



## Programm Wetterfest

### Lebenskompetenzen stärken in der Mittelschule und in der Oberstufe

Tommy und Annika: „Der Sturm wird immer stärker.“

Pippi: „Das macht nichts. Ich auch.“

Astrid Lindgren

**Laut Weltgesundheitsorganisation spielen die Lebenskompetenzen eine zentrale Rolle**, wenn es darum geht, Gesundheit zu fördern und gesunde Lebensweisen zu entwickeln. Damit wird auch einer ganzheitlichen Sicht von Gesundheit Rechnung getragen und der Erkenntnis, dass sich Problemlagen, in denen sich Menschen befinden, in unterschiedlichen Formen (Gewalt, Sucht ...) ausdrücken können.

Es ist zielführender, **Menschen dabei zu unterstützen**, ein befriedigendes Leben zu führen, statt aktionistisch – oft unter Einbeziehung externer Experten - vor Gefahren zu warnen, die die Gesundheit der Menschen bedrohen.

Das Programm zielt darauf ab, den Lehrpersonen die notwendige Unterstützung zu bieten, sich gemeinsam mit ihren Schülerinnen und Schülern den Lebensthemen anzunähern. Lehrpersonen sind Wissensvermittler/innen und Erzieher/innen.

### Zielsetzung

**Gesundheit und Bildung hängen eng zusammen.** Wer gesund ist, lernt besser, wer über mehr Wissen und Kompetenzen verfügt, hat mehr Möglichkeiten gesund zu leben.

Die Gesundheitsförderung und die Stärkung der Lebenskompetenzen sind in den **Rahmenrichtlinien** aller Schulstufen verankert.

Hier setzt das Programm Wetterfest an. Es stellt sowohl theoretisches Wissen zum genannten Themenbereich als auch Praxisbeispiele für die Arbeit mit den Klassen in der Mittelschule und in der Oberstufe zur Verfügung.

**Die Lehrpersonen sind die größte Multiplikator/innen-Gruppe, wenn es um die Vermittlung eines gesunden Lebensstiles geht.**

**Mit dem Programm Wetterfest werden folgende Ziele angestrebt:**

- Sensibilisierung: die **Stärkung der Lebenskompetenzen ist eine unabdingbare Voraussetzung für erfolgreiches Lernen**



- **Verknüpfung verschiedener Gesundheitsthemen** (z.B. Gewalt-, Sucht- und Suizidprävention, Entspannung etc.): Ziel ist es den Menschen zu einer gesunden Lebensgestaltung hinzuführen.
- Die Stärkung der Lebenskompetenzen zielt im Sinne der **Potentialentfaltung** auf **Persönlichkeitsentwicklung**.
- **Selbstfürsorge** wird angeregt, **Lebenssinn** wird gestärkt.
- **Stärkung der Lehrpersonen in ihrer Rolle als Erziehende und als Lehrende.**

## Das Programm – Materialien, Fortbildungsangebote, Beratung und Modellstunden

### Materialien

#### Theorieteil für die Mittelschule und die Oberstufe:

Das Theorieheft beschäftigt sich mit folgenden **Themen**: Was heißt hier Gesundheit? Gesetzliche und gesellschaftliche Rahmenbedingungen. Die Bedeutung von Gesundheitsförderung in der Schule. Entwicklungspsychologie des Jugendalters – Gedanken zur Pubertät. Die Haltung der Lehrpersonen als Weichenstellung für den Unterricht. Methodische Hinweise.

#### Praxisheft für die Mittelschule:

Das Praxisheft für die Mittelschule gliedert sich in die drei großen Bereiche **Selbstbezug**, **Sozialbezug** und **Sachbezug**. Für jeden Bereich finden sich viele interessante Praxisbeispiele.

#### Praxisheft für die Oberstufe:

Wie das Praxisheft für die Mittelschule gliedert sich auch das für die Oberstufe in die drei großen Bereiche **Selbstbezug**, **Sozialbezug** und **Sachbezug**. Die jeweiligen Praxisbeispiele zeigen auf, wie sich die Vermittlung von Fachinhalten und die Arbeit an Lebenskompetenzen verbinden lassen. Gerade in der Oberstufe bietet es sich an, über Sachthemen zu philosophieren und so einen Beitrag zu leisten in den Dimensionen „kreatives und kritisches Denken“.

**Verteilung der Materialien:** Das Theorieheft wird allen Schulen zur Verfügung gestellt. Die Lehrpersonen, welche eine Schulung besuchen, erhalten persönlich ein Theorieheft und ein Praxisheft.



## Fortbildungsangebote und Arbeit mit Klassen

### Angebot von Pflicht- und Wahlmodulen für Lehrpersonen

Das Angebot gliedert sich in einen verpflichtenden Teil ergänzt durch ein Angebot von Wahlmodulen.

**Verpflichtender Teil der Fortbildung:** ein Nachmittag Einführung in die Theorie und ein Nachmittag Einführung in den Praxisteil.

#### Wahlmodule:

- Gruppen-Sprache. Kommunikation und Gruppendynamik;
- Sinnvoll leben – Glück erfahren. Reflektieren und philosophieren im Unterricht;
- Liebe, Lust und Lebenskraft. Sexualpädagogik gestalten;
- Achtsam bleiben, Stress vermeiden. Wie wir den Gefühls- und Gedankenhaushalt im Sinne erfolgreichen Lernens steuern;
- Leiden ist nicht lustig! Umgang mit Gewalt und Mobbing in der Klasse (in der Schule);
- An Krisen wachsen. Mit Krisen umgehen und Resilienz fördern in der Schule;
- Gemeinsam begleiten. Elternarbeit im Jugendalter.

Die Fortbildungen werden ab dem Schuljahr 2018/2019 angeboten.

### Arbeit mit Klassen

In Ergänzung zu den Fortbildungen werden während der Einführung des Programmes einige Stunden Expertenunterricht angeboten.