

Portfolioleitfaden zum Profil



GUTE GESUNDE SCHULE

Für Studierende des Lehramts in den Bachelor- und Masterstudiengängen (LABG 2009)

Herausgegeben vom
Zentrum für Bildungsforschung und Lehrerbildung (PLAZ)

Ausgabe
August 2014

Inhaltsverzeichnis

Profil „Gute gesunde Schule“	3
Kompetenzen, die im Rahmen des Studienprofils entwickelt werden.....	4
Ziel des Portfolios	5
Einstiegsreflexion	6
Kompetenzmerkmale als Planungs- und Selbstbewertungsinstrument	7
Kompetenzentwicklung: Sammlung von Aufgaben, Fragen etc.	17
Reflexionsbogen zu einzelnen Lehrveranstaltungen.....	22
Reflexionsbogen zur Kompetenzentwicklung	23
Präsentation ‚guter Beispiele‘ zur Ergänzung und Illustration ausgewählter Kompetenzen	24

Profil „Gute gesunde Schule“

Gesundheit ist eine wichtige Voraussetzung für die Lebens-, Lern- und Arbeitsfähigkeit aller am Schulleben Beteiligten. Ziel ist, ein Schulklima mit positivem Lernumfeld zu schaffen, das wiederum zur Verbesserung des Bildungsauftrages der Schule beiträgt. Gute gesunde Schule geht somit weit über das Unterrichten zu Gesundheitsthemen oder die Bereitstellung sozialmedizinischer Dienste hinaus.

Trotz des medizinischen Fortschritts ist die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen heute zumindest in Teilbereichen stärker gefährdet als früher. Kinder zeigen vermehrt Haltungs- und Koordinationsschwächen, sowie Konzentrationsmängel. Übergewicht und dessen Folgeerkrankungen sind auch in unserem Land eine zahlenmäßig bedeutsame Gesundheitsstörung geworden, auf die im Interesse der Gesundheit aller Betroffenen und angesichts der gesellschaftlichen Folgekosten reagiert werden muss.

Die Schule bietet zahlreiche Möglichkeiten, auf die physische, soziale und psychische Gesundheit der in ihrem Setting lebenden und arbeitenden Menschen Einfluss zu nehmen. Dazu gehören Lernraum- und Pausenhofgestaltung, Bewegungs-, Ernährungs- und Entspannungsangebote, Aktivitäten zur Sucht- und Gewaltprävention, das vernetzte Arbeiten im Unterricht und im Kollegium, die Förderung von Selbstbestimmung, Solidarität und Partizipation bei Unterrichtenden und Lernenden, die zentrale Orientierung jeglichen schulischen Handelns an Empowerment (Ermutigung und Ermächtigung der lernenden Personen), bis hin zur Entwicklung und Stärkung eines eigenverantwortlichen, gesundheitsbewussten Handelns jedes Einzelnen.

Gesundheitsförderung ist als eine Querschnittsaufgabe und als integraler Bestandteil des gesamten schulischen Lebens und Lernens zu verstehen und sollte zu einem unverzichtbaren Element des Schulprogramms gemacht werden.

Kompetenzen, die im Rahmen des Studienprofils entwickelt werden

Damit Lehrerinnen und Lehrer sich in die Gestaltung eines gesundheitsfördernden Unterrichts und das Qualitätsmanagement einer guten gesunden Schule entsprechend einbringen können, müssen sie über spezifische Kompetenzen verfügen:

Kompetenz 1

Die Bedeutung einer gesundheitsfördernden Schulentwicklung für alle Schulbeteiligten erfassen und bewerten.

Kompetenz 2

Ein gesundheitsförderndes Lehrerleitbild entwickeln.

Kompetenz 3

Gesundheitsfördernde Lehr- und Lernprozesse arrangieren.

Kompetenz 4

Gesundheitsfördernde Lehr- und Lernumgebungen/Lebensräume gestalten.

Kompetenz 5

An der Gestaltung gesundheitsfördernder Arbeitsbedingungen mitwirken.

Kompetenz 6

Gesundheitsfördernde Netzwerke kennen, nutzen und weiterentwickeln.

Kompetenz 7

Selbst gesundheitsbewusst handeln.

Die **Kompetenzen** werden durch **Kompetenzmerkmale** konkretisiert, die als **Planungs- und Selbstbewertungsinstrument** im Rahmen eines zielorientierten und selbst gesteuerten Studiums konzipiert wurden (s. S. 7ff).

Die Kompetenzmerkmale beschreiben Fähigkeiten:

- die im Prozess einer gesundheitsfördernden Schulentwicklung benötigt werden,
- die im Rahmen eines lebenslangen Lernens insbesondere dort zur professionellen Routine ausgebildet werden können, wo sich Schulen als lernende Organisationen verstehen,
- die im Rahmen des Lehramtsstudiums und des Referendariats angebahnt und an exemplarischen Kompetenzmerkmalen entwickelt werden können.

Ziel des Portfolios

Ziel dieses Portfolios ist die zielgerichtete und systematische Dokumentation, Reflexion und Präsentation Ihrer Kompetenzentwicklungen im Rahmen des Profilstudiums „Gute gesunde Schule“. Im Portfolioprozess werden die Lernprozesse und Studienleistungen anhand expliziter Kriterien kontinuierlich eingeschätzt und reflektiert. Das Portfolio sollte mindestens über vier Semester sorgfältig geführt werden.

Zu Beginn des profilbezogenen Studiums reflektieren Sie in Ihrer **Einstiegsreflexion** Gründe und Motivation, die zur Auswahl des Profils geführt haben sowie Perspektiven, die Sie mit dem Studium des Profils verbinden. Die Einstiegsreflexion sollte einen Umfang von mindestens einer DIN A4-Seite haben. Sie dient gleichzeitig als Anmeldevoraussetzung für das Profilstudium.

Nach jedem Semester legen Sie die Bedeutsamkeit der Kompetenzmerkmale fest und beurteilen Ihre Kompetenzentwicklung mit Hilfe des Planungs- und Selbstbewertungsinstrumentes (s. S. 7 ff). Zusätzlich **reflektieren Sie nach dem ersten Semester und jedes folgende Semester Ihre Kompetenzentwicklung** mit Hilfe einiger Leitfragen (s. S. 17) schriftlich. Konzentrieren Sie sich pro Semester dabei auf zwei bis drei Kompetenzen. Zum Ende des Profilstudiums sollten Sie zu jeder der sieben Kompetenzen mindestens eine schriftliche Reflexion vorliegen haben.

Veranstaltungen, die Sie für Ihr Profilstudium anrechnen lassen, sollen einen Beitrag zu Ihrer Kompetenzentwicklung leisten. In Ihren **Veranstaltungsreflexionen** stellen Sie ggf. mit Hilfe entsprechender Leitfragen (s. S. 17) dar, welchen Beitrag die einzelnen Veranstaltungen zu Ihrer Kompetenzentwicklung geleistet haben.

Unter dem Punkt **„Präsentation guter Beispiele...“** können Sie das präsentieren, was Ihrer Meinung nach am besten Ihre Kompetenzentwicklung verdeutlicht. Es kann sich dabei um eine Hausarbeit, ein Praktikumsbericht, eine Konzeptentwicklung etc. handeln – Ihren Möglichkeiten sind dabei keine Grenzen gesetzt. Sie können auch Aufgaben aus der im Anhang zusammengestellten Liste entsprechend bearbeitet hier präsentieren. Es ist möglich, dass Sie – in Rücksprache mit Ihrem Profilbetreuer oder Ihrer Profilbetreuerin – von diesem Verfahren abweichen oder Ihr Portfolio um weitere Dokumente oder Ideen ergänzen. Es ist sinnvoll, für Ihr Portfolio einen separaten Aktenordner anzulegen, in dem Sie die hier angesprochenen Reflexionen und Produkte sammeln.

Das Portfolio dient als **Basis für das Entwicklungs- und Abschlussgespräch**. Spätestens zum Abschlussgespräch sollte Ihr Portfolio vollständig in einer strukturierten und anschaulichen Form vorliegen.

Einstiegsreflexion

Zu Beginn des profilbezogenen Studiums ist es sinnvoll, zu überlegen, mit welchen Erwartungen Sie in Ihr Studium gehen.

Nutzen Sie zunächst das Planungs- und Selbstbewertungsinstrument auf den nachfolgenden Seiten. Versuchen Sie zu einer Ersteinschätzung zu gelangen, welche der im Profil zu entwickelnden Kompetenzen Ihnen persönlich wichtig oder weniger wichtig erscheinen. Finden Sie außerdem heraus, in welchen Kompetenzbereichen Sie bereits über Erfahrungen und Kenntnisse verfügen.

Reflektieren Sie anschließend in Ihrer Einstiegsreflexion Ihre Gründe und Motivation, die zur Auswahl des Profils geführt haben, sowie Perspektiven, die Sie mit dem Studium des Profils verbinden: Warum haben Sie sich für ein Profilstudium entschieden und warum haben Sie sich dieses Profil als Studienschwerpunkt ausgewählt? Was erhoffen Sie sich von Ihrem Profilstudium?

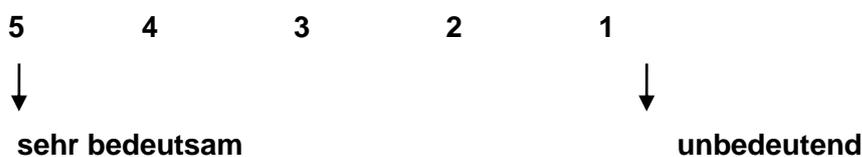
Formulieren Sie abschließend auf der Grundlage Ihrer Reflexionen mind. drei Leitfragen, die Sie persönlich im Rahmen Ihres Profilstudiums verfolgen möchten. An welche Erfahrungen und bereits vorhandenen Kompetenzen möchten Sie anknüpfen? Mit welchen Themenschwerpunkten möchten Sie sich ganz neu oder aber intensiver auseinander setzen?

Bitte bedenken Sie: Die Einstiegsreflexion ist kein Bewerbungsschreiben, mit dem Sie andere von Ihren „guten“ Absichten überzeugen sollen. Die Erwartungsklärung und die Leitfragen sollen Ihnen helfen, Ihrem Profilstudium durch eine gezielte Auswahl von Veranstaltungen die gewünschte Richtung zu geben.

Die Einstiegsreflexion umfasst mindestens eine DIN A4-Seite. Sie ist Bestandteil des Portfolios und gilt als Anmeldevoraussetzung. In der Regel wird sie im Entwicklungsgespräch aufgegriffen, um gemeinsam zu bilanzieren, welche Erkenntnisse Sie bereits im Profilstudium gewonnen haben und welche Leitfragen für den nächsten Abschnitt Ihres Studiums zentral sein könnten.

Kompetenzmerkmale als Planungs- und Selbstbewertungsinstrument

1. Verschaffen Sie sich auf den folgenden Seiten zunächst einen **Überblick** über die sieben **Kompetenzen**, einschließlich ihrer Merkmale.
2. Markieren Sie alle Kompetenzmerkmale, bei denen Sie **Klärungsbedarf** haben.
3. Legen Sie in Spalte 1 der nachfolgenden Tabellen die **Bedeutsamkeit** fest, die **Sie derzeit** den einzelnen **Kompetenzmerkmalen** im Hinblick auf Ihre zukünftige Lehrertätigkeit beimessen.



Tragen Sie den Zeitpunkt Ihrer Ersteinschätzung ein. Wiederholen Sie die Einschätzung der Bedeutsamkeit von Kompetenzmerkmalen nach jedem Profildsemester und nutzen Sie die entsprechenden Spalten dafür. Tragen Sie auch hier immer die Zeitpunkte ein, an denen Sie die Einschätzung durchgeführt haben.

4. Beurteilen Sie mit Hilfe der folgenden Skala, inwieweit **Sie** die einzelnen **Kompetenzmerkmale bereits entwickelt** haben und tragen Sie die Zahl in Spalte 2 der nachfolgenden Tabellen ein:



Tragen Sie den Zeitpunkt Ihrer Erstbeurteilung ein. Wiederholen Sie die Beurteilung Ihrer Kompetenzentwicklungen nach jedem Profildsemester und nutzen Sie die entsprechenden Spalten dafür. Tragen Sie auch hier immer die Zeitpunkte ein, an denen Sie die Beurteilung durchgeführt haben.

5. Nutzen Sie Ihre **Selbstbeurteilung** für die **weitere Studienplanung** sowie für evtl. Beratungsgespräche mit den Hochschullehrern.

KOMPETENZ 1 Die Bedeutung einer gesundheitsfördernden Schulentwicklung für alle Schulbeteiligten erfassen und bewerten.		Spalte 1					Spalte 2				
		Bedeutsamkeit der Kompetenzmerkmale					Persönliche Kompetenzentwicklung				
		Ersteinschätzung am: _____	Wiederholung 1 am: _____	Wiederholung 2 am: _____	Wiederholung 3 am: _____	Wiederholung 4 am: _____	Erstbeurteilung am: _____	Wiederholung 1 am: _____	Wiederholung 2 am: _____	Wiederholung 3 am: _____	Wiederholung 4 am: _____
1.0	Kompetenzmerkmale										
1.1	Selbstbewusstsein, soziales Engagement sowie Verantwortungsbereitschaft bei sich selbst entwickeln. Anerkennung, Wertschätzung und Förderung zur Grundlage des eigenen Professionsverständnisses nehmen.										
1.2	Problemlösende Kommunikations- und Kooperationsformen kennen und erproben.										
1.3	Konzepte für eine gesundheitsfördernde <i>Rhythmisierung</i> von Schultagen und Schulwochen kennen und beurteilen. Formen des <u>schulischen</u> Zeitmanagements erfassen, beurteilen und weiterentwickeln										
1.4	Qualitätschecks zum schulischen Umgang mit Energie, Wasser sowie Gebrauchs- und Verbrauchsgütern durchführen. Modelle eines <u>nachhaltigen Lebensstils</u> kennen, beurteilen und entwickeln.										
1.5	Die soziale Bedeutung von <i>Esskultur</i> kennen. Defizite der Ernährung von Kindern, Jugendlichen und Lehrern erfassen sowie Grundlagen einer gesundheitsfördernden Ernährungsweise kennen und bewerten.										
1.6	Die Entwicklungschancen einer bewegten Schule erkennen. Den Bewegungsstatus von allen an Schule Beteiligten erfassen. Die Bedeutung erkennen, die <i>Bewegung</i> nicht nur für die körperliche, sondern auch für die geistige Entwicklung von Kindern und Jugendlichen sowie für die Lehrergesundheit hat.										
1.7	Den Sinn der <i>Schulprogrammarbeit</i> erfassen und die Bedeutung erkennen, die eine kontinuierliche und systematische Weiterentwicklung eines gesundheitsfördernden Schulprofils hat.										

		Spalte 1					Spalte 2				
KOMPETENZ 2		Bedeutsamkeit der Kompetenzmerkmale					Persönliche Kompetenzentwicklung				
Ein gesundheitsförderndes Lehrerleitbild entwickeln.		Ersteinschätzung am:	Wiederholung 1 am:	Wiederholung 2 am:	Wiederholung 3 am:	Wiederholung 4 am:	Erstbeurteilung am:	Wiederholung 1 am:	Wiederholung 2 am:	Wiederholung 3 am:	Wiederholung 4 am:
2.0	Kompetenzmerkmale										
2.1	Sich das eigene Lehrerbild, das durch die persönliche Schullaufbahn geprägt wurde, bewusst machen und hinterfragen.										
2.2	Die Folgewirkung einer intensiven frontalen Belehrung sowie eines fremd gesteuerten Lernens einschätzen. Unterschiedliche Formen eines selbst gesteuerten Lernens einschließlich ihrer personellen und sachlichen Voraussetzung kennen und beurteilen.										
2.3	Ein professionelles Verständnis der Lehrerrolle entwickeln, das den Lernenden als Subjekt des Handelns sieht und seine Lernentwicklung begleitet und unterstützt.										
2.4	Die Lehrertätigkeit als (multiprofessionelle) Teamarbeit begreifen und Teamfähigkeit entwickeln.										
2.5	Eigene Wege zur weiteren Professionalisierung finden, mit dem Ziel, die Lernenden in ihrer Persönlichkeit und als selbst bestimmte Lerner stärken.										

		Spalte 1					Spalte 2				
KOMPETENZ 3		Bedeutsamkeit der Kompetenzmerkmale					Persönliche Kompetenzentwicklung				
Gesundheitsfördernde Lehr- und Lernprozesse arrangieren.		Ersteinschätzung am: _____	Wiederholung 1 am: _____	Wiederholung 2 am: _____	Wiederholung 3 am: _____	Wiederholung 4 am: _____	Erstbeurteilung am: _____	Wiederholung 1 am: _____	Wiederholung 2 am: _____	Wiederholung 3 am: _____	Wiederholung 4 am: _____
3.0	Kompetenzmerkmale										
3.1	Themen der Gesundheitsförderung in ihren fachlichen Bezügen systematisch aufgreifen.										
3.2	In der Unterrichtsplanung die für Gesundheit relevanten Gegenstandsbereiche in den physischen, sozialen und psychischen Gesundheitsdimensionen erfassen. Anschlussfähige Lernziele im Hinblick auf Voraussetzungen und Interessen alltagspraktisch und langfristig bedeutsam formulieren und unterrichtsrelevant werden lassen.										
3.3	Den Aufbau von gesundheitsförderlich „intelligentem“ Wissen über problemorientierte Zugänge anregen. Zusammenhänge zwischen Lebensstil, eigenem Gesundheitsstatus und gemeinschaftlichen Lebensweisen herzustellen und die Erweiterung eigener gesundheitsförderlicher Handlungskompetenzen für die Lernenden erleb- und erfahrbar machen.										
3.4	Die Lernenden in vielfältigen Lehr- und Lernarrangements individuell fördern, um ihre kognitive, affektive, soziale, volitive (willensmäßige) und psychomotorische Entwicklung anzuregen und zu unterstützen. Dabei selbst bestimmtes Handeln ebenso ermöglichen wie die angemessene Beteiligung der Lernenden an Planungs-, Zielfindungs- und Auswertungsprozessen.										
3.5	Die individuelle Entwicklung der Lernenden über positives Feedback und Empowerment begleiten und unterstützen. Stärken und Schwächen einzelner Schülerinnen und Schüler in ihren Bezügen zu den jeweiligen Anforderungen und Aufgabenstellungen sehen und als Entwicklungspotential oder -aufgabe beschreiben.										

		Spalte 1					Spalte 2				
KOMPETENZ 3		Bedeutsamkeit der Kompetenzmerkmale					Persönliche Kompetenzentwicklung				
Gesundheitsfördernde Lehr- und Lernprozesse arrangieren.		Ersteinschätzung am: _____	Wiederholung 1 am: _____	Wiederholung 2 am: _____	Wiederholung 3 am: _____	Wiederholung 4 am: _____	Erstbeurteilung am: _____	Wiederholung 1 am: _____	Wiederholung 2 am: _____	Wiederholung 3 am: _____	Wiederholung 4 am: _____
3.0	Kompetenzmerkmale										
3.6	Soziales Lernen systematisch auf die Entwicklung eines gesundheitsfördernden Schul- und Klassenklimas beziehen (z.B. Verfahren zur Stressreduktion etablieren, angstfreies Unterrichtsklima schaffen, Identität von Lerngruppen fördern, die Beziehungsebenen reflektieren und gestalten).										
3.7	Die Selbstreflexion der Lernenden über eigene Lernfortschritte systematisch anregen. Die Lernenden zu ehrlichen Rückmeldungen über die Qualität der Lehre und des Lernarrangements ermutigen.										
3.8	Formen einer lerngerechten Rhythmisierung des Schulalltages entwickeln. Verfahren zur Entspannung und Konzentrationsförderung ebenso wie Formen des bewegten Lernens systematisch in den Unterrichtsablauf einbauen. Bewegungsangebote für den Schulalltag entwickeln und erproben.										

		Spalte 1					Spalte 2				
KOMPETENZ 4		Bedeutsamkeit der Kompetenzmerkmale					Persönliche Kompetenzentwicklung				
Gesundheitsfördernde Lehr- und Lernumgebungen/Lebensräume gestalten.		Ersteinschätzung am:	Wiederholung 1 am:	Wiederholung 2 am:	Wiederholung 3 am:	Wiederholung 4 am:	Erstbeurteilung am:	Wiederholung 1 am:	Wiederholung 2 am:	Wiederholung 3 am:	Wiederholung 4 am:
4.0	Kompetenzmerkmale										
4.1	Modelle zur Rhythmisierung von Schultagen, -wochen und –halbjahren im Sinne eines zunehmend selbst gesteuerten Lernens und selbst bestimmten Lebens entwickeln.										
4.2	Einen angemessenen Wechsel zwischen Zeiten der Spannung und Entspannung zwischen Bewegung und Ruhe, zwischen individuellem Lernen und sozialer Kommunikation herstellen.										
4.3	Schulräume und Schülerarbeitsplätze als von Schülern, Lehrern, Eltern und Schulträgern gemeinsam gestaltbaren Lebensraum ansehen.										
4.4	Funktionale, materielle und ästhetische Schwächen von Schülerarbeitsplätzen, Schulräumen und Freigelände gezielt erfassen. (Form und Funktion der Schulmöbel / Bewegungsraum am Schülerarbeitsplatz / Raumluft / Akustik, Baustoffe / Farbgestaltung u.a.)										
4.5	Pädagogisch begründete Gestaltungsvorschläge für den schulischen Lern- und Lebensraum von Kindern und Jugendlichen entwickeln, auf Umwelt- und Sozialverträglichkeit prüfen und mit geeigneten Kooperationspartnern schrittweise umsetzen. (z.B. kommunikationsfördernde Arbeitsplatz- und Raumgestaltung / Ausstattung mit Selbstlernmaterialien)										
4.6	Gesundheitsfördernde Konzepte für die Verpflegung im Ganztagsbereich sowohl in ernährungsphysiologischer als auch in sozialer, zeitlicher und räumlicher Hinsicht erarbeiten.										

		Spalte 1					Spalte 2				
KOMPETENZ 4		Bedeutsamkeit der Kompetenzmerkmale					Persönliche Kompetenzentwicklung				
Gesundheitsfördernde Lernumgebungen und Lebensräume gestalten.		Ersteinschätzung am: _____	Wiederholung 1 am: _____	Wiederholung 2 am: _____	Wiederholung 3 am: _____	Wiederholung 4 am: _____	Erstbeurteilung am: _____	Wiederholung 1 am: _____	Wiederholung 2 am: _____	Wiederholung 3 am: _____	Wiederholung 4 am: _____
4.0	Kompetenzmerkmale										
4.7	Lernumgebungen so gestalten, dass Bewegungshandeln als Teil nachhaltigen Lernens einbezogen wird.										
4.8	Formen entwickeln, in denen individuelles Lernen ermöglicht wird (Verarbeitungsmodi, Tempi und Zugänge). Frei- und Rückzugsräume zur Nachbereitung und Konsolidierung eröffnen.										
4.9	Das Potential außerschulischer Lernorte bzw. von Fachleuten zur Klärung von Gesundheits- und Umweltfragen nutzen.										

		Spalte 1					Spalte 2				
KOMPETENZ 5		Bedeutsamkeit der Kompetenzmerkmale					Persönliche Kompetenzentwicklung				
An der Gestaltung gesundheitsfördernder Arbeitsbedingungen mitwirken.		Erstinschätzung am:	Wiederholung 1 am:	Wiederholung 2 am:	Wiederholung 3 am:	Wiederholung 4 am:	Erstbeurteilung am:	Wiederholung 1 am:	Wiederholung 2 am:	Wiederholung 3 am:	Wiederholung 4 am:
5.0	Kompetenzmerkmale										
5.1	Die Fähigkeit und Bereitschaft entwickeln, am Aufbau überschaubarer Arbeitseinheiten, Problem lösender Kommunikationsstrukturen und dezentralen Verantwortungsbereichen mitzuwirken.										
5.2	Konfliktmanagements als Teil der Schulkultur erkennen. Zur Entwicklung kooperativer Arbeitsformen beitragen, die eine vertrauensvolle Zusammenarbeit auch zwischen unterschiedlichen Professionen fördern.										
5.3	Die Bereitschaft entwickeln an kollegialen Hospitationen, kollegialer Beratung, kooperativem Feedback und Evaluation teilzunehmen.										
5.4	An der Entwicklung einer Arbeitsorganisation mitwirken, die den SchülerInnen das Lernen erleichtert und zugleich die Lehrkräfte entlastet.										
5.5	An der systematischen Überprüfung und gezielten Verbesserung von Lehrarbeitsplätzen unter dem Gesichtspunkt der Gesundheitsförderung mitwirken. (Materielle Büroausstattung, ergonomisches Mobiliar, kommunikationsfördernde Besprechungsräume für Klein- und Großgruppen, Akustik, Raumklima)										

		Spalte 1					Spalte 2				
KOMPETENZ 6		Bedeutsamkeit der Kompetenzmerkmale					Persönliche Kompetenzentwicklung				
Gesundheitsfördernde Netzwerke kennen, nutzen und weiterentwickeln.		Erstinschätzung am: _____	Wiederholung 1 am: _____	Wiederholung 2 am: _____	Wiederholung 3 am: _____	Wiederholung 4 am: _____	Erstbeurteilung am: _____	Wiederholung 1 am: _____	Wiederholung 2 am: _____	Wiederholung 3 am: _____	Wiederholung 4 am: _____
6.0	Kompetenzmerkmale										
6.1	Synergieeffekte erkennen, die sich aus der Zusammenarbeit von Schulen ergeben, z. B. bei innovativen Schulprojekten, Schulprogrammarbeit, Schulorganisationsentwicklung.										
6.2	Den motivationsfördernden Erfahrungsaustausch sowie die Fortbildungs-, Beratungs- und Supervisionsangebote eines Netzwerkes zur Entwicklung der eigenen Professionalität nutzen.										
6.3	Von der Zusammenarbeit mit außerschulischen Partnern Unterstützung, Anregungen und Hilfen für gesundheits- und sicherheitsfördernde Projekt- und Unterrichtsentwicklung annehmen und berücksichtigen.										

		Spalte 1					Spalte 2				
KOMPETENZ 7		Bedeutsamkeit der Kompetenzmerkmale					Persönliche Kompetenzentwicklung				
Selbst gesundheitsbewusst handeln.		Erstinschätzung am:	Wiederholung 1 am:	Wiederholung 2 am:	Wiederholung 3 am:	Wiederholung 4 am:	Erstbeurteilung am:	Wiederholung 1 am:	Wiederholung 2 am:	Wiederholung 3 am:	Wiederholung 4 am:
7.0	Kompetenzmerkmale										
7.1	Zusammenhänge von Lebensbiografie und Gesundheitsstatus erkennen. Belastungssituationen im Alltag reflektieren und berufliche Belastungssituationen antizipieren. Darauf bezogen gesundheitsförderndes Selbstmanagement (z.B. im Umgang mit Stress, Zeitknappheit, mangelnder Anerkennung eigener Anstrengungen, Versagenserlebnisse) kennen lernen und üben.										
7.2	Bei sich selbst nach einem konstruktiven Umgang mit unklaren Situationen, eigenen Unsicherheiten und Ängsten suchen und Empathie für die Gefühlslagen anderer ausbauen.										
7.3	Strategien für die Entwicklung einer offensiven Problembewältigungskompetenz (Stärken stärken, Schwächen schwächen, flexible Zielanpassung, konstruktive Misserfolgsverarbeitung etc.) entwickeln und anwenden.										
7.4	Wege und Schritte zur Stärkung der persönlichen Widerstandskraft ausprobieren. Berufliche Distanzierungsfähigkeit zur Rolle des Lehrers / der Lehrerin als Gesundheitsfaktor wahrnehmen und reflektieren.										
7.5	Zusammenhänge zwischen dem Schutz der natürlichen Lebensgrundlagen, einer global nachhaltigen Entwicklung sowie dem Schutz der Gesundheit erkennen und diese Einsicht im Alltagshandeln berücksichtigen.										
7.6	Systematisches (kollegiales) Feedback als Gesundheitsfaktor verstehen und seine Anwendung im Alltag einüben.										

Kompetenzentwicklung: Hilfreiche Aufgaben, Fragen etc.

Die Bearbeitung einzelner Aufgaben und/oder Fragestellungen hilft Ihnen bei der Reflexion einzelner Lehrveranstaltungen, sowie bei Ihrer Kompetenzentwicklung. Die Zuordnung der Aufgaben zu einzelnen Kompetenzen ist als schwerpunktmäßige Zuordnung zu verstehen, da die Bearbeitung der Aufgaben in der Regel mehrerer Kompetenzen fördert. Die hier aufgeführten Aufgaben und Fragestellungen sollten Sie auch als Anregung nehmen, um eigene Fragestellungen zu entwickeln.

Kompetenz 1:

Die Bedeutung einer gesundheitsfördernden Schulentwicklung für alle Schulbeteiligten erfassen und bewerten.

Aufgaben und Fragestellungen	Fach
Welche positiven Wirkungen von Bewegung, Spiel und Sport im Konzept der Salutogenese habe ich in den unterschiedlichen Lehrveranstaltungen kennen gelernt? Wählen Sie zwei mögliche Wirkungen aus und beschreiben Sie diese anhand von konkreten Beispielen!	Sport
Beschreiben Sie den Beitrag einer systematischen Schulentwicklung für die Entwicklung einer gesundheitsfördernden Schule.	Erziehungswissenschaften
Stellen Sie Ihr Verständnis von einer gesundheitsfördernden Schule dar.	fächerübergreifend
Welche alternativen Schulkonzepte kennen Sie? Wo sehen Sie Entsprechungen, wo Unterschiede zu dem Konzept einer gesundheitsfördernden Schule?	Erziehungswissenschaften
Wie plausibel ist für mich der Zusammenhang zwischen eigenem Gesundheitsstatus und der schulischen Lern- und Arbeitssituation?	fächerübergreifend
Erstellen Sie eine Bedingungsfeldanalyse des Ernährungsangebots in Ihrer Praktikumsschule (Mensa, Cafeteria, Kiosk) bzw. in der Nähe der Schule (Imbiss, Bäcker etc.).	Ernährung und Verbraucherbildung
Welche positiven Wirkungen einer gesundheitsförderlichen Ernährung (inklusive ausreichendes Trinken) für die Lern- und Konzentrationsfähigkeit haben Sie in den Lehrveranstaltungen des Bereichs EVB kennengelernt? Wählen Sie zwei mögliche Wirkungen aus und beschreiben Sie diese anhand von konkreten Beispielen.	Ernährung und Verbraucherbildung
Erstellen Sie eine Bedingungsfeldanalyse der außerunterrichtlichen Bewegungs-, Spiel- und Sportmöglichkeiten ihrer Praktikumsschule!	Sport
Was charakterisiert die Praktikumsschule als (nicht) gesundheitsfördernd? (s. z.B. Schulprogramm, schuleigenes Curriculum, räumliche Gestaltung, Zeitplanung) Was würde ich verbessern?	fächerübergreifend
Welche Schlüsselfragen für mein weiteres Studium und meine Kompetenzentwicklung hat das Praktikum aufgeworfen?	fächerübergreifend
Führen Sie (an Ihrer Praktikumsschule) ein Nachhaltigkeitsaudit durch, mit dessen Hilfe Sie den Schulbetrieb als Ganzes oder in Teilen auf seine Umwelt- und Sozialverträglichkeit überprüfen (vgl. Buddensiek 2001: Zukunftsfähiges Leben in Häusern des Lernens, S. 158 – 175).	Sachunterricht

Aufgaben und Fragestellungen	Fach
Reflektieren Sie, welchen Beitrag zur Gesundheitsförderung die einzelnen Elemente des Nachhaltigkeitsaudit leisten.	
Überprüfen Sie (an Ihrer Praktikumschule nach Rücksprache mit Schulleitung und MentorIn) die Schüler- und Lehrerarbeitsplätze sowie die Lernräume auf Gesundheits- und Sozialverträglichkeit (Ergonomie, Kommunikationsförderung, Akustik, Bewegungsmöglichkeiten, flexible Raumgestaltung – Hilfsmittel: Qualitätscheck)	Sachunterricht

Kompetenz 2: Ein gesundheitsförderndes Lehrerleitbild entwickeln /

Kompetenz 3: Gesundheitsfördernde Lehr- und Lernprozesse arrangieren.

Aufgaben und Fragestellungen	Fach
Welche unterrichtlichen Handlungsmuster / Methoden haben Sie in den unterschiedlichen Lehrveranstaltungen kennen gelernt, die ein „salutogenetisches“ Lehren und Lernen ermöglichen? Wählen Sie zwei Handlungsmuster aus und beschreiben Sie die Vor- und Nachteile. Stellen Sie insbesondere dar, warum die gewählten Beispiele eine salutogenetische Orientierung des Lehrens (Lehrer / Lehrerin) und des Lernens (Schülerinnen und Schüler) ermöglichen.	fächerübergreifend
Verschaffen Sie sich einen Überblick über Lehr- und Lernverfahren, die individualisiertes und selbstständiges Lernen in Kleingruppen unterstützen. Erproben Sie begründet ausgewählte Methoden im Schulpraktikum. Werten Sie die Erprobung im Rahmen des Praktikumsberichts insbesondere unter der Perspektive der Gesundheitsförderung aus.	Erziehungswissenschaften
Nutzen Sie Ihr Praktikum, um Lehrerpersönlichkeiten zu studieren. Welche Eigenschaften eines Lehrers sind Ihrer Beobachtung nach hilfreich, um mit den schulischen Anforderungen gut klar zu kommen? Welche „Lehrerpersönlichkeit“ macht auf Sie den „gesündesten“ Eindruck? Verdeutlichen Sie Ihre Beobachtungen mit konkreten Beispielen.	Erziehungswissenschaften
Legen Sie sich für Ihre Unterrichtsfächer sowie für fächerübergreifendes Lernen eine Liste von bereits erprobten und erprobenswerten Lernmaterialien an, die das selbstständige Lernen fördern und Sie als Lehrkraft entlasten. Erproben Sie geeignete Materialien im Schulpraktikum. Werten Sie die Erprobung im Rahmen des Praktikumsberichts insbesondere unter der Perspektive der Gesundheitsförderung aus.	fächerübergreifend
Erarbeiten Sie mit Ihrer Praktikumsklasse ein Projekt zu einem Thema im Bereich Essen und Ernährung, Lebensstil etc. Setzen Sie bei den individuellen Erfahrungen und Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler an. Wie diskutieren Sie gemeinsam Lernziele? Welche gemeinsamen Entscheidungen und Verabredungen treffen Sie? Reflektieren Sie, welche Selbstwirksamkeitserfahrungen die Schülerinnen und Schüler machen (können) und was Sie dafür bereitstellen müssen (Methodisch usw.).	Ernährung und Verbraucherbildung
Reflektieren Sie, wie Sie dieses Projekt in Ihrer Rolle als Lehrende/r erfahren haben. War diese Art zu Lehren beängstigend, ungewohnt, befreiend, produktiv etc.? Was würden Sie beim nächsten Mal anders / genauso oder ähnlich machen?	Ernährung und Verbraucherbildung
Entwickeln Sie für Ihre Praktikumsklasse ein Konzept für eine ortsnahe und bewegungsintensive dreitägige Klassenfahrt, welches Sie auf einer Elternkonferenz präsentieren sollen. (Anreise-Abreise, Unterkunft, Tagesplan ...).	Sport

Aufgaben und Fragestellungen	Fach
Entwickeln Sie für das Kollegium ihrer Praktikumsschule ein Konzept für einen ortsnahen und bewegungsintensiven Ausflug (1-2 Tage). (Anreise-Abreise, Unterkunft, Tagesplan ...).	Sport
Identifizieren Sie Ursachen und Präventionsmöglichkeiten der Adipositas und entwickeln Sie ein entsprechendes Unterrichtsprojekt (Auswahl der Jahrgangsstufe nach Ihrer Wahl), in dem deutlich erkennbar die Eigenverantwortlichkeit der Schülerinnen und Schüler gestärkt wird.	Ernährung und Verbraucherbildung
Erarbeiten Sie einen Unterrichtsentwurf (Jahrgangsstufe Ihrer Wahl) in dem die Zusammenhänge zwischen Esskultur sowie natürlicher und gesellschaftlicher Umwelt von den Schülerinnen und Schülern reflektiert werden können.	Ernährung und Verbraucherbildung
Welche Hilfestellungen für die Entwicklung Ihrer Professionalität als Lehrkraft haben sie in den Veranstaltungen der Ernährungs- und Verbraucherbildung erhalten? Beschreiben Sie ein konkretes Beispiel und reflektieren Sie Ihren möglichen Lernzuwachs. Was fehlt Ihnen noch auf dem Weg zu einem gesundheitsfördernden Lehrerleitbild?	Ernährung und Verbraucherbildung
Welche unterrichtlichen Handlungsmuster haben Sie in den Veranstaltungen der Ernährungs- und Verbraucherbildung kennengelernt, die den Lernenden Selbstwirksamkeitserfahrungen ermöglichen? Stellen Sie zwei konkrete Handlungsmuster vor und diskutieren Sie die möglichen Vor- und Nachteile.	Ernährung und Verbraucherbildung
Erarbeiten Sie einen Unterrichtsentwurf (Schulform und Schulstufe nach Wahl), in dem die Zusammenhänge zwischen Bewegungs-/Spiel-/Sportkultur sowie natürlicher und gesellschaftlicher Umwelt von den Schülerinnen und Schülern reflektiert werden können.	Sport
Welche didaktischen Ansätze und Konzepte haben Sie im Verlauf Ihres Studiums kennen gelernt? Findet man einen Zusammenhang zwischen didaktischem Ansatz und gesundheitsfördernden Lehr- und Lernprozessen?	Erziehungswissenschaften
Welches gesundheitsfördernde/ -gefährdende Verhalten sind mir bei Schülerinnen und Schülern aufgefallen? Wie würde ich damit umgehen?	fächerübergreifend

Kompetenz 4: Gesundheitsfördernde Lehr- und Lernumgebungen/Lebensräume gestalten

Aufgaben und Fragestellungen	Fach
Entwickeln Sie ein Konzept, das das Ernährungsangebot für ihre Praktikumsschule verbessert. Identifizieren Sie Chancen und Hindernisse für die Umsetzung. Diskutieren Sie das Konzept mit einem schulischen Entscheidungsträger.	Ernährung und Verbraucherbildung
Erarbeiten Sie eine Strategie alle an der Ernährungsversorgung Ihrer Praktikumsschule Beteiligten für ein gesundheitsförderliches Ernährungsangebot zu gewinnen. Mit welchen besonderen Schwierigkeiten müssen Sie rechnen? Wie können Sie für alle eine tragbare Lösung („Win-Win-Situation“) finden? Was haben Sie daraus gelernt?	Ernährung und Verbraucherbildung
Entwickeln Sie eine konkrete „kostengünstige“ Maßnahme, die die außerunterrichtlichen Bewegungs-, Spiel- und Sportmöglichkeiten ihrer Praktikumsschule verbessert. Diskutieren Sie das Konzept mit den schulischen Entscheidungsträgern.	Sport

Aufgaben und Fragestellungen	Fach
Entwickeln Sie ein attraktives Bewegungsangebot (4 Schnuppertermine) für das Kollegium ihrer Praktikumsschule! (Konzept)	Sport
Entwickeln Sie schulformbezogen Konzepte gesundheitsförderlicher Mittagsverpflegung. Analysieren Sie deren Bedeutung für das Schulklima und zeigen Sie Wege zur Integration in das jeweilige Schulprofil auf.	Ernährung und Verbraucherbildung
Entwickeln Sie schulstufen- und/oder schulformspezifische Konzepte gesundheitsförderlicher Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote. Analysieren Sie deren mögliche Bedeutung für das Schulklima!	Sport
Welche gesundheitsfördernden Elemente habe ich im Unterricht beobachtet, selbst entwickelt und erprobt? (Dokumentation des Unterrichtsentwurfs)	fächerübergreifend
Entwerfen Sie (für die Räume Ihrer Praktikumsschule) (gemeinsam mit Lehrern und Schülern) Einrichtungspläne für die Lernräume (und Nebenräume), in denen Anforderungskriterien an eine gesundheitsfördernde Schule umgesetzt sind. (Diskutieren Sie die Möglichkeiten und Grenzen der praktischen Umsetzung mit den zuständigen Entscheidungsträgern.)	Sachunterricht
Entwerfen Sie im Hinblick auf eine Ganztagschule einen Plan zu einer gesundheitsfördernden Rhythmisierung des Schultages bzw. der Schulwochen und des Schuljahres.	Sachunterricht
Analysieren Sie die Möglichkeiten in Ihrer Praktikumsschule die Lernumgebung und die Arbeitsumgebung gesundheitsförderlicher zu gestalten. Regelmäßiges (Wasser)Trinken ist gut für die Lern- und Konzentrationsfähigkeit. Wie ist die Toilettensituation an der Schule? Welche möglichen Einwände gegen das trinken während des Unterrichts könnte es geben? Wie können Sie diese entkräften?	Ernährung und Verbraucherbildung

Kompetenz 5: An der Gestaltung gesundheitsfördernder Arbeitsbedingungen mitwirken

Aufgaben und Fragestellungen	Fach
Beobachten Sie sich selbst während des Semesters bei Ihren Lernaktivitäten. Welche Bedingungen (Arbeitsplatz, Licht, Stimmung usw.) brauchen Sie, damit Sie sich konzentrieren können und Ihnen das Lernen etwas bringt? Welche Hindernisse entstehen für Sie beim Lernen? Kennen Sie Ihre Stärken und Schwächen beim Lernen? Was würden Sie gern an sich selbst und an anderen ändern?	Ernährung und Verbraucherbildung
Wie arbeiten Sie in Gruppen- oder Partnerarbeit in den Seminaren und Veranstaltungen? Was können Sie tun, um „gesundheitsförderlicher“ mit anderen zu arbeiten?	Ernährung und Verbraucherbildung
Befragen Sie die Lehrer und Lehrerinnen an ihrer Praktikumsschule im Hinblick auf mögliche Hinderungsgründe für das Sporttreiben! (Befragung, Auswertung und Empfehlungen)	Sport

Kompetenz 6: Gesundheitsfördernde Netzwerke kennen, nutzen und weiterentwickeln.

Aufgaben und Fragestellungen	Fach
Welche aktive oder passive Rolle nehmen Sie innerhalb von Arbeitsgruppen ein? Welche sozialen Netze haben Sie im Laufe Ihres Studiums geknüpft? Reflektieren Sie Ihre Rolle innerhalb solcher Netze.	fächerübergreifend
Welche Bedeutung haben Bewegung, Spiel und Sport für mich im Hinblick auf den Aufbau und die Pflege sozialer Beziehungen?	Sport
Welche Bedeutung haben Essen und Trinken bzw. gemeinsame Mahlzeiten	Ernährung und Ver-

für Sie im Hinblick auf den Aufbau und die Pflege sozialer Kontakte und die Kommunikation mit anderen?	braucherbildung
--	-----------------

Kompetenz 7: Selbst gesundheitsbewusst handeln.

Aufgaben und Fragestellungen	Fach
Führen Sie über einen Zeitraum von 14 Tagen während des Semesters und während der vorlesungsfreien Zeit ein Essprotokoll (Esstagebuch nach Vorlage). Vergleichen Sie die beiden Essprotokolle miteinander!	Ernährung und Verbraucherbildung
Welche Bedeutung haben Essen und Trinken allein und mit anderen für Sie? Inwiefern ändern Sie Ihr Essverhalten, wenn Sie allein essen?	Ernährung und Verbraucherbildung
Erstellen Sie ein Bewegungstagebuch über 14 Tage während des Semesters und während der vorlesungsfreien Zeit! Vergleichen Sie die beiden Bewegungstagebücher miteinander!	Sport
Welche Erfahrungen habe ich mit dem Sportangebot an meinem Hochschulstandort und wie nutze ich konkret die Möglichkeiten (Vereinslandschaft, Hochschulsport, kommerzielle Anbieter, informelle Möglichkeiten...)?	Sport
Welche Formen des gesundheitsförderlichen Alltagshandelns und der gesundheitsförderlichen Gestaltung von Lebensstilen haben Sie in den unterschiedlichen Lehrveranstaltungen kennen gelernt? Welche Aspekte haben Sie davon in Ihre eigene Lebensführung übernommen? Warum?	Ernährung und Verbraucherbildung
Welche Formen des gesundheitsbewussten bewegungsbezogenen Handelns für Schüler unterschiedlicher Altersstufen habe ich in den unterschiedlichen Lehrveranstaltungen kennen gelernt?	Sport
Welche Formen des gesundheitsbewussten bewegungsbezogenen Handelns für Lehrer und Lehrerinnen habe ich in den unterschiedlichen Lehrveranstaltungen kennen gelernt?	Sport

Reflexionsbogen zu einzelnen Lehrveranstaltungen

Die einzelnen Veranstaltungen im Rahmen des Profils sollen einen Beitrag zu Ihrer Kompetenzentwicklung leisten. Deswegen ist es wichtig, dass Sie sich selber regelmäßig vor Augen führen, worin dieser Beitrag liegt. Im Rahmen Ihres Profilstudiums werden Sie in der Regel elf Veranstaltungen besuchen. Fertigen Sie zu mindestens vier Veranstaltungen eine ausführliche Reflexion (s. unten, nicht weniger als zwei DIN A4-Seiten) und zu den übrigen eine Kurzreflexion (s. unten, nicht weniger als eine DIN A4-Seite) an. Beziehen Sie sich dabei auf Ihre Leitfragen aus der Einstiegsreflexion und nutzen Sie Fragen/Aufgabenstellungen aus der Sammlung (S. 17ff)

Ausführliche Reflexion

Titel der Veranstaltung:

Lehrende/r:

Teilnahme im:

Reflexion:

.....
.....
.....
.....

Hilfreiche Fragen:

Welche fachlichen Inhalte haben welchen Kompetenzzuwachs gebracht? Wie schließt sich das Gelernte an mein bisheriges Wissen an? Worin sehe ich meinen größten persönlichen Lernzuwachs? Was fehlte mir in dieser Veranstaltung? Welche Wissenslücken müssen noch geschlossen werden? Welche weiterführenden Schlüsselfragen ergeben sich für mich?

Kurzreflexion

Titel der Veranstaltung:

Lehrende/r:

Teilnahme im:

Reflexion:

.....
.....
.....

Hilfreiche Fragen:

Was war besonders hilfreich / weniger hilfreich im Hinblick auf meine Profilierung? Was fehlte mir in dieser Veranstaltung?

Reflexionsbogen zur Kompetenzentwicklung

Ergänzend zur Reflexion über die einzelnen Veranstaltungen steht nach Ihrem ersten profilbezogenem Semester (und jedem weiteren Profildsemester) eine schriftliche Reflexion zu einzelnen Kompetenzen an (ca. 2 DIN A4-Seiten). Wählen Sie zwei oder drei Kompetenzen aus, auf die Sie sich bei Ihrer Reflexion konzentrieren möchten. Sinnvollerweise haben Sie bereits zu Beginn jeden Semesters überlegt, auf welche Kompetenzen Sie Ihren Schwerpunkt legen. Am Ende Ihres Profilstudiums sollte zu jeder Kompetenz mindestens eine schriftliche Reflexion vorliegen.

Die Bearbeitung ausgewählter Aufgaben und Fragestellungen (S.18ff) hilft Ihnen auch hier bei der Entwicklung der einzelnen Kompetenzen.

Reflexion:

Benennen Sie zunächst die Kompetenzen, auf die Sie sich im Rahmen dieser Reflexion beziehen:

.....
.....
.....
.....

Hilfreiche Fragen:

1. Nachdem Sie sich mit den ausgewählten Kompetenzen intensiver auseinander gesetzt haben: wie hat sich Ihr Verständnis von den Kompetenzen verändert?
2. Inwieweit führt die Auseinandersetzung mit den Kompetenzen zu Veränderungen in Ihrem persönlichen Verhalten? Verdeutlichen Sie Veränderungen an einem konkreten Beispiel!
3. Welche Aufgaben/Fragestellungen aus dem Anhang haben Sie bearbeitet und was hat Ihnen das für Ihre Kompetenzentwicklung „gebracht“?
4. Welche Gefühle hat die Auseinandersetzung mit den Kompetenzen bei Ihnen ausgelöst?
5. Was benötigen Sie weiterhin, um in den Kompetenzen „kompetenter“ zu werden?
6. Was werden Sie tun, um Ihre Kompetenzen weiter auszubilden?

Präsentation ‚guter Beispiele‘ zur Ergänzung und Illustration ausgewählter Kompetenzen

Wählen Sie drei „Produkte“ aus, die Sie im Laufe Ihres Profilstudiums erstellt haben und die Ihrer Meinung nach Ihre Kompetenzentwicklung besonders gut verdeutlichen.