

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>	<b>Wege zur Berufsperson</b> 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