sport      |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Medien und Informatik: Lösungswege für einfache Problemstellungen suchen und auf Korrektheit prüfen</li> </ul>   | Medien und Informatik   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berufliche Orientierung: Schwierigkeiten im Bildungs- und Berufswahlprozess analysieren und ressourcenorientiert Lösungen entwickeln, Ziele setzen und Planungsschritte festlegen, geplante Schritte umsetzen, Erfahrungen und Rückmeldungen reflektieren und Konsequenzen ziehen.</li> </ul>  | Berufliche Orientierung |

## Beziehungsfähigkeit im Verständnis der Gesundheitsbildung und Prävention

- auf andere zugehen und Kontakt aufnehmen
- Unterschiedlichkeit verschiedener Beziehungen wahrnehmen, beschreiben und reflektieren
- eigene und fremde Erwartungen und Ansprüche an Beziehungen wahrnehmen, benennen, reflektieren und aushandeln
- Ambivalenzen in Beziehungen erkennen und mit ihnen umgehen
- Eigenständigkeit wahren und respektvoll mit Unterschieden umgehen
- Integrität von sich selber und von anderen wahren
- sich auf das Gegenüber einstellen, Beziehungen angemessen gestalten
- mit anderen zusammenarbeiten, Verantwortung teilen
- soziale Unterstützung geben und beanspruchen
- Konflikte lösen

## Beziehungsfähigkeit im Lehrplan 21

Insbesondere unter den sozialen Kompetenzen finden sich zahlreiche Aussagen zur Beziehungsgestaltung: zusammenarbeiten, Abmachungen aushandeln, Interessen einbringen und Kritik mitteilen, Regeln einhalten, Konflikte lösen, respektvoll mit Menschen umgehen und herabwürdigenden Sprachgebrauch erkennen. Das Führen von Auseinandersetzungen wird auch bei den personalen Kompetenzen angesprochen, die Beanspruchung von Unterstützung in allen drei überfachlichen Kompetenzbereichen.

Überfachliche K.

Im Fachbereich Deutsch finden sich insbesondere Aussagen zur Wahrnehmung und Gestaltung von Beziehungen in kommunikativen Situationen (sich in einem Gespräch mit unbekanntem Erwachsenen auf die Person und die Situation einstellen, das Gegenüber wahrnehmen und in Kontakt treten, sich an einem Gespräch adressatengerecht beteiligen, Gespräch mit unbekanntem Personen eröffnen, Gespräche als Basis für Beziehungen erfahren, wertschätzende Gesprächsatmosphäre als Bereicherung erfahren). Darüber hinaus finden sich einzelne Aussagen zu Gruppenarbeiten, Meinungsäußerung sowie Aushandlungs- und Konfliktsituationen.

Deutsch

Im Fachbereich NMG finden sich zahlreiche Aussagen zu Beziehungen, Freundschaft, Liebe und Sexualität sowie zu Rechten, Pflichten, Normen, Abmachungen und Sanktionen, die teilweise explizit, teilweise implizit im Kontext des Beziehungsgeschehens stehen. Darüber hinaus werden das Zusammenleben in Gesellschaft und Klasse, Arbeitsteilung und Mitsprache, respektvoller und wertschätzender Umgang mit Unterschieden, Gerechtigkeit und Konfliktlösung erwähnt. Auch die Stichworte Mobbing und Gruppendruck tauchen auf. Auch in der Abgrenzung gegenüber sexuellen Übergriffen sowie in der Mitverantwortung für Heimtiere können Aspekte der Beziehungsgestaltung erkannt werden.

NMG

Neben diesen spezifischen Kompetenzbeschreibungen können auch jene aus dem Fachbereich Musik als Beitrag zur Beziehungsfähigkeit angesehen werden, die sich auf die musikalische Interaktion in der Gruppe sowie die Respektierung von Musikvorlieben anderer beziehen.

Musik

Im Fachbereich Bewegung und Sport beziehen sich Aussagen zur Beziehungsfähigkeit auf gegenseitige Hilfestellungen und Gruppenaufgaben, den respektvollen Umgang mit dem Bewegungsausdruck und den Gestaltungsprozessen von anderen, auf Spielregeln und Fairness sowie auf die Bewältigung von Konflikten, die im Spiel auftreten.

Bewegung und Sport



## 2. Weitere Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention

### Den eigenen Körper kennen und dazu Sorge tragen

Aussagen zum eigenen Körper finden sich schwergewichtig im Fachbereich NMG, insbesondere im Abschnitt «Identität, Körper, Gesundheit – sich kennen und sich Sorge tragen», aber auch im Abschnitt «Phänomene der belebten und unbelebten Natur erforschen und erklären». Im Fachbereich Natur und Technik gibt es darüber hinaus die Abschnitte «Sinne und Signale erforschen» und «Körperfunktionen verstehen». Im Vordergrund stehen Wahrnehmung, Kenntnis und Beschreibung der eigenen Körperfunktionen, von Körpersignalen und der körperlichen Entwicklung. Explizit auf Gesundheit bezogen sind die Aussagen, Verantwortung für den eigenen Körper zu übernehmen, die Grundlagen für die Gesunderhaltung des Körpers zu kennen und entsprechend zu handeln (Körperpflege, Schlaf, Schutzmassnahmen gegen Lärm u.a.), Mittel und Methoden zur Empfängnisverhütung zu kennen sowie unangenehme und ungewollte Handlungen am eigenen Körper benennen und sich dagegen abgrenzen zu können.

NMG

Im Fachbereich Deutsch findet sich der Anspruch, beim Schreiben und Zeichnen eine günstige Körperhaltung einzunehmen.

Deutsch

Im Fachbereich Bewegung und Sport finden sich die Kompetenzen, den eigenen Körper wahrzunehmen, die Sinne für die Wahrnehmung der Umwelt einsetzen zu können sowie verschiedene Körperteile zu unterscheiden, zu benennen und gezielt zu steuern. Nach einer intensiven Laufbelastung soll beschreiben werden können, wie sich Anstrengung und Erholung im Körper anfühlen. Reaktionen des Körpers auf Ausdauertraining sollen bekannt sein.

Bewegung und Sport

Auch im Fachbereich Musik findet sich der Anspruch, Körperteile wahrnehmen, benennen und gezielt bewegen zu können sowie Schutzmassnahmen für das eigene Gehör zu kennen.

Musik

### Krankheitsvorsorge und Umgang mit Krankheiten

Im Fachbereich NMG findet sich der Anspruch, den Gesundheitszustand von Menschen zu erkennen. Die Aussagen im Fachbereich Natur und Technik beziehen sich auf Kenntnisse zu Fehlsichtigkeit, sexuell übertragbare Krankheiten, Verursacher von Erkrankungen und Reaktionen des Immunsystems, Wirkungsweisen von Medikamenten sowie zum präventiven und kurativen Umgang mit häufigen Erkrankungen. Im Fachbereich Wirtschaft, Arbeit, Haushalt findet sich die Aussage, Gesundheit als Ressource zu erkennen und sowohl Herausforderungen als auch Strategien für deren Erhaltung zu kennen.

NMG

### Einflüsse aus der Umwelt auf die eigene Gesundheit

Im Fachbereich NMG finden sich allgemeine Aussagen zu Verhaltensregeln gegenüber Naturereignissen. Im Zusammenhang mit Körpersignalen ist der Schutz vor Sonneneinstrahlung erwähnt. Darüber hinaus finden sich hier sowie im Fachbereich Natur und Technik Aussagen zur Bedeutung von Lärm sowie entsprechender Schutzmassnahmen. Im Fachbereich Wirtschaft, Arbeit, Haushalt finden Aussagen zum Einfluss von politischen, ökonomischen, sozialen und kulturellen Faktoren auf gesundheitsfördernde Lebensbedingungen.

NMG

Auch im Fachbereich Musik finden sich Aussagen zur Gehörbelastung sowie zu entsprechenden Schutzmassnahmen.

Musik

## Ernährung

Im Fachbereich NMG finden sich die Ansprüche, Nahrungsmittel untersuchen und nach Kriterien ordnen zu können, in Grundzügen die Bedeutung von Wasser und Nährstoffen für eine ausgewogene Ernährung zu beschreiben, eigene Vorstellungen zur Ernährung mit Modellen zu vergleichen sowie einfache Mahlzeiten zubereiten und Merkmale zum sachgerechten Umgang mit Lebensmitteln beschreiben zu können. Ökologische und kulturelle Aspekte kommen zur Sprache in den Ansprüchen, die Herkunft von ausgewählten Lebensmitteln zu untersuchen und über den Umgang nachzudenken sowie Ernährungsgewohnheiten von Menschen beschreiben und kulturelle Eigenheiten entdecken und respektieren zu können. Zudem ist das Stichwort Ernährung Aussagen beigefügt, die sich allgemein auf die Erhaltung der eigenen Gesundheit beziehen.

NMG

Im Fachbereich Wirtschaft, Arbeit, Haushalt werden diese Ansprüche mit folgenden Kompetenzmerkmalen vertieft: Nahrungsmittel über die Sinne vergleichen, Einfluss des Ernährungsverhaltens auf die Gesundheit kennen, Bedeutung von sozialen und kulturellen Aspekten beim Essen und Trinken erkennen und deren Einfluss auf die Entwicklung des Essverhaltens reflektieren, Handlungsmöglichkeiten für gesundheitsfördernde Essen und Trinken erkennen, Nahrungsmittel nach gesundheitlichen Kriterien auswählen und zubereiten, Essen und Trinken variantenreich gestalten.

NMG

Im Fachbereich Natur und Technik findet sich der Anspruch, Ergebnisse eigener experimenteller Untersuchungen zu nutzen, um die Ansprüche des eigenen Körpers einzuschätzen und entsprechend zu handeln. In Klammern ist dabei u.a. das Stichwort Ernährung beigefügt.

NMG

## Bewegung

Im Vordergrund steht hier der Fachbereich Bewegung und Sport. In den einleitenden Ausführungen zu Bedeutung und Zielsetzungen ist u.a. der Anspruch formuliert, die Lernenden sollten die Vorteile von körperlicher Bewegung auf Gesundheit und Wohlbefinden erkennen. Bei den Kompetenzziele dominieren aber Aussagen, die ganz bestimmte sportliche Kompetenzen zum Inhalt haben, z.B. bezüglich Ballspiele oder leichtathletischer Techniken. Obwohl also Bewegung per se als gesund gilt, wird dieser Zusammenhang auf der Ebene der Kompetenzziele nicht explizit. Engere Bezüge zur Gesundheit können z.B. in folgenden Kompetenzziele erkannt werden: Wahrnehmung und grundlegender Einsatz des Körpers, Wertschätzung des eigenen Körperausdrucks, Wahrnehmung von Anstrengung und Erholung, Wissen über Körperreaktionen auf das Ausdauertraining.

Bewegung und Sport

Auch im Fachbereich Musik (Abschnitt Bewegen und Tanzen) finden sich Aussagen zum Einsatz des eigenen Körpers.

Musik

In den Fachbereichen NMG, Natur und Technik sowie Arbeit, Wirtschaft, Haushalt finden sich einzelne Aussagen, die den Zusammenhang von körperlicher Betätigung und Gesundheit ansprechen. Im Fachbereich Ethik, Religionen, Gemeinschaft kommt beim Umgang mit Stress das Stichwort Bewegung vor.

NMG

## Risikokompetenz

Im Fachbereich NMG finden sich allgemeine Aussagen zum Schutz vor Gefahren sowie spezifische Aussagen zur Bewältigung von Verkehrssituationen, zum Schutz vor Lärm und Naturereignissen sowie zum Umgang mit potentiell gefährlichen Stoffen und Objekten. Im Fachbereich Natur und Technik werden Sicherheitsvorschriften und Regeln im Umgang mit Chemikalien und Gerätschaften erwähnt. Und gemäss Fachbereich Ethik, Religionen, Gemeinschaft sollen Schülerinnen und Schüler Grenzerfahrungen betrachten können (z.B. Schritte ins Unbekannte, Risikoverhalten, Gefahr, Rettung, Tod), indem sie deren Unumgänglichkeit, Fragwürdigkeit und Faszination reflektieren.	NMG
Im Fachbereich Textiles und Technisches Gestalten wird auf die sachgemässe und sichere Bedienung von Geräten Wert gelegt.	Gestalten
Im Fachbereich Musik finden sich Aussagen zum angemessenen Umgang mit lauter Musik und zum verantwortungsvollen Umgang mit dem eigenen Gehör.	Musik
Im Fachbereich Bewegung und Sport (Abschnitt «Bewegen an Geräten») findet sich mehrere Aussagen zum Umgang mit Wagnissituationen sowie zum verantwortungsvollen Umgang mit sich selber und mit anderen. Im Abschnitt «Gleiten und Rollen» finden sich zahlreiche Aussagen zur Einhaltung von Sicherheitsregeln, zum Erkennen, Bewältigen und Vermeiden von Gefahrensituationen sowie zur Einschätzung des eigenen Leistungsvermögens. Im Abschnitt «Sicherheit im Wasser» findet sich der Anspruch, die Schülerinnen und Schüler sollten eine Situation am und im Wasser bezüglich Sicherheit einschätzen und in Gefahrensituationen verantwortungsbewusst handeln können.	Bewegung und Sport
Im Modul Medien und Informatik kommen die Verhaltens- und Sicherheitsregeln im Umgang mit persönlichen Daten sowie mit eigenen und fremden Inhalten zur Sprache.	Medien und Informatik

## Sexuelle Gesundheit

Im Fachbereich NMG geht es um die eigene körperliche Entwicklung, um Informationen zu Geschlechtsorganen, Zeugung, Befruchtung, Verhütung, Schwangerschaft und Geburt, um den Zusammenhang von Freundschaft, Liebe und Sexualität, um eigene Fragen und Unsicherheiten, um die Qualität verschiedener Informationsquellen zu Sexualität sowie um den Schutz vor sexuellen Übergriffen.	NMG
Im Fachbereich Natur und Technik geht es um Verhütungsmethoden und den Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten, um die Verantwortung beider Geschlechter für Empfängnis und Verhütung sowie um altersgemässe Medien und Informationsquellen zur Sexualaufklärung.	NMG
Der Fachbereich Ethik, Religionen, Gemeinschaft verbindet Sexualität mit Partnerschaft, Liebe, Respekt, Gleichwertigkeit und Gleichberechtigung. Darüber hinaus geht es um Rechte im Umgang mit Sexualität, um verschiedene sexuelle Orientierungen sowie um die kritische Auseinandersetzung mit Pornographie, Prostitution etc.	NMG

## Sucht- und Gewaltprävention

Sucht- und Gewaltprävention bestehen zu grossen Anteilen aus der Förderung von Lebenskompetenz, Gewaltprävention zum Beispiel aus dem Erlernen von fairer Konfliktlösung die bereits weiter oben unter dem Abschnitt Beziehungsfähigkeit beschrieben worden ist. Hier wird nur auf jene Kompetenzformulierungen eingegangen, die ausdrücklich zu Sucht- und Gewaltverhalten Stellung nehmen.

In den Fachbereichen NMG bzw. Natur und Technik wird in einer Kompetenzformulierung darauf Bezug genommen, Merkmale von Sucht und Möglichkeiten der Prävention zu kennen. Im Fachbereich Wirtschaft, Arbeit, Haushalt taucht das Stichwort «Sucht» in einer Klammerbemerkung auf; im Fokus stehen «Bedingungen, Situationen und Handlungsweisen ... , die für die Gesundheit eine förderliche bzw. abträgliche Wirkung haben».

NMG

Im Fachbereich NMG bezieht sich eine Aussage auf Schutzmassnahmen gegenüber Gefahren, wobei u.a. «Gewalt in der Schule» in Klammern beigefügt ist, und zwei weitere auf den Schutz vor Übergriffen. Im Fachbereich Ethik, Religionen, Gemeinschaft beziehen sich zahlreiche Aussagen auf das Erkennen und Vermeiden von Diskriminierung verschiedenster Art. Im Zusammenhang mit Liebe und Sexualität wird zwei Mal auf Übergriffe Bezug genommen, im Zusammenhang mit vereinnahmenden Einflüssen auf Mobbing.

NMG

In den sozialen Kompetenzen wird in zwei Kompetenzformulierungen ein wertschätzender bzw. herabwürdigender Sprachgebrauch thematisiert.

Überfachliche K.

Im Fachbereich Ethik, Religionen, Gemeinschaft kommen Anlaufstellen für Problemsituationen zur Sprache, wobei u.a. die Stichworte Sucht und Gewalt in einer Klammer beigefügt sind.

NMG

Ebenfalls in einer ergänzenden Klammer finden sich die Stichworte «Suchtpotential» und «Cybermobbing» im Modul Medien und Informatik im Zusammenhang mit Chancen und Risiken der Mediennutzung bzw. mit möglichen Folgen medialer und virtueller Handlungen.

Medien und Informatik

## Schuldenprävention

Auch Schuldenprävention bezieht sich in wesentlichen Anteilen auf die Förderung von Lebenskompetenz. Hier geht es wiederum um Kompetenzformulierungen mit expliziteren Bezügen.

Im Fachbereich NMG findet sich der Abschnitt «Arbeit, Produktion und Konsum» und darin der Anspruch, die Rahmenbedingungen von Konsum wahrnehmen sowie über die Verwendung von Gütern nachdenken zu können. Er wird durch Kompetenzformulierungen konkretisiert wie die Wünsche und Bedürfnisse des eigenen Konsums zu reflektieren, Nutzen, Kosten und Sparmöglichkeiten eines Einkaufs abzuwägen, den Wandel von Konsumgewohnheiten zu untersuchen, Grundbedürfnisse von Menschen nach Dringlichkeit zu ordnen, Konsumgüter als Statussymbole zu erkennen sowie Konsumententscheidungen prüfen zu können.

NMG

Gemäss Fachbereich Wirtschaft, Arbeit, Haushalt sollen die Schülerinnen und Schüler einen verantwortungsvollen Umgang mit Geld entwickeln, Einflüsse auf die Gestaltung des Konsumalltages erkennen, Folgen des Konsums analysieren, kriterien- und situationsorientierte Konsumententscheidungen finden sowie soziale, rechtliche und ökonomische Aspekte im Alltag und im Zusammenleben recherchieren können.

NMG

Im Modul Medien und Informatik findet sich im Zusammenhang mit Chancen und Risiken der Mediennutzung ein Hinweis auf die «Schuldenfalle». Auch sollen die Schülerinnen und Schüler Werbung erkennen und über die Zielsetzung der Werbebotschaften sprechen können.

Medien und Informatik

## Schlussfolgerungen

### Allgemeine Schlussfolgerungen

Die Analyse des Lehrplans identifiziert rund 700 Kompetenzen und Kompetenzstufen, die mit Gesundheitsbildung und Prävention in Verbindung stehen. Der deutlich grössere Teil von ihnen bezieht sich auf Lebenskompetenz, der kleinere Teil auf weitere Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention. Viele der Kompetenzformulierungen lassen sich mit mehreren Aspekten in Verbindung bringen, etwa wenn Reflexionen (kritisches Denken) sowohl Selbstbezüge (Selbstwahrnehmung) als auch thematische Bezüge (z.B. Umgang mit Risiken) herstellen.

700 Kompetenzformulierungen

Nur ein Teil der identifizierten Kompetenzformulierungen wird mit dem Querverweis «BNE» erfasst. Offensichtlich liegt den Querverweisen ein anderes Verständnis von Gesundheitsbildung und Prävention zu Grunde als dieser Analyse. Vermutlich waren für die Querverweise jene Stichworte leitend, die im Kapitel zur Leitidee der Nachhaltigen Entwicklung ausdrücklich dem «Thema» Gesundheit zugeordnet sind, obwohl in diesem Kapitel auch die grundsätzliche Bedeutung von Bildung sowie die Beteiligung an «gesellschaftlichen Aushandlungs- und Gestaltungsprozessen» angesprochen sind, die mehr erfordern als bloss thematische Auseinandersetzungen.

Querverweise erfassen nicht alles

### Schlussfolgerungen zur Lebenskompetenz

«Lebenskompetenz» kommt als Begriff im Lehrplan 21 nicht vor. Parallelen finden sich in den überfachlichen Kompetenzen. Diese gliedern sich in personale, soziale und methodische Kompetenzen mit insgesamt neun Unterkategorien und 56 Kompetenzbeschreibungen. Hier findet sich zum Beispiel der Anspruch, dass die Schülerinnen und Schüler eigene Gefühle wahrnehmen und der Situation angemessen ausdrücken können.

Parallelen in den überfachlichen Kompetenzen

Kompetenzformulierungen, die sich auf Lebenskompetenz beziehen, finden sich in vielen Fachbereichen in grosser Zahl. Lebenskompetenz findet im Lehrplan 21 also selbstverständlich Platz und kann insofern als integraler Bestandteil von Schule und Unterricht verstanden werden. Versteht man den Lehrplan bis zu einem gewissen Grad als Spiegel des Schulalltags, gilt diese Aussage bereits für den heutigen Unterricht, selbst wenn dabei die Verwendung des Begriffs «Lebenskompetenz» und Bezüge zur Gesundheitsbildung und Prävention selten sein dürften. Jede Lehrperson kann mit Sicherheit zahlreiche Verbindungen zwischen Lehrplan und ihrem Berufsalltag schaffen. Der Lehrplan 21 macht diesen selbstverständlichen Charakter der Lebenskompetenz sichtbar und lädt zur Auseinandersetzung damit ein, zum Beispiel um Perspektiven zu wechseln, das Verständnis von Gesundheitsbildung und Prävention weiterzuentwickeln, zahlreiche Ideen zur Lebenskompetenzförderung zu finden und die eigene Arbeit zu begründen.

Ansprüche zur Lebenskompetenz finden sich in grosser Zahl

Die Kompetenzorientierung des neuen Lehrplans macht fächerübergreifende und -verbindende Anliegen wie die Gesundheitsbildung und Prävention besser sichtbar als die bisher üblichen Aktivitäts- und Themenbeschreibungen. Neben der grossen Anzahl Bezüge zur Lebenskompetenz sind es zwei Überlegungen, die zu dieser Einschätzung führen:

Kompetenzorientierung macht Gesundheitsbildung sichtbar

- Erstens macht die Kompetenzorientierung deutlich, dass Lebenskompetenzförderung keine Zusatzaufgabe, sondern unabdingbar ist, um die Kompetenzziele der einzelnen Fachbereiche zu erreichen. Lebenskompetenz einerseits und die konkreten Themen und Aufgaben im Unterricht lassen sich kaum unabhängig voneinander betrachten, sie fliesen ineinander und beeinflussen sich gegenseitig. Den Lehrpersonen dürfte dies aus der eigenen Arbeit vertraut sein und wird aus dem Lehrplan und der vorliegenden Analyse noch einmal deutlich.

Lebenskompetenzförderung ist keine Zusatzaufgabe

- Zweitens erinnert die Kompetenzorientierung daran, dass Kompetenzen nicht nur durch die Bearbeitung von Themen aufgebaut werden. In den Fokus rückt das Erleben der Schülerinnen und Schüler insgesamt, insbesondere auch jenes, das sich aus den gewählten Formen von Unterrichts- und Beziehungsgestaltung ergibt. Unabhängig vom gesetzten Thema machen Schülerinnen und Schüler zum Beispiel in kooperativen Lernsettings wichtige Erfahrungen zur Kommunikation, mit Portfolioarbeit üben sie Selbstwahrnehmung, und auch in den Kommunikationsgewohnheiten der Lehrperson und im Umgang mit alltäglichen Konflikten liegen Lernchancen. Gerade für den Aufbau von Lebenskompetenz sind diese Perspektiven zentral und können dank der Kompetenzorientierung selbstverständlicher eingenommen werden.

Das Erleben der Lernenden bestimmt den Kompetenzaufbau

Die zahlreichen Kompetenzbeschreibungen zur Lebenskompetenz sind auf verschiedene Fachbereiche verteilt und unterschiedlich detailliert: Es finden sich sehr spezifische neben sehr allgemeinen Beschreibungen; eingebettete Beschreibungen finden sich neben isolierten Teilaspekten. Zudem unterscheiden sich die verwendeten Begrifflichkeiten von Fachbereich zu Fachbereich und zum Teil auch innerhalb eines Fachbereichs. Zum Beispiel wird an einigen Stellen von «Gefühlen» gesprochen, an anderen von «Emotionen». Damit stellen sich die Fragen nach Überschneidungen, nach der Koordination des Kompetenzaufbaus oder auch nach einer Verzettelung der Kräfte. Insgesamt ist kein systematischer Kompetenzaufbau beschrieben und damit ohne zusätzliche Koordination in der Praxis auch nur schwer umsetzbar.

Systematik fehlt

Besonders deutlich wird dies anhand des Moduls Berufliche Orientierung. Hier werden zahlreiche Anforderungen gestellt wie zum Beispiel die Erarbeitung eines Persönlichkeitsprofils (Selbstwahrnehmung), die Verarbeitung von Absagen (Umgang mit Stress), die Nutzung von sozialer Unterstützung (Problemlösefähigkeit) oder die berufliche Entscheidungsfindung (Entscheidungsfähigkeit). Allerdings startet das Modul erst im Zyklus 3; es stellt sich also die Frage, wie das Erreichen der dort geforderten Kompetenzen gelingen soll, wenn vorher kein systematischer Aufbau stattgefunden hat.

## Schlussfolgerungen zu den weiteren Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention

Sind die Inhalte des Lehrplans aus der Sicht der weiteren Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention angemessen? Auffällig ist zunächst, dass sich auf diese weiteren Anliegen sehr viel weniger Kompetenzformulierungen beziehen als auf Lebenskompetenzen. Dies nährt die Vermutung, dass die weiteren Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention nicht umfassend abgebildet sind. Mehr Klarheit kann nur ein Kompetenzraster bringen, der die weiteren Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention näher beschreibt. Im Bereich der Lebenskompetenz steht heute bereits ein Kompetenzraster zur Verfügung, der eine Vorstellung davon gibt, was mit Lebenskompetenz gemeint ist und wie ein systematischer Aufbau aussehen könnte. Er dient in der zusammenfassenden Beschreibung dieser Analyse als Spiegel der Kompetenzformulierungen des Lehrplans 21 (siehe Seite 4ff.). Im Rahmen dieser Analyse konnten aber (mit einzelnen Ausnahmen<sup>7</sup>) keine analogen Kompetenzraster für die weiteren Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention gefunden werden.

Zur abschliessenden Beurteilung fehlt ein Kompetenzraster

Angenommen, nach entsprechender Klärung würde sich herausstellen, dass die weiteren Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention tatsächlich nicht umfassend abgebildet sind, könnte die Fülle und Präzision an Ansprüchen, die der Lehrplan 21 insgesamt stellt, es erschweren, weitergehende Anliegen an die Schule heranzutragen – und seien diese Anliegen aus der Sicht der Gesundheitsbildung und Prävention noch so berechtigt. Andererseits bieten allgemein formulierte Ansprüche auch Vorteile, lassen sie doch mehr Spielraum in der Umsetzung. Dies würde bedeuten, dass die detaillierteren fachlichen Ansprüche der Gesundheitsbildung und Prävention nicht auf Lehrplanebene, sondern erst in der Umsetzung einfließen würden.

Vor- oder Nachteil für die Umsetzung?

---

<sup>7</sup> WHO-Regionalbüro für Europa & Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BzgA (2011): Standards für die Sexualaufklärung in Europa. Köln: BzG.A.  
Unesco (2009): International Technical Guidance on Sexuality Education. Paris: Unesco.

Zudem muss im Auge behalten werden: Nicht alles, was für die Gesundheitsbildung und Prävention relevant ist, lässt sich mit Kompetenzbeschreibungen erfassen, etwa was die Bedeutung der Bewegung für Entwicklung, Spannungsausgleich und Gesundheit angeht.

Nicht alles lässt sich mit Kompetenzbeschreibungen erfassen

Gerade der Fachbereich Bewegung und Sport ist hierfür ein gutes Beispiel: Einerseits gilt Bewegung als generell zuträglich für die Gesundheit, andererseits finden sich im Fachbereich Bewegung und Sport überwiegend Kompetenzformulierungen, die auf die leistungsorientierte Ausführung sportmotorischer Tätigkeiten abzielen. Gesundheitszuträgliche Bewegung ist aber nicht auf ein bestimmtes Leistungsniveau (und erst noch in einer Vielzahl von Sportarten) angewiesen. Insofern liegt der gesundheitsförderliche Beitrag des Fachbereichs Bewegung und Sport weniger im angestrebten Kompetenzaufbau als in der Tatsache, dass Bewegung überhaupt stattfindet. Zudem ist in Rechnung zu stellen, dass hohe Leistungserwartungen der Freude an der Bewegung und damit der Gesundheit abträglich sein können. Insofern vermögen die Kompetenzformulierungen im Bereich Bewegung und Sport nicht zu beschreiben, worin die Bedeutung der Bewegung für die Gesundheit liegt. Es muss an dieser Stelle offen bleiben, ob Kompetenzformulierungen dies überhaupt leisten können oder ob dazu zusätzliche Referenzsysteme notwendig sind.

Ähnliche Überlegen lassen sich für weitere Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention anstellen, zum Beispiel für Ernährung, Sucht- und Gewaltprävention. Auch hier stellt sich die Frage, ob sie durch Kompetenzbeschreibungen angemessen abgebildet werden können. Insbesondere stellt sich diese Frage, weil Kompetenzbeschreibungen auf das einzelne Individuum fokussieren und damit die Verantwortung für gelingendes oder misslingendes Verhalten individuell zuweisen. Dass Verhalten auch sozial bedingt und in individuelle wie kollektive Lebensstile eingebunden ist, gerät damit tendenziell aus dem Blick. Es besteht die Gefahr einer Stigmatisierung jener, die die von aussen gesetzten Kompetenzziele nicht erreichen. Den damit verbundenen Risiken könnte zum Beispiel mit den bereits erwähnten zusätzlichen Referenzsystemen begegnet werden. Sie wären den Kompetenzformulierungen beizufügen, um ein umfassendes Verständnis von Gesundheitsbildung und Prävention zu fördern.

Kompetenzbeschreibungen fokussieren auf das Individuum

## Ausblick

Insgesamt gibt der Lehrplan vielfältige Anregungen insbesondere für die Lebenskompetenzförderung. Gleichzeitig sind die entsprechenden Kompetenzformulierungen unsystematisch auf verschiedene Fachbereiche verteilt und folgen keiner gemeinsamen Terminologie. Wie kann es Lehrpersonen unter diesen Umständen gelingen, über verschiedene Fachbereiche, Zyklen oder Klassen hinweg Lebenskompetenz systematisch aufzubauen? Ein Ansatz dazu liegt darin, nicht Listen erstellen und abarbeiten zu wollen. Vielversprechender ist es, an Haltungen und an pädagogischen Leitideen zu arbeiten. Das gibt Orientierung im facettenreichen Schulalltag und fördert das Vertrauen innerhalb von Kollegien, trotz unterschiedlichen Herangehensweisen am selben Strick zu ziehen. Der Lehrplan gibt dafür zahlreiche Impulse.

An pädagogischen Leitideen arbeiten

Gleichzeitig muss man sich vor Augen halten, dass die Vielfalt an Kompetenzbeschreibungen, die entsprechenden Überschneidungen und damit die anstehende Koordination über verschiedene Fachbereiche, Zyklen oder Klassen hinweg nicht nur die Gesundheitsbildung und Prävention betreffen, sondern eine der zentralen Aufgaben bei der Umsetzung des Lehrplans 21 sein wird. Wie kann diese Koordination gelingen, was wäre ein roter Faden, der sich durch die verschiedenen Fachbereiche ziehen liesse? Wie kommen Lehrpersonen immer wieder ins Gespräch über Überschneidungen und entdecken Kombinationsmöglichkeiten scheinbar entfernter Kompetenzziele? Lebenskompetenz könnte sich als ein solcher Faden anbieten, als Denkhilfe, um die Fachbereiche grundsätzlich zu vernetzen.

Lebenskompetenz als Denkhilfe für die Vernetzung der Fachbereich

Zu den weiteren Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention werden mehr Fragen aufgeworfen als Antworten gegeben. Der Ball liegt damit bei den Fachleuten und Institutionen der Gesundheitsbildung und Prävention. Sind diese darauf vorbereitet, ihre Angebote an die Ansprüche des Lehrplans 21 anzuknüpfen? Sind sie insbesondere darauf vorbereitet, dass die Kompetenzorientierung ein zentrales Element des Lehrplans 21 und damit der

Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention in Kompetenzrastern fassen

künftigen Schule sein wird? Angenommen, die Kompetenzorientierung ist die künftige «Sprache» von Schule und Unterricht. Dann könnte es sich für Fachleute und Institutionen der Gesundheitsbildung und Prävention lohnen, ihre eigenen Anliegen mit Kompetenzrastern zu beschreiben. Dies aus mehreren Gründen:

- Anhand von Kompetenzrastern kommen Schulen und Fachinstitutionen ins Gespräch. Es lässt sich erstens zeigen, wie Schulen die Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention umsetzen können. Zweitens lässt sich transparent machen, inwiefern Gesundheitsbildung und Prävention dazu beitragen, die Kompetenzziele des Lehrplans 21 zu erreichen. Sprechen Schulen und Fachinstitutionen nicht dieselbe Sprache, wird eine Verständigung erschwert.
- Gleichzeitig müssen auch die oben angesprochenen Grenzen von Kompetenzrastern im Auge behalten werden. Fachinstitutionen müssen sich im Klaren darüber sein, welche Anteile von Gesundheitsbildung und Prävention sich *nicht* mit Kompetenzzielen beschreiben lassen. Dies wäre die Grundlage, um den Schulen zusätzliche Referenzsysteme für die Gesundheitsbildung und Prävention zur Verfügung zu stellen.
- Nicht zuletzt könnte damit genauer geklärt werden, welche Rolle die Lebenskompetenz für die weiteren Anliegen der Gesundheitsbildung und Prävention hat. Dass Lebenskompetenz die Grundlage jeglicher präventiver Anliegen bildet, ist in Fachkreisen unumstritten und auch verschiedentlich beschrieben worden. Ein Kompetenzraster könnte das Verhältnis aber noch genauer klären und insbesondere auch dazu beitragen, das Verständnis von Gesundheitsförderung und Prävention im Schulumfeld weiterzuentwickeln.

Schulen und Fachinstitutionen im Gespräch

Grenzen von Kompetenzrastern

Verhältnis von Lebenskompetenz und weiteren Anliegen