

# GESUNDHEITSLEHRE

## Jahrgangsstufen 7 und 8

### Auftrag des Lehrfachs

Der Unterricht der Deutschen Schule Helsinki im Fach Gesundheitslehre beruht auf multidisziplinärem Wissen. Der Auftrag der Gesundheitslehre ist die Förderung vielseitiger Gesundheitskompetenzen der Lernenden. Ausgangspunkte sind die Ehrfurcht vor dem Leben und ein wertvoller, menschenrechtskonformer Lebensweg. Phänomene der Gesundheit, des Wohlergehens und der Sicherheit werden altersgerecht mithilfe verschiedener Teilbereiche der Gesundheitskompetenzen betrachtet, wie z. B. gesundheitsbezogener Kenntnisse und Fertigkeiten, Selbsterkenntnis, kritisches Denken und ethischer Verantwortung.

Im Unterricht werden die Mehrdimensionalität und die diversen Ebenen gesundheitlicher Phänomene berücksichtigt: physische, psychische und soziale Umstände, die die Gesundheit entweder fördern oder schwächen, ihre Verbindung zueinander sowie ihre gegenseitigen Ursache-Wirkungs-Beziehungen. Auf die Gesundheit wird in den verschiedenen Lebensphasen des Menschen, auf individueller, familiärer, gemeinschaftlicher und gesellschaftlicher Ebene sowie zum Teil auch aus globaler Sicht eingegangen. Im Zuge der Entwicklung der Jugendlichen und der Erweiterung ihres Lebensraums erweitert und vertieft sich auch die Betrachtung der gesundheitlichen Fragen. Von zentraler Wichtigkeit ist die Anleitung der Lernenden dazu, die Gesundheit als Kraftquelle im täglichen Leben, im eigenen Lebensumfeld und in der Gesellschaft zu verstehen. Der Unterricht soll die individuelle und gemeinschaftliche Informationsgewinnung, den Wissensaufbau, die Informationsbewertung und -anwendung der Lernenden unterstützen. Außerdem werden Sicherheitskompetenzen, soziale Kompetenzen sowie die Fähigkeit zur Emotionserkennung und Emotionsregulation gefördert.

Gesundheitskompetenzen helfen den Lernenden, die breite Skala des Themas Gesundheit zu erkennen. Schüler und Schülerinnen lernen, gesundheitliche Entscheidungen zweckmäßig und gut begründet vorzunehmen. Mithilfe von Gesundheitskompetenzen können sie Faktoren erkennen und bearbeiten, die sie dazu befähigen, Gesundheit und Wohlergehen zu schätzen, aufrechtzuerhalten und zu fördern.

Im Unterricht wird die Möglichkeit genutzt, im persönlichen Lebens- und Lernumfeld gesundheits- und sicherheitsbezogene Phänomene wahrzunehmen und zu erforschen, fachübergreifend zusammenzuarbeiten und gelernte Fähigkeiten zu üben und anzuwenden.

Gesundheitslehre wird in den Jahrgangsstufen 1 bis 6 als Teil von Sachkunde unterrichtet. In den Jahrgangsstufen 7 und 8 werden die in den unteren Klassen durchgenommenen Themen altersgerecht vertieft und erweitert. Im Unterricht wird differenzierter auf Fachausdrücke eingegangen und kritisches Denken, Selbsterkenntnis und ethisches Nachdenken altersgerecht gefördert. Die Bedeutung der Lerninhalte und der damit zusammenhängenden Kompetenzen wird in den einzelnen Klassenstufen immer alters- und entwicklungsgerecht berücksichtigt.

Anders als es die landesweite Stundenaufteilung vorsieht, werden in der Deutschen Schule Helsinki in den Klassenstufen 7–8 mit der Sondergenehmigung des finnischen Zentralamts für Unterrichtswesen zwei statt drei Wochenstunden Unterricht in Gesundheitslehre erteilt.

Gesundheitslehre wird in den B-Klassen zweisprachig auf Deutsch und Finnisch unterrichtet. Kennzeichnend für das Fach ist ein wägender und erörternder Ansatz. Deshalb ist es wichtig für die Lernenden, sich in der ihnen geläufigeren Sprache präzise ausdrücken zu können. Gleichzeitig sollen sie jedoch die fachliche Terminologie auf Deutsch beherrschen lernen. Durch Zweisprachigkeit, d. h. dadurch, dass auch sprachlich anspruchsvolle Inhalte verständlich sind, soll außerdem die Lernmotivation gesteigert und die Zweckmäßigkeit der Gesundheitslehre plausibel gemacht werden.

## Lernumgebungen und Arbeitsweisen im Unterricht

Das auf verschiedenen Arbeitsweisen beruhende forschende Lernen, die Behandlung alltäglicher gesundheitlicher Phänomene und die Beachtung der Gegenwärtigkeit bilden das Fundament des Lernprozesses, der Anwendung von Kompetenzen, der Entwicklung kritischen Denkens und der Förderung von Lernkompetenzen.

Durch einen phänomenalen Ansatz werden die Lernenden dazu ermutigt, ihr Wissen und ihre Erfahrungen zu zeigen, Fragen zu stellen und Antworten zu suchen, Informationen und Kenntnisse aufzugliedern, Schlussfolgerungen zu ziehen und zu begründen. Die Lernenden werden dazu angeleitet, die Bedeutung verschiedener Faktoren zu beurteilen und umfangreichere Einheiten wahrzunehmen. Aktives Handeln, Entschlossenheit und reflektierendes Arbeiten fördern sowohl ethische Fertigkeiten als auch Gefühls-, Interaktions-, Denk- und Kooperationskompetenzen.

Neben einer vielseitigen physischen Umgebung gibt es auch andere zentrale Lernumgebungen der Gesundheitslehre, wie zum Beispiel Situationen zwischenmenschlicher Interaktion, verschiedene Communitys und digitale Umgebungen. Bei der Wahl von Lernumgebungen und Arbeitsweisen ist zu beachten, dass Folgendes gewährleistet ist: Wissensaufbau alleine und zusammen mit anderen, Handlungs-, Bewegungs- und Erfahrungsorientiertheit, Drama-Anwendung sowie die Gelegenheit, gesundheitsbezogene Phänomene in möglichst natürlichen Situationen und Umgebungen zu erforschen.

Möglichkeiten zum Üben und Anwenden gesundheitlicher Fähigkeiten in der Schulgemeinschaft eröffnen sich zum Beispiel durch aktive Wahrnehmung der eigenen Lernumgebung, durch Beteiligung der Lernenden an der Wahl von Lernumgebungen und Arbeitsweisen sowie durch ressourcenorientierte Förderung der Gesundheit und Sicherheit. Gleichzeitig wird die Zusammengehörigkeit gestärkt, das gemeinschaftliche Wohlergehen gefördert und die Mitwirkung in der eigenen Lerngruppe und in der ganzen Schulgemeinschaft unterstützt.

## Anleitung, Differenzierung und Unterstützung

Zahlreiche Themenbereiche der Gesundheitslehre berühren Entwicklungsphasen, individuelle Erfahrungen und persönliche Lebenssituationen der Lernenden. Im Gesundheitslehreunterricht der DSH und bei der Wahl der Arbeitsweisen werden entwicklungsbezogene, kulturelle und die jeweilige Lebenslage betreffende Sonderbedürfnisse der Lernenden berücksichtigt. Die jungen Leute werden dazu angeleitet, das Recht eines jeden auf Privatsphäre und die Unantastbarkeit bei Fragen der persönlichen Gesundheit und Krankheit zu verstehen und zu respektieren. Bei Bedarf kann der Unterricht inhaltlich und lehrmethodisch den Bedürfnissen und Interessen der Lerngruppe angepasst werden.

Der Unterricht wird so geplant, dass eine Zusammenarbeit mit anderen Fächern, mit der schulischen Gesundheitsfürsorge und mit der Schülerbetreuung gewährleistet ist und dass Möglichkeiten gegeben sind, die einzelnen Teilbereiche der Gesundheitskompetenz in Verbindung mit der gemeinschaftlichen Schülerbetreuung und der schulischen Handlungskultur zu üben und anzuwenden. Der Gesundheitslehreunterricht der DSH wird in Kooperation mit Fachschaften wie Biologie, Hauswirtschaft und Sport sowie mit dem Schülerbetreuungspersonal und den Lernenden selbst geplant. Mit dieser Zusammenarbeit wird sichergestellt, dass alle Lernenden die nötige individuelle Unterstützung erhalten, sei es in schulischen Fragen oder in besonderen Lebenssituationen.

## Beurteilung des Lernens und der Kompetenzen

Bewertungsgegenstand der Gesundheitslehre ist die Beurteilung der verschiedenen Teilbereiche der Gesundheitskompetenz. Die Beurteilung und das Feedback sollen den Lernprozess unterstützen und die Lernenden dazu ermutigen, ihre gesundheitliche Kompetenz weiterzuentwickeln und sie im Alltag anzuwenden.

Bei Lernzielen, die ethische Überlegungen und Selbsterkenntnis betreffen, wird berücksichtigt, wie sich die Lernenden aus gesundheitlicher Sicht mit dem Lernstoff auseinandersetzen und ihn begründen, wie sie gleichzeitig Fachausdrücke verwenden und sich auf verschiedene Quellen beziehen. Im Fach Gesundheitslehre nimmt die Beurteilung nicht Bezug auf Werte, Einstellungen, Gesundheitsverhalten, Kontaktfreudigkeit, Temperament oder andere

persönlichen Eigenschaften der Lernenden. Die Beurteilung ist stetig und beruht auf vielseitigen Leistungsnachweisen. Selbstbeurteilung und Peer-Feedback sind fortwährend Teil der Lernunterstützung.

In der DSH wird die Leistungsbewertung in Gesundheitslehre nach den Notenstufen 1 bis 6 vorgenommen. Die Abschlussbeurteilung findet Ende des zweiten Schulhalbjahres der 8. Klasse statt, wenn Gesundheitslehre als Pflichtfach für alle Lernenden abgeschlossen ist. Die Abschlussbewertung drückt aus, wie gut und inwieweit die Lernenden die Lernziele im Fach Gesundheitslehre erreicht haben. Bei der Abschlussnotenbildung werden alle im Lehrplan definierten Lernziele der Gesundheitslehre und die dazugehörigen Abschlusskriterien beachtet. Die Abschlussnote setzt sich zusammen aus der Gesamtbewertung der Lernziele und den Kriterien der Gesundheitslehre. Die Lernenden haben die Lernziele des Pensums gemäß Note 5, 3, 2– oder 2 dann erreicht, wenn ihre Leistungen weitgehend dem in den Kriterien der besagten Note dargestellten Leistungsniveau entsprechen. Die Gesamtbewertung der Leistung gemäß Note 6, 4 oder 1 wird aufgrund der Lernziele des Gesundheitslehrepensums und im Verhältnis zu den oben genannten Kriterien der Abschlussbeurteilung vorgenommen. Ein besseres Leistungsniveau bei einem der Lernziele kann eine schwächere oder ungenügende Leistung bei einem anderen Lernziel kompensieren. Die Bewertung schulischer Mitarbeit ist in der Abschlussbeurteilung der Gesundheitslehre und der daraus gebildeten Abschlussnote beinhaltet.

Der anleitende Ansatz im Gesundheitslehreunterricht bedeutet z. B., dass die Lernenden mündliche Zusatzanleitungen erhalten und Lehrende ihrerseits anleitende Fragen stellen, den Unterricht durch verschiedene Geräte veranschaulichen oder entsprechende Beispiele anführen. In der Beschreibung der Kriterien sind die Erläuterungen zu den Kriterien der schlechteren Noten in denen der besseren Noten enthalten.

## Zentrale Inhaltsbereiche der Unterrichtsziele

Aufgrund der Lernziele werden ausgewogene, altersgerecht fortschreitende Unterrichtseinheiten erstellt. Diese erzeugen umfangreiches Wissen und Können über die Kraftquelle Gesundheit, ihre physischen, psychischen und sozialen Teilbereiche und deren Wechselwirkung. Der Lebenszyklus, das Wachstum und die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen sowie der Zweck dieser verschiedenen Lebensphasen werden in den Lerneinheiten berücksichtigt. Bei der Wahl von Inhalten werden lokale und globale aktuelle Themen ausgewertet. Auch aktuelle Gesundheitsphänomene werden behandelt und die Verlässlichkeit gesundheitsbezogener Informationen kritisch betrachtet.

Themenbereich	Jahrgangsstufe 7	Jahrgangsstufe 8
Gesundheit als Phänomen	Gesundheitsdreieck:	Ressourcen der Gesundheit und gesundheitsgefährdende Umstände: Unbeweglichkeit, passive Lebensweise,

	Was ist Gesundheit? Umfassende Wahrnehmung der einzelnen Teilbereiche der Gesundheit.	Schlaf- und Ernährungsprobleme, Mobbing, Stress <b>Gesundheitsverhalten und -vorstellung der eigenen Familie, wie diese sich auf den jungen Menschen auswirken</b>
<b>Sexualität</b>	<b>Pubertät:</b> sexuelle Reifung und Entwicklung, Geschlechtsorgane, Vielfalt und Individualität <b>Beziehungswelt:</b> Spielregeln und Gefühle bei (romantischen) Beziehungen (z. B. wenn man sich verliebt, enttäuscht wird, eine Beziehung beendet) <b>Stufen der Sexualität:</b> Individualität bei sexueller Reifung und persönliche Wahlfreiheit <b>Hilfe suchen und erhalten bei Fragen zur körperlichen Entwicklung und zu Beziehungsangelegenheiten:</b> Möglichkeiten und Wege, Rat zu finden, wichtigste Kontaktdaten	<b>Beginn des Sexuallebens:</b> Was ist Sex? <b>Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt:</b> Arten der Vielfalt, geschlechtsbezogenes oder sexistisches Mobbing <b>Geschlechtskrankheiten und Verhütung:</b> die häufigsten Geschlechtskrankheiten und ihre Verbreitung, die häufigsten Verhütungsmethoden bei Jugendlichen und ihre Anwendung <b>Sexualrechte:</b> Diskussion über Sexualrechte von Jugendlichen, Rechte und Pflichten von Jugendlichen in Online-Dating-Diensten und sozialen Medien <b>Hilfe suchen und erhalten bei Fragen zur Sexualität:</b> Möglichkeiten und Wege, Rat zu finden, wichtigste Kontaktdaten
<b>Seelisches und körperliches Wohlbefinden</b>	<b>Entstehung des Selbstbildes und der Selbsterkenntnis:</b> Welche Umstände beeinflussen das Selbstbild, die Selbsterkenntnis und die Achtung vor sich selbst? <b>Bewegungsempfehlungen:</b> Die Empfehlungen, so wie sie in Finnland und Deutschland gelten, reichen für gute Bewegung. <b>Stress:</b> Entstehung von Stress, Unterschied zwischen langfristigem	<b>„Die sichtbare Hand: fünf Wege zum Wohlbefinden“:</b> Umstände, die sich auf das Wohlbefinden auswirken, ihr Zusammenhang zueinander; der Alltagsrhythmus angeknüpft an den Alltag der Jugendlichen <b>Psychische Störungen:</b> die häufigsten Störungen und ihre Behandlung <b>Hilfe suchen und erhalten in psychischen Angelegenheiten:</b> Möglichkeiten und Wege, Rat zu finden, wichtigste Kontaktdaten

	<p>und kurzzeitigem Stress, Stressbewältigung</p> <p><b>Schlaf:</b> Empfehlungen; wie sich Schlaf auf die Gesundheit auswirkt</p>	
<b>Ernährung</b>	<p><b>Tellermodell:</b> Zusammenstellung einer Mahlzeit</p> <p><b>Ernährungspyramide und Ernährungsempfehlungen:</b> Zusammenstellung einer gesunden Alltagsernährung</p> <p><b>Energiebedarf:</b> individueller Energiebedarf und die sich darauf auswirkenden Faktoren</p> <p><b>Essensrhythmus:</b> Bedeutung des Essensrhythmus und die damit verbundenen Herausforderungen</p>	<p><b>Gewichtmanagement:</b> Überschreitung des Energiebedarfs, das Körpergewicht gesund beeinflussen</p> <p><b>Körperbild:</b> Wie wir uns selbst sehen und welche Faktoren dies beeinflussen, u. a. Medien, Erwartungen der Umwelt, Selbstbewusstsein, Schönheitsideale</p> <p><b>Essprobleme:</b> die häufigsten Essstörungen und ihre Behandlung</p> <p><b>Allergien und Sonderdiäten:</b> die häufigsten Sonderdiäten und Allergien</p>
<b>Suchtmittel</b>	<p><b>Tabakprodukte:</b> gesundheitsschädigende Wirkung von Tabakprodukten, Zigaretten/Schnupftabak verweigern, mit Rauchen/Schnupfen anfangen und aufhören, Tabakgesetz</p> <p><b>Alkohol:</b> Alkoholkonsum bei Jugendlichen und die sich darauf auswirkenden Faktoren, Alkohol und das Gehirn in der Entwicklungsphase, Alkohol und Straßenverkehr, Alkoholgesetz</p>	<p><b>Drogen:</b> die häufigsten Drogen, ihre gesundheitlichen Folgen und die Verlässlichkeit der Drogeninformation (medienkritische Einstellung)</p> <p><b>Mischkonsum:</b> schädliche Folgen des Mischkonsums</p> <p><b>Sucht:</b> physische, psychische, soziale und kriminelle Abhängigkeit</p> <p><b>Faktoren, die den Suchtmittelkonsum hemmen</b></p>

<b>Erste Hilfe</b>	<b>Wie in alltäglichen Erste-Hilfe-Situationen gehandelt wird:</b> Wunden verbinden, mit Schmerzen umgehen, Sportverletzungen und Überbelastungsschäden, Erste Hilfe bei Diabetes und Epilepsie, Notrufnummer wählen, Hilfe holen	<b>Wiederbelebung:</b> Beatmung und Herzdruckmassage <b>Erste Hilfe bei Bewusstlosigkeit:</b> Seitenlage, Begleiten einer Person, die im Vollrausch ist <b>Erste Hilfe als ethische Pflicht:</b> Wer soll helfen und warum? Hilfeleistungspflicht.
<b>Gefühlsleben</b>	<b>Handeln in interaktiven Situationen:</b> <b>Gefühle:</b> Gefühle erkennen, ausdrücken und nennen <b>Gefühle kontrollieren und regulieren</b>	<b>Konflikt- und Problemsituationen konstruktiv lösen:</b> Ich-Botschaften, verständnisvolles Zuhören, konstruktives Streiten <b>Lebenskrisen und ihre Bewältigung</b>
<b>Ich als Lernende/r</b>	<b>Eigene Lernstrategien:</b> Wie lerne ich?	<b>Lernfähigkeit:</b> Die Lernfähigkeit beeinflussende Umstände im Alltag <b>Beeinflussungsmodelle:</b> Wie können Schülerinnen und Schüler gesundheits- und sicherheitsfördernd in der Schule mitwirken (u. a. Bewegte Schule, Schülervertretung)

## Abschlusskriterien

Unterrichtsziele	Inhaltsbereiche	Die aus den Unterrichtszielen abgeleiteten Lernziele	Beurteilungsgegenstand	Leistungsstand für die finnische Note 5	Leistungsstand für die finnische Note 7	Leistungsstand für die finnische Note 8	Leistungsstand für die finnische Note 9
<b>Gesundheitsförderung während Wachstum und Entwicklung im Schulalter</b>							
		Die Schülerinnen und Schüler...		Die Schülerinnen und Schüler...	Die Schülerinnen und Schüler...	Die Schülerinnen und Schüler...	Die Schülerinnen und Schüler...
T1 dazu anleiten, die Komplexität der Gesundheit,	S1–S3	...lernen, die Komplexität der Gesundheit, die	Gesundheitsbezogene Begriffe	...können einen einzelnen Teilbereich der	...können anhand von Beispielen Teilbereiche der	...sind in der Lage, anhand von Beispielen	...sind in der Lage, die Teilbereiche der Gesundheit zu

<p>die Gesundheitsförderung sowie den Lebenszyklus, das Wachstum und die Entwicklung ressourcenorientiert zu verstehen</p>		<p>Gesundheitsförderung sowie den Lebenszyklus, das Wachstum und die Entwicklung ressourcenorientiert zu betrachten.</p>		<p>Gesundheit benennen. ...können eine einzelne Lebensphase benennen.</p>	<p>Gesundheit und die Zusammenhänge zwischen diesen beschreiben sowie ein Beispiel dafür geben, was mit Gesundheitsförderung gemeint ist.  ...sind in der Lage, eine Lebensphase zu beschreiben sowie Merkmale von Wachstum und Entwicklung in der Adoleszenz zu benennen.</p>	<p>Teilbereiche der Gesundheit und die Zusammenhänge zwischen diesen zu beschreiben.  ...können anhand von Beispielen beschreiben, was mit Gesundheitsförderung gemeint ist.  ...können verschiedene Lebensphasen, insbesondere die Entwicklung der Adoleszenz beschreiben.  ...können anhand von Beispielen die Bedeutung von Gesundheit, Wachstum und Entwicklung als Lebensressource beschreiben.</p>	<p>beschreiben, die kausalen Zusammenhänge zwischen diesen zu erklären sowie zu erläutern, was mit Gesundheitsförderung gemeint ist.  ...sind in der Lage, die verschiedenen Lebensphasen zu analysieren sowie die Bedeutung der Gesundheit als Lebensressource in den verschiedenen Lebensphasen zu beurteilen.</p>
--	--	--	--	---	--	--	--

<p>T2 dazu anleiten, die Emotions- und Interaktionskompetenzen sowie die Handlungsfähigkeit in Konflikt- und Krisensituationen zu entwickeln</p>	<p>S1</p>	<p>...lernen, Emotions- und Interaktionskompetenzen sowie verschiedene Methoden des Umgangs mit Konflikt- und Krisensituationen zu nutzen.</p>	<p>Analyse der Interaktions- und Emotionskompetenzen sowie der Verhaltensregulierung</p>	<p>...können einige Grundemotionen benennen und wissen, dass diese das Verhalten beeinflussen.  ...sind in der Lage, Konfliktsituationen sowie Stress- und Krisenmerkmale zu benennen.</p>	<p>...können die Grundemotionen benennen sowie einige Beispiele für die Wechselwirkung zwischen Emotionen und Verhalten anführen.  ...sind in der Lage, Methoden zur Bewältigung von Konfliktsituationen und zum Umgang mit Stress und Krisen zu benennen.</p>	<p>...können neben den Grundemotionen weitere Emotionen beschreiben und Beispiele für die Wechselwirkung zwischen Emotionen und Verhalten sowie für die Verhaltensregulierung anführen.  ...sind in der Lage, Methoden und Lösungen zur Bewältigung von Konfliktsituationen sowie zum Umgang mit Stress und Krisen zu beschreiben.</p>	<p>...sind in der Lage, verschiedene Emotionen zu klassifizieren, die diesen zugrunde liegenden Faktoren zu analysieren und Methoden der Verhaltens- und Interaktionsregulierung zu präsentieren.  ...können die Ursachen für Konfliktsituationen klassifizieren und begründete Methoden und Lösungen zur Bewältigung von Konfliktsituationen und zum Umgang mit Stress und Krisen aufzeigen.</p>
<p>T3 dazu anleiten, die Selbstkenntnis</p>	<p>S1</p>	<p>...lernen, ihre Selbstkenntnis zu</p>		<p><i>Wirkt sich nicht auf die</i></p>			

zu entwickeln, die eigenen Werte und Einstellungen sowie die Botschaften von Körper und Seele zu identifizieren sowie die das Verhalten, Lernen und Studium unterstützende Faktoren zu regulieren		entwickeln sowie ihr Verhalten und Lernen zu regulieren.		<i>Notenbildung aus. Die Lernenden werden dazu angeleitet, ihre Erfahrungen als Teil der Selbstbeurteilung zu erörtern.</i>			
T4 - dazu anleiten, über Fragen der Individualität, der Gemeinschaft und der Gleichheit unter gesundheitlichen Aspekten nachzudenken  - die Bereitschaft fördern, verantwortungsvolle Entscheidungen im zwischenmenschlic	S1, S3	...lernen, über Fragen der Individualität, der Gemeinschaft und der Gleichheit unter gesundheitlichen Aspekten nachzudenken.  ...lernen, verantwortungsvolle Entscheidungen im zwischenmenschlic	Analyse der gesundheitlichen Entwicklung sowie Interaktionsverhalten	...sind in der Lage, die Individualität beeinflussende Faktoren zu benennen sowie ein konkretes Beispiel für den Zusammenhang sozialer Beziehungen mit psychischem Wohlbefinden und Gesundheit anzuführen.	...sind fähig, die Individualität beeinflussende Faktoren zu beschreiben sowie Beispiele für die Bedeutung sozialer Beziehungen für das psychische Wohlbefinden und die Gesundheit anzuführen.  ...können ethische Fragen in Bezug	...können anhand von Beispielen Fragen der individuellen Entwicklung unter gesundheitlichen Aspekten sowie die Bedeutung sozialer Beziehungen für das psychische Wohlbefinden und die Gesundheit analysieren.	...sind in der Lage, Fragen der individuellen Entwicklung unter gesundheitlichen Aspekten begründet zu analysieren sowie die Bedeutung sozialer Beziehungen für das psychische Wohlbefinden und die Gesundheit zu beurteilen.

hen Umgang zu treffen		hen Umgang zu treffen.		...können ethische Fragen in Bezug auf gemeinsame Aktivitäten und Interaktion formulieren sowie unter Anleitung Lösungen vorschlagen.	auf gemeinsame Aktivitäten und Interaktion formulieren sowie Lösungen vorschlagen.	...sind in der Lage, ethische Fragen in Bezug auf gemeinsame Aktivitäten und Interaktion zu analysieren und verantwortungsvolle Lösungen vorzuschlagen.	...sind in der Lage, ethische Fragen in Bezug auf gemeinsame Aktivitäten und Interaktion zu beurteilen sowie diesbezügliche Lösungen zu bewerten und zu begründen.
<b>Gesundheitsfördernde und gesundheitsgefährdende Faktoren sowie Krankheitsprävention</b>							
T5 - dazu anleiten, das Verständnis von physischer, psychischer und sozialer Gesundheit sowie diese fördernden und gefährdenden Faktoren und Mechanismen zu vertiefen  - die Bereitschaft fördern, diesbezügliche Begriffe	S1-S3	...lernen, die die physische, psychische und soziale Gesundheit fördernden und gefährdenden Faktoren und Mechanismen zu untersuchen und damit verbundene Begriffe zweckmäßig anzuwenden.	Identifizierung gesundheitsbeeinflussender Faktoren sowie Verwendung gesundheitsbezogener Termini	...können gesundheitsfördernde und -gefährdende Faktoren benennen.  ...sind in der Lage, unter Anleitung einige gesundheits- und krankheitsbezogene Termini anzuwenden.	...sind in der Lage, gesundheitsfördernde und -gefährdende Faktoren sowie in groben Zügen deren Zusammenhänge untereinander zu beschreiben.  ...sind in der Lage, Anleitung einige gesundheits- und krankheitsbezogene Termini	...sind in der Lage, gesundheitsfördernde und -gefährdende Faktoren zu analysieren sowie deren Zusammenhänge untereinander zu beschreiben.  ...können gesundheits- und krankheitsbezogene Termini weitestgehend	...sind in der Lage, gesundheitsfördernde und -gefährdende Faktoren zu analysieren und zu bewerten sowie deren Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge zu erklären.  ...können gesundheits- und krankheitsbezogene Termini

zweckmäßig anzuwenden					zweckmäßig anzuwenden.	zweckmäßig anwenden.	zweckmäßig anwenden.
<p>T6 - dabei unterstützen, sich als Beschaffer und Nutzer gesundheits- und krankheitsbezogener Informationen zu entwickeln</p> <p>- die Fertigkeiten fördern, in gesundheits-, sicherheits- und krankheitsbezogenen Situationen zweckmäßig zu handeln</p>	S2–S3	<p>...lernen, gesundheits- und krankheitsbezogene Informationen zu beschaffen und zu nutzen sowie in gesundheits-, sicherheits- und krankheitsbezogenen Situationen zweckmäßig zu handeln.</p>	<p>Beherrschen gesundheits-, sicherheits- und krankheitsbezogene Kenntnisse und Fertigkeiten</p>	<p>...können unter Anleitung gesundheitsbezogene Informationen beschaffen.</p> <p>...können eine Vorgehensweise hinsichtlich Selbstfürsorge, Hilfesuche sowie gesundheits- und sicherheitsgefährdenden Situationen benennen.</p>	<p>...können gesundheitsbezogene Informationen aus einigen Quellen beschaffen und diese teilweise zweckmäßig nutzen.</p> <p>...sind in der Lage, Vorgehensweisen für die Selbstfürsorge, Hilfesuche sowie gesundheits- und sicherheitsgefährdende Situationen zu benennen.</p>	<p>...können gesundheitsbezogene Informationen aus verschiedenen Quellen beschaffen und diese meistens zweckmäßig nutzen.</p> <p>...sind in der Lage, geeignete Vorgehensweisen für die Selbstfürsorge, Hilfesuche sowie gesundheits- und sicherheitsgefährdende Situationen zu beschreiben.</p>	<p>...können aus einer Vielzahl von Quellen gesundheitsbezogene Informationen beschaffen, Suchbegriffe formulieren, ihre Informationssuche eingrenzen und Informationen zweckmäßig nutzen.</p> <p>...sind in der Lage, verschiedene Vorgehensweisen für die Selbstfürsorge, Hilfesuche sowie gesundheits- und sicherheitsgefährdende Situationen zu bewerten.</p>
T7 - dazu anleiten, die eigenen gesundheits- und	S1–S2	<p>...lernen, ihre eigene Gesundheit und Sicherheit</p>		<p><i>Wirkt sich nicht auf die Notenbildung aus.</i></p>			

sicherheitsbezogenen Gewohnheiten und Entscheidungen sowie deren Motive zu identifizieren und zu bewerten - dazu ermutigen, für die eigene Gesundheit relevante Ressourcen zu reflektieren		betreffende Faktoren zu identifizieren und zu bewerten. ...lernen, die für ihre eigene Gesundheit relevanten Ressourcen zu reflektieren.		<i>Die Lernenden werden dazu angeleitet, ihre Erfahrungen als Teil der Selbstbeurteilung zu erörtern.</i>			
T8 dazu anleiten, Gesundheits- und Krankheitsphänomene sowie damit verbundene Werte und Normen zu identifizieren und kritisch zu hinterfragen - dazu anhalten, die Zuverlässigkeit und Relevanz von Informationen zu beurteilen	S1–S3	...lernen, Gesundheits- und Krankheitsphänomene sowie damit verbundene Werte und Normen zu identifizieren und kritisch zu hinterfragen. ...lernen, die Zuverlässigkeit und Relevanz von Informationen zu beurteilen.	Analyse von Gesundheits- und Krankheitsphänomenen sowie Beurteilung der Zuverlässigkeit gesundheitsbezogener Informationen	...können Faktoren nennen, die die Aneignung von Gesundheitsgewohnheiten beeinflussen, und sind fähig, ethische Fragen in Bezug auf Lebensstile anzuführen. ...können ein Beispiel für Konsequenzen von Lebensstilentscheidungen anführen.	...können Faktoren beschreiben, die die Aneignung von Gesundheitsgewohnheiten beeinflussen, und sind fähig, ethische Fragen in Bezug auf Lebensstile darzulegen. ...können Beispiele für Konsequenzen von Lebensstilentscheidungen anführen.	...können Faktoren analysieren, die die Aneignung von Gesundheitsgewohnheiten beeinflussen, und sind fähig, die Entstehung von Gesundheitsgewohnheiten zu erklären. ...sind in der Lage, ethische Fragen im Zusammenhang mit Lebensstilen	...können Faktoren bewerten, die die Aneignung von Gesundheitsgewohnheiten beeinflussen, und sind fähig, die Entstehung von Gesundheitsgewohnheiten begründend zu erklären. ...sind in der Lage, ethische Fragen im Zusammenhang

				...können einen die Zuverlässigkeit von Gesundheitsinformationen beschreibenden Faktor benennen.	...können unter Anleitung die Zuverlässigkeit von Gesundheitsinformationen auf Grundlage einiger die Zuverlässigkeit von Informationen beschreibender Faktoren beurteilen.	zu beschreiben und Konsequenzen von Lebensstilentscheidungen zu analysieren. ...sind in der Lage, unter Anleitung die Zuverlässigkeit von Gesundheitsinformationen auf der Grundlage mehrerer die Zuverlässigkeit von Informationen beschreibender Faktoren zu beurteilen.	mit Lebensstilen zu analysieren und Konsequenzen von Lebensstilentscheidungen begründend zu bewerten. ...sind in der Lage, die Zuverlässigkeit und Verwertbarkeit von Gesundheitsinformationen aus verschiedenen Blickwinkeln zu beurteilen.
--	--	--	--	--	--	--	--

**Gesundheit, Gemeinschaften, Gesellschaft und Kultur**

T9 dazu anleiten, die Bedeutung von Umwelt, Gemeinschaften, Kultur und IKT für Gesundheit und Wohlbefinden zu verstehen	S3	...lernen, die Bedeutung von Umwelt, Gemeinschaften, Kultur und IKT für Gesundheit und Wohlbefinden zu untersuchen.	Wahrnehmung der Umwelteinflüsse auf die Gesundheit	...können durch die Lebensumgebung verursachte Auswirkungen auf die Gesundheit sowie Zusammenhänge	...können durch die Lebensumgebung verursachte Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben sowie Beispiele für	...sind in der Lage, die wichtigsten direkten und indirekten Auswirkungen des Lebensumfelds auf die Gesundheit zu analysieren sowie	...sind in der Lage, die wichtigsten direkten und indirekten Auswirkungen des Lebensumfelds auf die Gesundheit zu beurteilen sowie
---	----	---	--	--	--	---	--

				zwischen Gemeinschaften, Kultur oder IKT und Gesundheit benennen.	Zusammenhänge zwischen Gemeinschaften, Kultur oder IKT und Gesundheit anführen.	Zusammenhänge zwischen Gemeinschaften, Kultur oder IKT und Gesundheit zu erklären.	Zusammenhänge zwischen Gemeinschaften, Kultur oder IKT und Gesundheit zu bewerten.
T10 dazu anleiten, eine Grundlage für die Lern-, Handlungs- und Arbeitsfähigkeit zu schaffen und aufrechtzuerhalte n sowie eine angemessene Inanspruchnahme der öffentlichen Gesundheitsdienst leistungen zu beschreiben	S1–S2	...lernen, eine Grundlage für die Lern-, Handlungs- und Arbeitsfähigkeit zu schaffen und diese aufrechtzuerhalte n. ...lernen, eine angemessene Inanspruchnahme der öffentlichen Gesundheitsdienst leistungen zu beschreiben.	Wahrnehmung von Methoden zur Förderung der Arbeitsfähigkeit	...können die Lern-, Handlungs- und Arbeitsfähigkeit beeinflussende Faktoren benennen.  ...können die öffentlichen Gesundheitsdienstleistungen der eigenen Schule und Gemeinde benennen.	...können die Lern-, Handlungs- und Arbeitsfähigkeit beeinflussende Faktoren beschreiben.  ...können die öffentlichen Gesundheitsdienstleistungen der eigenen Schule und Gemeinde beschreiben.	...sind in der Lage, Informationen über die Lern-, Handlungs- und Arbeitsfähigkeit beeinflussende Faktoren anzuwenden, indem sie z.B. einen diese unterstützenden Plan ausarbeiten.  ...sind in der Lage, die verschiedenen öffentlichen Gesundheitsdienstleistungen zu beschreiben und Beispiele für deren mögliche Inanspruchnahme	...können Informationen über die Lern-, Handlungs- und Arbeitsfähigkeit beeinflussende Faktoren anwenden und bewerten, indem sie z.B. einen diese unterstützenden Plan ausarbeiten.  ...sind in der Lage, die verschiedenen öffentlichen Gesundheitsdienstleistungen sowie Möglichkeiten einer angemessenen Inanspruchnahme in verschiedenen

						in verschiedenen Situationen anzuführen.	Situationen zu beschreiben und zu bewerten.
T11 dazu anleiten, die Gesundheitsverständnisse der Familie sowie der Menschen und Gemeinschaften des eigenen Lebensumfelds zu verstehen und zu bewerten sowie deren Bedeutung für sich selbst zu erkennen - dazu anleiten, eine Vorstellung von für sich selbst geeigneten Lernmethoden zu entwickeln	S1–S3	...lernen, die Gesundheitsverständnisse der Familie sowie der Menschen und Gemeinschaften des eigenen Lebensumfelds zu verstehen und zu bewerten sowie deren Bedeutung für sich selbst zu erkennen. ...lernen, eine Vorstellung von für sich selbst geeigneten Lernmethoden zu entwickeln.	Bewertung von Gesundheitsverständnissen sowie Wahrnehmung von lernfördernden Faktoren	...können anhand eines Beispiels beschreiben, wie Familie, lokale Gemeinschaften oder andere soziale Gemeinschaften die Gesundheitsverständnisse beeinflussen.  ...können einen ihr eigenes Lernen unterstützenden Faktor benennen.	...können anhand von Beispielen beschreiben, wie Familie, lokale Gemeinschaften oder andere soziale Gemeinschaften die Gesundheitsverständnisse beeinflussen und erkennen deren Einfluss auf ihr eigenes Gesundheitsverständnis. ...können ihr eigenes Lernen unterstützende Faktoren benennen.	...können anhand geeigneter Beispiele analysieren, wie Familie, lokale Gemeinschaften und andere soziale Gemeinschaften die Gesundheitsverständnisse beeinflussen, sowie deren Bedeutung für das eigene Gesundheitsverständnis beschreiben. ...können ihr eigenes Lernen unterstützende Faktoren beschreiben.	...können beurteilen, wie Familie, lokale Gemeinschaften und andere soziale Gemeinschaften die Gesundheitsverständnisse beeinflussen, sowie deren Bedeutung für das eigene Gesundheitsverständnis bewerten. ...können ihr eigenes Lernen unterstützende Faktoren analysieren.
T12 Fähigkeiten und Fertigkeiten fördern, gesundheits- und	S3	...lernen, gesundheits- und krankheitsbezogene Kommunikation	Beurteilung gesundheitsbezogener Kommunikation	...sind in der Lage, eine Beeinflussungsmethode in der	...können unter Anleitung Beeinflussungsmethoden und	...können Beeinflussungsmethoden und Zuverlässigkeit	...sind in der Lage, die Beeinflussungsmethoden und

<p>krankheitsbezogene Kommunikation kritisch zu bewerten sowie individuelle Rechte, Verantwortlichkeiten und Beeinflussungsmethoden in Gesundheits- und Sicherheitsfragen im eigenen Lernumfeld und in lokalen Gemeinschaften zu analysieren</p>		<p>kritisch zu bewerten sowie individuelle Rechte, Verantwortlichkeiten und Methoden der Beeinflussung in Gesundheits- und Sicherheitsfragen im eigenen Lernumfeld und in lokalen Gemeinschaften zu untersuchen.</p>	<p>sowie Wahrnehmung von Beeinflussungsmethoden in Fragen der Gesundheit und Sicherheit</p>	<p>Gesundheitskommunikation oder einen die Zuverlässigkeit beeinflussenden Faktor zu benennen.  ...können eine durch Lebensstile verursachte Konsequenz auf die Gesellschaft oder auf die Gesundheit oder Sicherheit der Umgebung benennen.  ...können eine Methode benennen, wie in der lokalen Gemeinschaft Einfluss auf Gesundheit und Sicherheit genommen werden kann.</p>	<p>Zuverlässigkeit gesundheitsbezogener Kommunikation analysieren.  ...können die Konsequenzen von Lebensstilen auf Gesundheit und Sicherheit anderer Menschen, der Gesellschaft oder Umgebung beschreiben.  ...können Methoden beschreiben, wie in der lokalen Gemeinschaft Einfluss auf Gesundheit und Sicherheit genommen werden kann.</p>	<p>gesundheitsbezogener Kommunikation analysieren.  ...können die Konsequenzen von Lebensstilen auf Gesundheit und Sicherheit anderer Menschen, der Gesellschaft oder Umgebung analysieren.  ...können Methoden analysieren, wie in der lokalen Gemeinschaft Einfluss auf Gesundheit und Sicherheit genommen werden kann.</p>	<p>Zuverlässigkeit gesundheitsbezogener Kommunikation zu beurteilen.  ...können die Konsequenzen von Lebensstilen auf Gesundheit und Sicherheit anderer Menschen, der Gesellschaft oder Umgebung bewerten und begründen.  ...können Methoden bewerten und begründen, wie in der lokalen Gemeinschaft Einfluss auf Gesundheit und Sicherheit genommen werden kann.</p>
--	--	--	---	--	---	---	---