

Helene-Fernau-Horn-Schule Sozialcurriculum der Werkrealschulstufe

Aspekte zur Durchführung

- Die Inhalte werden von der / vom Klassenlehrer/in oder nach Absprache durchgeführt.
- Der Zeitrahmen umfasst ca. 1 Stunde pro Woche. Der Zeitumfang pro Einheit kann variabel angepasst werden.
- Die Kapitel sind der älteren, 3. Ausgabe entnommen und entsprechen nicht exakt der aktuellen 4. Ausgabe.
- Verbindliche Inhalte (grau) können durch optionale Maßnahmen (weiß) ergänzt werden.

Klasse	Kapitel	Inhalte	Woran erkennen wir, dass das Ziel erreicht ist?	erledigt durch	Datum
5	1	Meine Klasse			
	1.1	Ich bin ich – und wer bist du?	Die Schüler lernen einander kennen.		
	1.2	Ich stelle dich vor	S. kennen gemeinsame und individuelle Interessen und Vorlieben.		
	1.3	Gemeinsames und Unterschiedliches	S. nehmen Kontakt untereinander auf und lernen Gemeinsamkeiten und Unterschiede in der Klasse kennen.		
	1.4	Sich auf Verhaltensregeln einigen	S. denken über Verhaltensregeln nach und einigen sich auf gemeinsame Verhaltensregeln.		
	1.5	Über Verhaltensregeln nachdenken	Verhaltensregeln sind gefestigt		
	1.7	Fertigmacher und Aufbauer	S. kennen verschiedene „Fertigmacher“ und „Aufbauer“ und deren Auswirkungen. Gute Arbeitsatmosphäre entsteht		
		Einführung Klassenrat	S. kennen demokratische Formen der Mitentscheidung und wenden diese an.		
	Klassendienste	S. übernehmen einfache Dienste in der Klassengemeinschaft			
6		Wiederholung			
	1.6	Über Verhaltensregeln verhandeln	Regeln können reflektiert, verhandelt, angepasst und eingehalten werden.		
	1.7	Fertigmacher und Aufbauer	S. kennen verschiedene „Fertigmacher“ und „Aufbauer“ und deren Auswirkungen. Eine gute Arbeitsatmosphäre entsteht.		
		2	Stärkung des Selbstvertrauens		
	2.1	Der dreibeinige Hocker des Selbstvertrauens	S. lernen das Modell des dreibeinigen Hockers kennen.		
	2.2	Erfolge stärken das Selbstvertrauen	S. entdecken ihre eigenen Erfolge und nutzen dies zur Stärkung des Selbstvertrauens. S. erstellen eine „Erfolgscollage“.		

Klasse	Kapitel	Inhalte	Woran erkennen wir, dass das Ziel erreicht ist?	erledigt durch	Datum
	2.3	Erfolge mit anderen teilen	S. präsentieren ihre Erfolge anhand der Erfolgscollage.		
	2.4	Hörst du mir überhaupt zu?	S. erkennen und unterscheiden schlechtes und gutes Zuhören.		
	2.5	Hilfen für gutes Zuhören	S. trainieren und wenden „gutes Zuhören“ an.		
	2.6	Ich finde dich toll!	S. können positive Rückmeldungen geben.		
	2.7	Ich übernehme Verantwortung	„Gelber Sack“; Dienste in der Klasse übernehmen		
	2.8	Verantwortungsvolles Verhalten	S. können über Folgen von Verhalten nachdenken.		
	3 Mit Gefühlen umgehen				
	3.1	Was ist das für ein Gefühl?	Theater; Wortfeld „Gefühle“ ist erweitert und konkreter		
	3.2	Gefühle darstellen / beschreiben	Theater; S. können über Gestik und Mimik Gefühle ausdrücken und interpretieren		
	3.3	Unterschiedliche Gefühle entdecken	Theater; Erkennen, dass bei gleicher Situation unterschiedliche Gefühle auftreten können. Eigene und andere Gefühle können unterschiedlich sein.		
7	Wiederholung				
	1.6	Verhaltensregeln verhandeln	Regeln können reflektiert, verhandelt, angepasst und eingehalten werden.		
	2.1	Der dreibeinige Hocker des Selbstvertrauens	S. kennen die Zusammenhänge und das Modell des dreibeinigen Hockers.		
	3 Mit Gefühlen umgehen				
	3.1	Was ist das für ein Gefühl?	Wortfeld „Gefühle“ ist erweitert und konkreter		
	3.2	Gefühle darstellen / beschreiben	S. können über Gestik und Mimik Gefühle ausdrücken und interpretieren		
	3.3	Unterschiedliche Gefühle entdecken	Erkennen, dass bei gleicher Situation unterschiedliche Gefühle auftreten können. Eigene und andere Gefühle können unterschiedlich sein.		
	3.4	Alles im Eimer?	S. erkennen, dass durch Worte und Handeln eigenes und anderes Erleben beeinflusst werden kann. Förderung des Einfühlungsvermögens		
3.5	Auf die Einstellung kommt es an	Erkenntnis, dass eine positive Einstellung zu einer Situation eine positive Entwicklung begünstigen kann.			
3.6	Was mich auf die Palme	S. erkennen Ärgersituationen und körperliche Reaktionen auf Wut.			

Klasse	Kapitel	Inhalte	Woran erkennen wir, dass das Ziel erreicht ist?	erledigt durch	Datum	
		bringt	S. kennen konstruktive Umgangsweisen mit Ärger und wenden diese an.			
	3.7	Ärger? – Drei Fragen bringen Klarheit	S. können bei Ärger benennen, was stört, warum es stört und welche Lösung vorstellbar ist.			
	3.8	Bei Stress einen kühlen Kopf behalten	S. kennen „Stress-Killer“; S. lernen Techniken zur Stressreduktion kennen.			
8	4 Die Beziehungen zu meinen Freunden					
	4.1	Im Angebot: Freundschaft	S. wissen, was einen Menschen zum Freund macht und was Freundschaft ist.			
	4.2	Neue Freunde finden	S. kennen Möglichkeiten, wie neue Freunde gewonnen werden können und welchen Einfluss Cliquen haben.			
	4.3	Zusammen geht es besser	S. reflektieren Freundschaften und Cliquen und deren Einflüsse.			
	4.4	Ich hab was falsch gemacht – und nun?	S. sind für ihre emotionalen, spontanen Reaktionen auf Ärger sensibilisiert.			
	4.5	Umgang mit Ärger	S. lernen „Ich-Botschaften“ kennen, reflektieren, üben und wenden diese an.			
	4.6	Mit Gruppendruck gut umgehen	S. lernen „IKEA“ kennen und versuchen dies anzuwenden. S. treffen für sich selbst verantwortliche Entscheidungen.			
	4.7	Sich selbstsicher behaupten	S. können selbstsicher „Nein“ sagen und Gruppendruck widerstehen.			
	4.8	Konflikte lösen	S. lernen die vereinfachte <i>konstruktive Konfliktlösung</i> (siehe Alternative „In-die-Schuhe-des-anderen-schlüpfen“) kennen, üben und wenden diese an.			
	4.9	Ärgern, belästigen, schikanieren	S. reflektieren belästigendes Verhalten und angemessenen Umgang damit.			
	4.10	Wenn alle gegen mich sind – Mobbing	S. kennen Reaktionsmöglichkeiten auf Mobbing.			
	4.11	Das Ende einer Freundschaft	S. denken über Reaktionen und schwierige Gefühle bei Trennungen nach.			
	6 Ich entscheide für mich selbst					
	6.1	Werte beeinflussen meine Entscheidungen	S. werden sich ihrer eigenen Werte und deren Beeinflussung auf Entscheidungen bewusst. S. erkennen Unterschiede zu Werten der Anderen.			
6.2	Kritisch denken, überlegt entscheiden	S. lernen kritisch zu denken, reflektierte zu entscheiden und Manipulationen zu erkennen.				

Klasse	Kapitel	Inhalte	Woran erkennen wir, dass das Ziel erreicht ist?	erledigt durch	Datum
9	6	Ich entscheide für mich selbst			
	6.3	Brainstorming „Sucht und Suchtmittel“	S. bringen ihr Vorwissen zu „Sucht und Suchtmittel“ ein.		
	6.4	Wenn ich traurig bin	S. reflektieren über eigenes Verhalten mit Ärger, Trauer, Einsamkeit und denken über Möglichkeiten der Entlastung nach.		
	6.5	Sucht hat immer eine Geschichte	S. kennen Risikofaktoren für Suchtverhalten (Auslöser von Sucht) und Faktoren, die Suchtverhalten vermeiden.		
	6.6	Worum geht´s hier eigentlich?	S. prüfen unerwünschte Angebote mit „IKEA“ und lehnen ggf. ab.		
	6.7	Sag einfach Nein – Gar nicht so einfach!	S. kennen und üben verschiedene Arten „Nein“ zu sagen.		
	6.8	Was habe ich denn mit Sucht zu tun?	S. werden sich bewusst, wie aus kompensatorischen oder ausweichendem Verhalten Gewohnheiten, Abhängigkeiten oder Sucht entstehen kann.		
	6.9	Widersprüchliche Botschaften	S. entdecken und verstehen widersprüchliche Botschaften in der Werbung und der Realität.		
	6.10	Was die Werbung verschweigt	S. erkennen unterschiedliche Werbetechniken und überprüfen diese kritisch.		
	7	Ich weiß, was ich will			
	7.1	Wann ist man erwachsen?	S. tauschen sich zur Frage aus „Wann ist man erwachsen?“.		
	7.2	Ziele: ein kleiner Blick in die Zukunft	S. machen sich Gedanken über Zukunftsziele, deren Planung und Verwirklichung.		
	7.3	Menschliche Wegweiser	S. setzen sich mit persönlichen Vorbildern auseinander.		
	7.8	Probiert – nicht geklappt – also noch mal!	S. wissen um die Bedeutung der inneren Einstellung im Umgang mit Rückschlägen und Enttäuschungen.		
	7.9	Wünsche und Werte	S. setzen sich mit verschiedenen Standpunkten, Wünschen und Werten auseinander.		