

FaGe      Lehrjahr    1            Quartal    3  
Fach      BKP                    Situation    I1

---

Handlungskompetenzbereich    Wege zur Berufsperson

Handlungskompetenz            Eigenes lernen gestalten  
(Als Berufsperson und als Teil des Teams handeln)

Situationskreis                    Sich als Berufsperson verstehen

Lernziele                            Die Lernenden

erklären den Sinn der Lernleiter von Brain-Gym

nennen die Schritte der Lernleiter von Brain-Gym

reflektieren das eigene Lernverhalten

erkennen persönliche Stärken

beschreiben Lernstrategien, welche zum eigenen Lerntyp passen

nennen fördernde und hemmende Aspekte am Arbeitsplatz

beschreiben einen optimalen Arbeitsplatz

zählen Strategien auf, um die eigene Arbeits- und Freizeit zu strukturieren

nennen persönliche Antriebskräfte/ Ziele und Motivationssätze, um das Lernen zu verstärken

zählen kurzfristige Motivationstricks auf

beschreiben Strategien (Notizen, Wiederholung, Zusammenfassung) in der Prüfungsvorbereitung gemäss ihrem Lerntyp

zählen Strategien auf, um ein Blackout in der Prüfung zu vermeiden

beschreiben Strategien im Umgang mit Stress und Angst

beschreiben die Einflüsse von Schlaf, Fitness und Ernährung im

FaGe    Lehrjahr    1            Quartal    3  
Fach    BKP                    Situation    I1

---

<b>Handlungskompetenzbereich</b>	Wege zur Berufsperson  Zusammenhang mit der Leistungsfähigkeit  beschreiben das expressive Schreiben  beschreiben Möglichkeiten die Konzentrationsspanne zu erhöhen  zählen Strategien auf, um Konzentrationsstörungen zu vermeiden  reflektieren angewendete Lernstrategien  wenden eine gezielte Lesetechnik an einem Beispiel an und ziehen daraus Erkenntnisse.
<b>Hinweise zum Unterricht für Lehrpersonen</b>	Die Lernenden stellen den eigenen Lerntyp fest, reflektieren bisherige Lernstrategien und finden Optimierungsmöglichkeiten. Sie lernen die Bibliothek (BGS) kennen (Bibliothekseinführung). Ebenfalls stellen die Lernenden den eigenen Schlaftyp fest und reflektieren das bisherige Schlafverhalten.
<b>Querhinweise BGS</b>	Lehrpersonen aus anderen Fächern können auf folgende Kompetenzen der Lernenden anhand der Lernziele zurückgreifen Brain Gym Übungen vor den Prüfungen können die Lernenden untereinander anleiten Möglichkeiten für die Steigerung der Konzentration (Umgang mit Musik, Atmung, Fokussierung) Lesetechniken die sie selbst für sich ausgewählt haben Umgang mit Zeitdieben Bausteine in der Prüfungsvorbereitung (Lerntypgerecht, Unterstützung durch das Ess- und Trinkverhalten und das Schlafverhalten) Strategien während der Prüfung Motivationstricks
<b>Querverweis Modellehrgang</b>	A2 Kommunikation