

III.73

Lesen und Texte erfassen

Mit Sachtexten die Reflexionskompetenz stärken – Über Werte, Ziele und Zukunftspläne

Kristina Folz



© Jose Ignacio Martin Del Barco/istock/Getty Images Plus

Was bedeutet ein gelungenes Leben – und wie komme ich dorthin? In dieser Unterrichtsreihe setzen sich Schülerinnen und Schüler mit ihren persönlichen Zielen auseinander, prüfen diese kritisch und lernen, sie mithilfe der SMART-Methode konkret zu formulieren. Sie setzen sich mit ihren Werten auseinander, analysieren innere Hürden wie Glaubenssätze oder Prokrastination und übertragen das Gelernte auf literarische und kommunikative Situationen. Abschließend reflektieren sie ihren eigenen Entwicklungsstand.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe:	9/10
Dauer:	4–8 Unterrichtsstunden + LEK
Kompetenzen:	1. Sprechen und Zuhören: vor anderen sprechen, lösungsorientiert (gewaltfrei) kommunizieren, eigenes Handeln reflektieren; 2. Lesen: Sachtexte lesen und verstehen, exzerpieren
Thematische Bereiche:	Gewaltfreie Kommunikation; Glaubenssätze; Komfortzone; Motivation; SMART-Formel; Werteerziehung; Zielsetzung

Auf einen Blick

1./2. Stunde

Thema:	Mein „Wunschleben“ und der Weg dorthin
M 1	Mein „Wunschleben“ – Ein Gallery Walk / Collagen zum eigenen „Wunschleben“ vorstellen
M 2	Da will ich hin – Meine Ziele / Ziele von drei fiktiven Personen analysieren
M 3	Will ich das wirklich? – Ziele auf dem Prüfstand / Sachtexte analysieren; allgemeingültige Handlungsempfehlungen ableiten
Hausaufgabe:	Erstelle eine eigene Ziel-Tabelle nach dem Vorbild von Yara, Leonie und Karan.

3./4. Stunde

Thema:	Was macht gute Ziele aus?
M 4	Gute Ziele sind SMART – Die SMART-Formel / ein Gruppenpuzzle zu den SMART-Kriterien durchführen
M 5	Werte – Mehr als nur Gedanken / Werte zusammentragen; Symbolbilder interpretieren; einen Bezug zum eigenen Leben herstellen
M 6	Hier entlang, bitte! – Deine Werte als Kompass / Informationen aus einem Audiotext herausarbeiten; Selbsteinschätzung vornehmen
Hausaufgabe:	Finde heraus, welche Werte für dich besonders wichtig sind. Frage dich dazu: Was ist mir wichtig? Wann bin ich stolz auf mich? Was treibt mich an?
Benötigt:	<ul style="list-style-type: none"> • internetfähige Endgeräte, Internetzugang • Tool zur Wiedergabe des Audios (z. B. Laptop)



5./6. Stunde

Thema:	Die Hürden in unserem Kopf
M 7	Station 1: Gedanken haben Macht – Wie uns Glaubenssätze beeinflussen / Überschriften Absätzen zuordnen; eigene Glaubenssätze analysieren
M 8	Station 2: Raus aus der Komfortzone – Rein ins Abenteuer / einen Sachtext zusammenfassen und analysieren; Handlungsimpulse ableiten
M 9	Station 3: „Nur noch fünf Minuten!“ – Die Sache mit dem inneren Schweinehund / Informationen aus einem Audiotext herausarbeiten; Handlungsimpulse ableiten
M 10	Die Hürde in mir – Übersicht über die Stationenarbeit / Stationen begründet bewerten; wichtigste Informationen festhalten; Handlungsimpulse ableiten

- Benötigt:**
- internetfähige Endgeräte, Internetzugang
 - Tool zur Wiedergabe des Audios (z. B. Laptop)

7./8. Stunde

- Thema:** Anwendung und Zusammenführung des bisher Gelernten
- M 11** Fragezeichen im Gepäck – Eine Kurzgeschichte / eine Kurzgeschichte lesen und einzelne Figuren analysieren
- M 12** Adas „Patentrezept“ – Gewaltfreie Kommunikation / einen Sachtext lesen und Informationen aus dem Text auf verschiedene Beispielsituationen anwenden
- M 13** Ziele, Werte und Co. – Das habe ich mitgenommen / den eignen Lernstand reflektieren

LEK

- M 14** Teste dich! – Was weißt du über Werte und Ziele? / das Erlernete überprüfen

- Benötigt:**
- internetfähige Endgeräte, Internetzugang

So können Sie Stunden kombinieren und kürzen








- | | | |
|--------------|-------|-------------|
| 1./2. Stunde | Ziele | M 2–M 4* |
| 3./4. Stunde | Werte | M 5 und M 6 |

* Anstatt des zeitaufwendigen Gruppenpuzzles können Sie die Texte aus M 4 in Partnerarbeit lesen lassen und die Ergebnisse im Plenum festhalten.

Zusätzlich in der ZIP-Datei:

- ZM 1 Audio Werte ZM 2 Audio Schweinehund

Erklärung zu den Symbolen

	Dieses Symbol markiert differenziertes Material. Wenn nicht anders ausgewiesen, befinden sich die Materialien auf mittlerem Niveau.				
	leichtes Niveau		mittleres Niveau		schwieriges Niveau
	Zusatzaufgaben		Alternative		Selbsteinschätzung

Mein „Wunschleben“ – Ein Gallery Walk

M 1



Stelle dir vor, wie dein Leben in zehn oder fünfzehn Jahren aussehen könnte. Wirst du Kinder haben? Viel Reisen? Welchen Hobbys wirst du nachgehen? Wie und wo möchtest du wohnen? Mit wem wirst du Zeit verbringen? Welchen Beruf wirst du ausüben? Welche Rolle spielen Freundinnen und Freunde, Geld, Statussymbole ...?

Aufgaben

1. Erstelle eine Collage, auf der all das zu sehen ist, was du dir von deinem privaten und beruflichen Leben wünschst.
Suche dazu in Zeitschriften, Zeitungen etc. nach Bildern, die zu deinem Thema passen. Du kannst auch Fotos oder andere Materialien verwenden, die du schon hast. Schneide sie aus und klebe sie auf einen Papierbogen (DIN-A3-Format).
2. Hängt eure Collagen an die Wände eures Klassenzimmers. Schaut euch die Ergebnisse der übrigen Klassenmitglieder an und klärt offene Fragen.
3. Bildet Kleingruppen von je vier bis fünf Personen und stellt eure Collagen innerhalb der Kleingruppen vor.

Tipps zur Gestaltung

Wie sollen die Bilder auf deiner Collage angeordnet sein? Möchtest du verschiedene Bereiche für unterschiedliche Aspekte deines Lebens wählen? Oder gibt es eine Sache, die dir besonders wichtig ist, die ins Zentrum der Collage gehört?

Vielleicht möchtest du auch mit der Größe der Bilder spielen, um ihren Stellenwert zu verdeutlichen? Setze vor allem auf Bilder oder Symbole und nutze möglichst wenig Text.

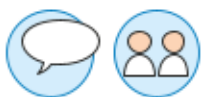
Das Wichtigste zum Schluss: Es geht nicht darum, eine möglichst „instagram-taugliche“ Collage zu erstellen. Es geht ausschließlich darum, was du dir für dein Leben wünschst. Ansonsten gilt: Lass deiner Kreativität freien Lauf!

So könnte deine Collage aussehen:



Klavierspielen: © Liudmila Chernetska/iStock/Getty Images Plus; Eiffelturm: © Lindrik/iStock/Getty Images Plus; Freunde: © LeoPatrizi/E+/Getty Images; Joggen: © EyeEm Mobile GmbH/iStock/Getty Images Plus; Tattoo: © Liudmila Chernetska/iStock/Getty Images Plus; Haus: © ebenart/iStock/Getty Images Plus; Bank: © skhoward/E+/Getty Images; Schrank: © jozeppe/iStock/Getty Images Plus; Eingang Haus: © Philartphace/iStock/Getty Images Plus; Pferd Longe: © simonkr/E+/Getty Images; Pferd im Stall: © Comstock Images/Stockbyte/Getty Images; Familie: © Jasper James/The Images Bank/Getty Images; Zwei Pferde: © gadagj/iStock/Getty Images Plus; Hochzeit: © Букмор Высоцкxü/iStock/Getty Images Plus

M 5



Werte – Mehr als nur Gedanken

Aufgaben

1. Überlegt im Plenum, welche Werte es gibt und notiert eure Ergebnisse.
2. Schaut euch die Bildcollage an. Spekuliert im Plenum, welche Werte hier jeweils dargestellt werden. Begründet eure Auswahl.
Tip: Es gibt oft mehrere passende Antworten!
3. Bildet Zweierteams, stellt und beantwortet euch gegenseitig folgende Fragen:
 - Wann hast du das letzte Mal eine Entscheidung aus Freundschaft getroffen?
 - Was bedeutet für dich Gerechtigkeit?
 - Wie erkennst du, dass jemand tolerant ist?
 - Welche Werte lebst du bei deinen Hobbys aus?



Bilder von links oben nach rechts unten: © AscentXmedia/E+/Getty Images; erzeugt mit Leonardo.Ai, © SrdjanPav/E+/Getty Images; © Rebecca Nelson/Photodisc/Getty Images; © PeopleImages/iStock/Getty Images Plus; © bojanstory/E+/Getty Images

Was sind Werte?

Werte sind tief verwurzelte Ideale, Überzeugungen und Einstellungen, die für uns sehr wichtig sind.

M 9



Station 3: „Nur noch fünf Minuten!“ – Die Sache mit dem inneren Schweinehund

Aufgaben

- Höre dir den Audiotext an. Vervollständige dann die folgenden Sätze:
 - Der innere Schweinehund ist _____
 - Er setzt sich oft durch, weil _____
 - Er verschwindet zwar nicht von selbst, aber man kann ihn überlisten – beispielsweise mit folgenden drei Tricks: _____
- Stell dir vor, du schreibst morgen einen Vokabeltest, für den du lernen solltest. Überlege, welche Ausreden oder Ablenkungs-Angebote sich der Schweinehund ausdenken könnte.
- Wähle ein Beispiel aus deinem Alltag, wenn sich dein innerer Schweinehund bemerkbar macht. Vervollständige dazu die Sätze im folgenden Textkasten.

Innerer-Schweinehund-Überwindungsplan
Ich sollte _____

Es ist wichtig, dass ich das erledige, weil _____

Mein innerer Schweinehund sagt dazu _____

Um den inneren Schweinehund zu überwinden, werde ich _____

Wenn ich es erledigt habe, wird sich das so anfühlen _____

Zur Belohnung werde ich _____

