

SK 11/12 (psychische) Gesundheit - Ablaufplanung

Rahmenthema: psychische und körperliche Gesundheit auch im Kontext schulischen Alltags, Optimierung, Förderung und Entwicklung präventiver Maßnahmen zu Verbesserung der mentalen und physischen Gesundheit; Aneignung, Reflexion, Vertiefung und Anwendung von Suchtpräventionsaspekten und neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen sowie der Erwerb geeigneter Methoden, diese an jüngere MitschülerInnen zu vermitteln.

Stetige Entfaltung von Engagement und Sensibilität der TeilnehmerInnen im Themenbereich des Rassismus, der Diskriminierung und Ausgrenzung und ihren Folgen auf die Psyche als agierende Akteure und Verantwortliche im Netzwerk „Schule ohne Rassismus. Schule mit Courage“ der RAA Brandenburg und gleichermaßen Vorbilder für ein respektvolles, konfliktfreieres und somit gesünderes Miteinander im Sozialgefüge der Schulgemeinschaft.

Durchführung von zwei Projektveranstaltungen für Schüler der 8. und 9. Klasse: zur Suchtprävention und gegen Diskriminierung und Rassismus.

Ziel dieses Seminarkurses ist es, eine besondere Aufmerksamkeit, ein Gespür sowie ein lebenslanges Interesse für ein gesundes Leben zu entwickeln, eigenverantwortlich für sich und andere zu handeln und vier ganztägige Projekte zum Thema Sucht- und Diskriminierungsprävention mit jüngeren Schülern vorzubereiten und durchzuführen und sich Wissen, Methodik, kontroverse gesellschaftliche Themen für Workshops, Schulungen und methodischer Literatur anzueignen.

1. Entwicklung und Förderung der Selbst- und Sozialkompetenz zu Optimierung der Studier- und Berufsfähigkeit und der eigenen Persönlichkeit: Übungen und Aufgaben zur Selbständigkeit, Verantwortungsbereitschaft, Belastbarkeit, Kritikfähigkeit und Flexibilität sowie Engagement innerhalb der Projekt- und Seminargruppe;
2. Interaktion mit jüngeren SchülerInnen, Lehrkräften, Kooperationspartnern bei der Vorbereitung und Durchführung von ganztägigen Projekttagen, Exkursionen, Fortbildungsveranstaltungen: Zuwachs an Selbstkompetenzen und Selbstwirksamkeit, Organisationsfähigkeit, Einfühlungs- und Durchsetzungsvermögen.
3. Übung der Kontaktaufnahme und Kommunikation mit externen Unterstützern, dem Lehrerkollegium und der Schülerschaft durch Emails, Briefe, Umfragen, Telefonaten, Vorstellen von Projekten in Klassenzimmern.
4. Obligatorische Projekteventthemen: Klarsichtparcours als Tabak- und Alkoholsuchtprävention kombiniert mit dem Grünen Koffer als Cannabisprävention im Juli 11/1-2
Antidiskriminierungsworkshops für die 9te Jgst. Ende Januar 12/2

Kurshalbjahre	Monate	Tätigkeit der Schülerinnen/Schüler und der Lehrkraft	geplante Leistungsnachweise und Bewertungskriterien
11/1 Vor den Events	Aug. –Jan.	Orientierung, Einlesen in die Grundlagen schulischer Suchtprävention/Wiederholung Psychologie des Rassismus und	Fragebogen und Test zu den Grundlagen schulischer Suchtprävention.

		<p>Diskriminierung: Ideensuche für Eventoptimierung</p> <p>Recherche in Kooperationsbereichen in Gesundheitsthemen/ Toleranz und Demokratieentwicklung in der Region</p> <p>Suche nach Unterstützung durch externe Engagierte im Netzwerk Schule ohne Rassismus. Schule mit Courage</p> <p>Suche nach Schulungen zum Thema Fremdenfeindlichkeit/ Rassismus bei der Amadeo Antonio Stiftung</p> <p>Oktober: Exkursion Lungenklinik Johanniterkrankenhaus: Deutscher Lungentag mit Vortrag zu Raucherprävention Dr. Konrad Wetzer und Live OP Professor Dr. Olaf Schega.</p> <p>Schulung durch Chill-Out e.V: Cannabissuchtprävention mit dem Grünen Koffer</p> <p>Workshops wie „Psychische Erkrankungen verstehen“ (Depressionen, Schul- und Prüfungsangst, Essstörungen, Borderline)</p> <p>Veranstalter: Akademie für Gesundheitsberufe Luckenwalde</p>	<p>Unterrichtsaktivität bei den Workshops und im Seminarkurs</p>
<p>11/2</p> <p>Eventvorbereitung und Durchführung</p>	<p>Feb. – Juli</p> <p>Projektwoche nach Pfingsten</p>	<p>Schulung Klarsichtparcours mit dem Klarsichtkoffer</p> <p>Teambildung zur Eventvorbereitung</p> <p>Ggf.: Workshop: Gesundheitsförderung und Resilienz inkl. Growth Mind Set (Dynamisches Selbstbild und Wachstumsdenken)</p> <p>Berufsorientierende Exkursionen bei der Akademie für Gesundheitsberufe/ Tag der offenen Tür</p> <p>Veranstalter: Akademie für Gesundheitsberufe;</p> <p>Ggf.: Entspannungs- u.o. Fitnesskurs zu Stressbewältigung (Sportpark)</p> <p>Vorbereitung und Organisation der Stationen für die Eventtage;</p> <p>Erstellung und Design der Flyer, Lehrer- und Elternbriefe</p>	<p>Bewerteter Prozess der Vorbereitung der Stationen in Teams;</p> <p>Bewerteter Entwurf der Station;</p> <p>Bewertung der Durchführung der Events</p> <p>Ggf. Exkursionsbericht</p>

		<p>Exkursion ins Berliner Medizinhistorisches Museum: Dem Leben auf der Spur oder Erste Hilfe Kurs und Sezieren</p> <p>Durchführung zweier Eventtage für jeweils zwei 8te Klassen Anfang Juli 2024</p> <p>Teilnahme am Landestreffen Netzwerk SoRSmC in Potsdam: Bericht des Engagements des Friedrich-Gymnasiums im Netzwerk durch drei engagierte SchülerInnen.</p> <p>Vorstellung der ersten Anti-Rassismus-Workshops am 28. Und 29.01.2025</p>	
<p>12/1</p> <p>Eventreflexion: Schreiben und darüber sprechen/ Recherche</p> <p>Themenspektrum – und Auswahl für Projekt Anti-Rassismus und Diskriminierung</p>	<p>Aug. – Dez.</p>	<p>Auseinandersetzung mit dem Verlauf der Projektarbeit als Lerngeschichte</p> <p>Reflexion und Resümee der Motivation und des persönlichen Beitrags zum Gelingen des Projekts;</p> <p>Inwiefern hat mir die Teilnahme am Event/ SK geholfen mich selbst zu entwickeln und meine Sicht auf meine Berufsziele geschärft ?</p> <p>Entwicklung und Gestaltung von Workshopthemen und Teams für die Anti-Rassismus-Tage der 9ten Klassen;</p> <p>Diskussionstraining- wie reagiere ich auf Stammtisch-Parolen in Rollenspielen in Gruppen</p> <p>„Workshopprobe“ in Zusammenarbeit und mit der Beratung von Nora Bosse RAA Trebbin.</p>	<p>Reflexion des eigenen Erfahrungszuwachses bei der Eventdurchführung.</p> <p>Exzerpt zu einem gesundheitlich-wissenschaftlichem/psychologischem/gesellschaftspolitischen Aufsatz;</p> <p>Exposé oder Thesenentwurf zur Reflexionsarbeit</p>

12/2	Jan. –März	Durchführung der Anti-Rassismusworkshops an zwei Tagen Ende Januar 2026 für die gesamte 9.Jgst Entwicklung von Umfragen und Evaluationsbögen für die Workshops Erprobung von Auswertungsmethoden Evaluation des durchgeführten Projekts auf Grundlage der schriftlichen und mündlichen Rückmeldung er SchülerInnen und der eigenen Einschätzung.	Workshoptwürfe Bewertung der Durchführung der Eventtage Präsentationen Kreative Gestaltungsarbeit Flyer, Plakate Erstellung von Fragebögen Digitale Umfragen
------	------------	--	--