
Lehrplan für das Fach Allgemeinbildung 2-jährige berufliche Grundbildung

Gültig ab 01.08.2026

Departement für Bildung, Kultur und Sport
Kreuzackerstrasse 1
Postfach
4502 Solothurn

Das Departement für Bildung, Kultur und Sport des Kantons Solothurn erlässt, gestützt auf §31 der Verordnung über die Berufsbildung (VBB 416.12) vom 11. November 2008 sowie auf die Verordnung des SBFI über die Mindestvorschriften für die Allgemeinbildung in der beruflichen Grundbildung (MIVO 412.101.241) vom 09. April 2025 und den Rahmenlehrplan für die Allgemeinbildung in der beruflichen Grundbildung vom 09. April 2026, mit Wirkung ab 01. August 2026, den nachfolgenden Kantonalen Lehrplan für die Allgemeinbildung in der beruflichen Grundbildung.

Impressum

Projektorganisation

Auftraggeber

Daniel Stähli, Vorsteher Amt für Berufsbildung, Mittel- und Hochschulen

Projektleitung

Georg Berger, Direktor BBZ Olten, strategische Projektleitung

Sandra Uhlmann, Lehrperson Allgemeinbildung, BBZ Olten, operative Projektleitung

Steuergruppe

Daniel Stähli, Vorsteher Amt für Berufsbildung, Mittel- und Hochschulen

Liliane Buchmeier, Abteilungsleiterin Amt für Berufsbildung, Mittel- und Hochschulen (bis 31.03.2026)

Christian Heger, Abteilungsleiter Berufs- und Mittelschulen, Amt für Berufsbildung, Mittel- und Hochschulen (ab 01.04.2026)

Bernhard Beutler, Direktor BBZ Solothurn-Grenchen

Georg Berger, Direktor BBZ Olten

Sandra Uhlmann, Lehrperson Allgemeinbildung, BBZ Olten

Lehrplanteam

Martin Allemann, Prorektor BBZ Solothurn-Grenchen, GIBS/Zeitzentrum Grenchen

Simon Ittig, Fachschaftsleiter Allgemeinbildung, BBZ Olten, GSBS

Fabian Kammer, Fachschaftsleiter Allgemeinbildung, BBZ Solothurn-Grenchen, GIBS

Monica Muster-Sprecher, Fachschaftsleiterin Allgemeinbildung, BBZ Olten, GIBS

Roland Nebel, Leiter Erwachsenenbildungszentrum, BBZ Olten

Sandra Uhlmann, Lehrperson Allgemeinbildung, BBZ Olten, GSBS

Fachliche Beratung

Prof. Dr. habil. Manfred Pfiffner, PH Zürich

Inhaltsverzeichnis

1	Vorbemerkungen	4
1.1	Allgemeines	4
1.1.1	Rechtliche Grundlagen und Geltungsbereich	4
1.1.2	Bildungsauftrag des Faches Allgemeinbildung	4
1.1.3	Grundsätze	5
1.1.4	Pädagogisch-didaktische Leitlinien	5
1.1.5	Lernbereich Sprache und Kommunikation	5
1.1.6	Lernbereich Gesellschaft	5
1.1.7	Berücksichtigung des Wandels	6
1.1.8	Struktur des Lehrplans	6
1.1.9	Lektionendotation und zeitliche Struktur	6
1.1.10	Kooperationen ABU – BKU – Sport	6
1.1.11	Rolle der authentischen Aufgaben	7
1.2	Qualifikationsverfahren für die 2-jährige berufliche Grundbildung	7
2	Übersichtsmatrix	8
3	Themenübersicht	9
4	Thema 1: Einstieg ins Berufsleben (EB2)	10
4.1	Leitidee	10
4.2	Lebenskontexte	10
4.3	Lerninhalte	11
5	Thema 2: Gesund sein (GS2)	13
5.1	Leitidee	13
5.2	Lebenskontexte	13
5.3	Lerninhalte	14
6	Thema 3: Lernen für die Zukunft (LK2)	17
6.1	Leitidee	17
6.2	Lebenskontexte	17
6.3	Lerninhalte	18
7	Thema 4: Leben und Begegnen (LB2)	21
7.1	Leitidee	21
7.2	Lebenskontexte	22
7.3	Lerninhalte	23
8	Anhang	27
	Glossar	
	Zentrale Begriffe und Kommunikationsformate	
	Authentische Aufgabe: Einstieg ins Berufsleben	
	Authentische Aufgabe: Gesund sein	
	Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen	
	Die Modi der Kommunikation	

1 Vorbemerkungen

1.1 Allgemeines

Die Allgemeinbildung ist Teil des ganzheitlichen Bildungsansatzes in der beruflichen Grundbildung. Sie ist Bestandteil aller beruflichen Grundbildungen. Sie schliesst an die obligatorische Schule an, orientiert sich an der Erlebniswelt der Lernenden und zielt auf die Weiterentwicklung von Kompetenzen ab. Ihr Erwerb soll die Lernenden dazu befähigen, den Zugang zur Arbeitswelt zu finden, darin zu bestehen und sich in die Gesellschaft zu integrieren. Weiter vermittelt die berufliche Grundbildung – und damit auch die Allgemeinbildung – Kenntnisse und Fähigkeiten, die zu einer nachhaltigen Entwicklung, zum lebenslangen Lernen sowie zum selbstständigen Urteilen und Entscheiden beitragen. In jeder der rund 250 beruflichen Grundbildungen werden nebst beruflichen Fertigkeiten und Allgemeinbildung auch Berufskenntnisse vermittelt.

1.1.1 Rechtliche Grundlagen und Geltungsbereich

Der kantonale Lehrplan für den allgemeinbildenden Unterricht stützt sich auf den Rahmenlehrplan für die Allgemeinbildung in der beruflichen Grundbildung vom 9. April 2025, die Verordnung des SBFI über Mindestvorschriften für die Allgemeinbildung in der beruflichen Grundbildung vom 9. April 2025 (SR 412.101.241) (kurz: nVMAB), die Verordnung über die Berufsbildung (Berufsbildungsverordnung, BBV) vom 19. November 2003 (SR 412.101) und das Bundesgesetz über die Berufsbildung (Berufsbildungsgesetz, BBG) vom 13. Dezember 2002 (SR 412.10). Ergänzend gilt das kantonale Reglement über das Qualifikationsverfahren im Fach Allgemeinbildung in der beruflichen Grundbildung (ABU-Prüfungsreglement) vom 17. Mai 2013 (BGS 416.144).

Der ABU-Lehrplan gilt ab 1. August 2026 einlaufend für alle beruflichen Grundbildungen an den Berufsfachschulen im Kanton Solothurn verbindlich. Für die beruflichen Grundbildungen Kauffrau/Kaufmann EFZ und Detailhandelsfachfrau/Detailhandelsfachmann EFZ gelten ergänzend die entsprechenden Verordnungen des SBFI über die berufliche Grundbildung (Art. 11, SR 412.101.221.73; Art. 8, SR 412.101.220.03). Der ABU-Lehrplan bildet zudem die Grundlage für die Gestaltung des Unterrichts und für die Bewertung der Leistungen der Lernenden in den Lernbereichen «Sprache und Kommunikation» und «Gesellschaft» gemäss Art. 3 Abs. 2 der nVMAB.

1.1.2 Bildungsauftrag des Faches Allgemeinbildung

Der allgemeinbildende Unterricht unterstützt die Lernenden auf ihrem Weg in die Erwachsenen- und Arbeitswelt. Er fördert ihre Fähigkeit, in persönlichen, privaten, beruflichen und gesellschaftlichen Situationen verantwortlich zu handeln, sachgerecht zu urteilen und aktiv an der demokratischen Gesellschaft teilzunehmen.

Der Lehrplan orientiert sich an der Kompetenzstruktur des Rahmenlehrplans vom 9. April 2025. Grundlage bilden die Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen (SK) sowie Kompetenzen aus dem Lernbereich «Sprache und Kommunikation» und Kompetenzen aus dem Lernbereich «Gesellschaft». Diese drei Bereiche strukturieren die Kompetenzentwicklung der Lernenden über die gesamte Ausbildungsdauer hinweg.

1.1.3 Grundsätze

Der Lehrplan legt fest, welche Kompetenzen und inhaltlichen Schwerpunkte die Lernenden erwerben sollen. Der ABU ist kompetenz-, themen- und handlungsorientiert. Der Lehrplan strukturiert den allgemeinbildenden Unterricht spiralcurricular und zeitlich, zeigt thematische Schwerpunkte und mögliche Schnittstellen zum berufskundlichen Unterricht (BKU) auf und schafft damit Orientierung für Schulen und Lehrpersonen. Die Auswahl der Unterrichtsmethoden, Sozialformen und konkreten Lernarrangements liegt in der Verantwortung der Lehrpersonen und Schulen.

1.1.4 Pädagogisch-didaktische Leitlinien

Der allgemeinbildende Unterricht folgt den Prinzipien der Kompetenz- und Handlungsorientierung. Die Kompetenzentwicklung erfolgt spiralcurricular: Inhalte, Fähigkeiten und Ansprüche bauen über die gesamte Ausbildungsdauer hinweg aufeinander auf und ermöglichen eine schrittweise Erweiterung des Wissens und Könnens der Lernenden.

Fachliche Inhalte werden so ausgewählt und eingesetzt, dass sie primär den systematischen Aufbau der zu einem Thema ausgewiesenen Kompetenzen unterstützen und in bedeutsamen Handlungssituationen der Lernenden verankert sind.

1.1.5 Lernbereich Sprache und Kommunikation

Im Lernbereich «Sprache und Kommunikation» erwerben die Lernenden sprachliche und kommunikative Fähigkeiten, die sie für ihre persönliche Entwicklung, für das Lernen sowie für das berufliche und gesellschaftliche Leben benötigen. Sprache und Kommunikation tragen dazu bei, dass sich Lernende in einer komplexen Wissens- und Mediengesellschaft zurechtfinden, mit anderen in Austausch treten und ihr eigenes Handeln reflektieren können. Der Lehrplan nimmt die im Rahmenlehrplan ausgewiesenen Kompetenzen dieses Lernbereichs auf und konkretisiert sie in den Themen über zugeordnete Kommunikationsmodi, Sprachhandlungen und Kommunikationsformate. Der Lernbereich «Sprache und Kommunikation» orientiert sich am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER).

Die in den Inhalten kursiv gesetzten Sprachhandlungen entsprechen den zugeordneten Kommunikationsmodi des jeweiligen Themas im Rahmenlehrplan. Ergänzend dazu werden im Anhang Kommunikationsformate ausgewiesen. Die einem Thema zugeordneten Formate sind verbindlich und werden im Unterricht aufgegriffen und entwickelt. Dabei werden die geltenden Sprachnormen integrativ innerhalb der jeweiligen Kommunikationsformate geübt und vertieft, sodass die Lernenden zunehmend sprachliche Sicherheit gewinnen. Indem die Lernenden verschiedene Formate in unterschiedlichen Situationen anwenden, lernen sie, ihre Aussagen adressatengerecht und situationsbezogen zu strukturieren und zu formulieren.

1.1.6 Lernbereich Gesellschaft

Der Lernbereich «Gesellschaft» unterstützt die Lernenden dabei, sich in privaten, beruflichen und öffentlichen Situationen zu orientieren und verantwortlich zu handeln. Der Lehrplan stützt sich auf die im Rahmenlehrplan beschriebenen Kompetenzen dieses Lernbereichs. Diese sind aus den acht Aspekten des Lernbereichs «Gesellschaft» abgeleitet, die unterschiedliche Blickwinkel auf

Alltagsherausforderungen eröffnen und im vorliegenden Lehrplan über Themen, Lebenskontexte und aspektbezogene Handlungsfelder aufgegriffen werden.

1.1.7 Berücksichtigung des Wandels

Der Lehrplan trägt dem gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und technologischen Wandel Rechnung, wie er im Rahmenlehrplan unter anderem durch die transversalen Themen Digitalisierung, nachhaltige Entwicklung und Chancengerechtigkeit beschrieben wird. Neben diesen transversalen Themen beeinflussen auch andere Entwicklungen unser Leben, die stets einer gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und politischen Dynamik unterliegen. Dazu gehören etwa die Globalisierung, der demografische Wandel oder die Migration. Die Auswahl und Ausgestaltung der Themen und Lebenskontexte orientiert sich an diesen Entwicklungen.

1.1.8 Struktur des Lehrplans

Der Lehrplan ist themenbasiert aufgebaut (Kapitel 3). Die Themen verweisen auf bedeutsame Bereiche der Lebenswelt junger Menschen und bilden den Rahmen für den Unterricht. Jede Einheit enthält eine Leitidee, welche die inhaltliche Ausrichtung und die Relevanz des Themas beschreibt. Jedes Thema ist in mehrere Lebenskontexte unterteilt. Diese beziehen sich auf typische Situationen im Alltag junger Erwachsener in der Schweiz, in denen kompetentes Handeln erwartet wird. Den Lebenskontexten sind passende Schlüsselkompetenzen, Kommunikationsmodi und aspektbezogene Handlungsfelder zugeordnet, die den jeweiligen pädagogischen Schwerpunkt sichtbar machen. Zu jedem Lebenskontext sind konkrete Fähigkeiten formuliert, die den Kompetenzerwerb leiten.

1.1.9 Lektionendotation und zeitliche Struktur

Die Lektionendotation richtet sich nach den bundesrechtlichen und kantonalen Vorgaben. Der Lehrplan weist pro Thema Zeitbudgets als Richtwerte aus. Diese umfassen die für die Bearbeitung der verbindlichen Inhalte benötigte Unterrichtszeit sowie einen Zuschlag von rund 20 %, der für individuelle Vertiefungen, schulische Schwerpunkte oder Wiederholungen zur Verfügung steht. In der Rubrik „Themenübersicht“ (Kapitel 3) sind diese Zeitbudgets pro Thema sowie die zeitliche Reihenfolge der Themen über die gesamte Lehrzeit dargestellt.

1.1.10 Kooperationen ABU – BKU – Sport

Die Allgemeinbildung versteht die berufliche Grundbildung als ganzheitliche Ausbildung. In schulisch koordinierten Gefässen wie fächerübergreifenden Projekten (Fokustagen) können ausgewählte Schlüsselkompetenzen gezielt gefördert werden. Die Berufsfachschulen legen entsprechende Konzepte auf berufsschulübergreifender Ebene fest und stellen sicher, dass sie für die beteiligten Bildungsgänge verbindlich sind. Weitere themenbezogene Kooperationsmöglichkeiten werden in den authentischen Aufgaben (s. Anhang) ausgewiesen.

1.1.11 Rolle der authentischen Aufgaben

Die authentischen Aufgaben sind im Anhang dokumentiert. Sie gehören nicht zur verbindlichen Lehrplanstruktur, sondern dienen als Beispiele zur Sichtbarmachung und Überprüfung von Kompetenzen in realitätsnahen Situationen. Jede Aufgabe ist den entsprechenden Schlüsselkompetenzen, Kommunikationsformaten und Handlungsfeldern zugeordnet. Der Aufgabenpool wird regelmässig aktualisiert und bei Bedarf ergänzt oder bereinigt.

1.2 Qualifikationsverfahren für die 2-jährige berufliche Grundbildung

Für den Qualifikationsbereich Allgemeinbildung des Qualifikationsverfahrens zählt die Erfahrungsnote Allgemeinbildung. Sie ergibt sich aus dem Mittel der Summe der Semesterzeugnisnoten für den allgemeinbildenden Unterricht.

Ein Glossar im Anhang erläutert zentrale Begriffe und Abkürzungen des Lehrplans.

2 Übersichtsmatrix

Themen	Gesetzte Förderfokusse in den Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen												Gesetzte Förderfokusse in den Kommunikationsmodi des Lernbereichs Sprache und Kommunikation									Gewählte Aspekte des Lernbereiches Gesellschaft							
unter Berücksichtigung der Aktualität und von Wandel	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Rezeption			Produktion			Interaktion und Kollaboration			P	Ö	W	E	R	K	I	T
													M	S	A-V	M	S	M-M	M	S	D								
													Normen, Konventionen, Sprachbewusstheit																
Einstieg ins Berufsleben (EB2)		x	x	x						x			x										x				x		
Gesund sein (GS2)		x						x	x					x			x			x		x			x				
Lernen für die Zukunft (LK2)	x				x						x	x					x		x		x			x				x	
Leben und Begegnen (LB2)						x	x	x						x	x		x									x	x	x	

8

3 Themenübersicht

Lehrjahr 1	Einstieg ins Berufsleben (EB2) 54 L	Gesund sein (GS2) 66 L
Lehrjahr 2	Lernen für die Zukunft (LK2) 66 L	Leben und Begegnen (LB2) 54 L

4 Thema 1: Einstieg ins Berufsleben (EB2)

4.1 Leitidee

Lebens- und Kontextbezug

Der Übergang von der obligatorischen Schulzeit in die Berufslehre ist für Lernende eine prägende Lebensphase. Sie betreten ein neues berufliches Umfeld, müssen sich in betrieblichen Strukturen zurechtfinden, Erwartungen von Vorgesetzten und Schule erfassen und ihren Platz im Team finden. Gleichzeitig erleben sie neue soziale Situationen, Leistungsdruck und Unsicherheiten und merken, dass bekannte Strategien aus der Schule nur teilweise greifen.

Die Arbeitswelt ist von Digitalisierung, Vielfalt und stetigem Wandel geprägt. Anforderungen an Selbstorganisation, Kommunikationsfähigkeit und Belastbarkeit steigen, während viele Jugendliche von Stress und Orientierungslosigkeit beim Berufseinstieg berichten. In dieser Situation benötigen sie Kompetenzen, die ihnen Orientierung geben und sie befähigen, ihre Ausbildung selbstbewusst, reflektiert und verantwortungsvoll zu gestalten.

Kompetenzerwerb der Lernenden

Im Zentrum stehen Lebenskontexte, die Lernende dabei unterstützen, ihre berufliche Rolle zu verstehen, Rechte und Pflichten zu kennen und im Arbeitsumfeld selbstständig zu handeln. Sie lernen, ihre Entwicklung zu reflektieren, Ziele zu setzen, Feedback zu nutzen und in herausfordernden Situationen handlungsfähig zu bleiben. Gleichzeitig erkennen sie die Bedeutung von Teamarbeit, Respekt und digitalen Kompetenzen im modernen Berufsleben.

Die Lernenden reflektieren ihre Entwicklung, formulieren Ziele und nutzen Feedback, um ihr Handeln anzupassen. Sie erkennen die Bedeutung von Teamarbeit, Respekt und verlässlicher Kommunikation und üben, ihre Rolle im Team konstruktiv auszugestalten. Digitale Kompetenzen helfen ihnen, Arbeitsprozesse, Informationen und Kommunikation im modernen Berufsalltag sicher zu bewältigen.

Perspektiven und Dimensionen im dynamischen Umfeld

Das Thema verbindet die individuelle Perspektive (Umgang mit Stress, Selbstbild als lernende Fachperson, persönliche Ziele) mit der sozialen Perspektive (Zusammenarbeit im Team, Rollenbilder, Erwartungen von Vorgesetzten, Berufsbildner/innen und Mitlernenden) und der gesellschaftlichen Perspektive (Veränderungen der Arbeitswelt, Digitalisierung, neue Anforderungen an Qualifikation und Flexibilität).

4.2 Lebenskontexte

EB2 - 1 Sich im Lehrbetrieb und in der Schule orientieren

EB2 - 2 Die eigene Rolle im Team entwickeln und Feedback nutzen

EB2 - 3 Die eigene Lehrzeit und die Finanzen verantwortungsvoll organisieren

4.3 Lerninhalte

Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen:

- Sich selbst Ziele setzen, die Zielsetzung überprüfen und sich adaptiv verhalten
- Antizipative, unternehmerische und innovative Wege der Problemlösung erkennen, entwickeln und umsetzen
- In unterschiedlichen Teams zielgerichtet und effizient arbeiten
- Sich in einem sich ständig verändernden Umfeld zurechtfinden und sich an dieses anpassen

Sprache und Kommunikation:

- Informalen und formalen Gesprächen aus verschiedenen Kontexten folgen (RLP 4.2.1.1 Mündlich)
- faktenorientiert kommunizieren (beschreiben, erklären, berichten, erzählen, zusammenfassen, ...) (RLP 4.2.2.1 Mündlich)

Gesellschaft:

- In ihrer Suche nach einem erfüllten Leben, nach Anerkennung und Zugehörigkeit zu einer sozialen Gruppe erkunden und entwickeln die Lernenden ihre Persönlichkeit. Dabei reflektieren sie mögliche Prägungen durch ihren eigenen Hintergrund. (RLP 5.2.2 Identität und Sozialisation)
- Die Lernenden treffen als Konsumentinnen und Konsumenten mit ihren knappen Ressourcen eine Wahl, welche Bedürfnisse sie befriedigen wollen und können. Sie nutzen geeignete Instrumente, um mit den eigenen Mitteln selbstverantwortlich und ökonomisch nachhaltig umzugehen. (RLP 5.2.8 Wirtschaft)
- Die Lernenden untersuchen das Zusammenwirken unterschiedlicher Akteure im wirtschaftlichen Geschehen, schätzen die eigene wirtschaftliche Lage ein und können ihre Interessen in verschiedenen Rollen (Arbeitnehmende, Mieterinnen und Mieter, Steuerpflichtige u.a.) artikulieren. (RLP 5.2.8 Wirtschaft)

Einbezug von Aktualität und Wandel:

- Digitalisierung verändert Berufsbilder und Bewerbungsprozesse.
- Globalisierung erfordert interkulturelle Zusammenarbeit sowie Flexibilität und lebenslanges Lernen.
- Nachhaltigkeit prägt Arbeits- und Lebensweisen.
- Technologische Innovationen bringen Chancen, aber auch Unsicherheiten.
- Lernende erkennen Herausforderungen frühzeitig und entwickeln eigenständig kreative Lösungswege, um aktiv auf Veränderungen zu reagieren und ihre Zukunft mitzugestalten.

Lebenskontexte mit Inhalten

EB2 - 1 Lernende orientieren sich in Lehrbetrieb und Schule, verstehen Abläufe, Strukturen und Zuständigkeiten und nutzen dieses Wissen, um ihre Aufgaben gezielt wahrzunehmen.

Dazu benötigen sie die Fähigkeit:

- in ihrem neuen Umfeld, Informationen über Abläufe, Strukturen und Zuständigkeiten gezielt zu sammeln und festzuhalten.
- weitere Ansprechpersonen zu erkennen und diese bei Bedarf selbständig zu kontaktieren, indem sie an *formellen und informellen Gesprächen aktiv teilnehmen, sich angemessen ausdrücken und nachfragen*, wenn etwas unklar ist.
- das Bewusstsein zu entwickeln, dass klare Zuständigkeiten und Strukturen wichtig für das eigene Handeln sind, sowie ihr Verhalten respektvoll, kooperativ und situationsangepasst danach auszurichten.
- die Fähigkeit, erworbenes Wissen gezielt für die Planung und Bearbeitung der eigenen Aufgaben einzusetzen.

EB2 - 2 Lernende gestalten ihre Rolle im Team konstruktiv, nehmen Feedback auf und setzen es zur persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung ein.

Dazu benötigen sie die Fähigkeit:

- aktiv zuzuhören und Feedback offen sowie respektvoll anzunehmen, indem sie *Rückfragen stellen und verbale sowie nonverbale Signale beachten*.
- Rückmeldungen zu reflektieren und Verbesserungsmöglichkeiten daraus abzuleiten, um persönliche Schlussfolgerungen daraus zu ziehen.
- das Bewusstsein zu entwickeln, dass konstruktive Zusammenarbeit und gegenseitige Unterstützung für den Teamerfolg entscheidend sind, sowie ihr eigenes Verhalten entsprechend auszurichten und zu reflektieren.
- die Fähigkeit, eigene Stärken und Schwächen im Teamkontext zu erkennen und das eigene Verhalten entsprechend anzupassen.

EB2 - 3 Lernende planen ihre Lehrzeit, Freizeit und ihr Budget so, dass sie Ausbildung, Alltag und finanzielle Verpflichtungen im Überblick behalten.

Dazu benötigen sie die Fähigkeit:

- einen realistischen Zeitplan für Schule, Betrieb und Freizeit zu erstellen und einzuhalten sowie bei Bedarf Prioritäten zu setzen.
- ein Budget zu erstellen, Lohnabzüge, Ausgaben und Einnahmen zu erfassen und zu überwachen.
- das Bewusstsein zu entwickeln, dass eine gute Balance zwischen Arbeit und Freizeit entscheidend für das persönliche Wohlbefinden ist, ohne dabei ihre Verpflichtungen zu vernachlässigen.

5 Thema 2: Gesund sein (GS2)

5.1 Leitidee

Lebens- und Kontextbezug

Gesund leben ist für Lernende in der Berufslehre eine zentrale Grundlage, um Ausbildung und Alltag erfolgreich zu bewältigen. Viele Jugendliche haben Mühe, ihre Freizeit sinnvoll zu gestalten, eine Balance zwischen Schule, Arbeit und Erholung zu finden und mit Belastungen umzugehen. Sie erleben Stress, Müdigkeit und Überforderung und spüren, dass sie Strategien brauchen, um gesund zu bleiben.

Die Relevanz zeigt sich in aktuellen Entwicklungen. Psychische Belastungen und Stress nehmen zu, Bewegungsmangel und ungesunde Ernährung sind verbreitet und digitale Angebote beanspruchen viel Zeit. Auch die Unfallzahlen verdeutlichen, wie wichtig Vorsorge und Sicherheit sind, während Nachhaltigkeit in der Freizeitgestaltung an Bedeutung gewinnt. In diesem Spannungsfeld benötigen Lernende Kompetenzen, die sie befähigen, Verantwortung für ihr eigenes Wohlbefinden und ihre Sicherheit zu übernehmen.

Kompetenzerwerb der Lernenden

Im Zentrum stehen Lebenskontexte, in denen die Lernenden ihre Freizeit bewusst gestalten, persönliche Sicherheit einschätzen und Vorsorge treffen. Sie lernen, ihre Zeit zwischen Ausbildung, Alltag und Erholung zu planen, Prioritäten zu setzen und erholsame sowie gesundheitsfördernde Aktivitäten in ihren Alltag zu integrieren. Sie reflektieren ihr Freizeit- und Medienverhalten, erkennen Belastungsfaktoren und entwickeln Strategien, um Stress zu reduzieren und Überforderung vorzubeugen.

Die Lernenden erwerben grundlegende Kenntnisse zu Unfall- und Gesundheitsvorsorge, zu Versicherungen bei Krankheit und Unfall sowie zu rechtlichen Rahmenbedingungen. Sie lernen, digitale Angebote bewusst und massvoll zu nutzen und ökologische Aspekte in ihrer Freizeitgestaltung mitzudenken. So stärken sie ihre Fähigkeit, gesundheitsrelevante Entscheidungen informiert und verantwortungsvoll zu treffen.

Perspektiven und Dimensionen im dynamischen Umfeld

Das Thema verbindet die individuelle Perspektive (körperliches und psychisches Wohlbefinden, Umgang mit Belastungen, Selbstfürsorge) mit der sozialen Perspektive (gemeinsame Freizeitgestaltung, Gruppendruck, Verantwortung gegenüber anderen) und der gesellschaftlichen Perspektive (Unfall- und Gesundheitsstatistiken, Bedeutung von Prävention, Nachhaltigkeit im Freizeitbereich). Die digitale Dimension (Nutzung von Medien, Apps, Games, Social Media) und ökologische Dimensionen werden ebenfalls einbezogen.

5.2 Lebenskontexte

GS2 - 1 Gesunde Freizeit und Balance gestalten

GS2 - 2 Risiken erkennen und vorsorgen

GS2 - 3 Absicherung bei Krankheit/Unfall anwenden

5.3 Lerninhalte

Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen:

- Sich selbst Ziele setzen, die Zielsetzung überprüfen und sich adaptiv verhalten
- Ihre Lebensphasen planen und mit Unwägbarkeiten umgehen
- Vernetzt und systemisch denken, um sozial, ökologisch und ökonomisch nachhaltig zu handeln

Sprache und Kommunikation:

- Analoge und digitale lineare Texte verstehen (RLP 4.2.1.3 Schriftlich und bildlich)
- Eine fakten- oder meinungsorientierte multimedia-Präsentation erstellen (RLP 4.2.2.3 Multimedial)
- An formalen und informalen Austauschen mittels Informations- und Kommunikationstechnologien aktiv teilnehmen (an Videokonferenzen teilnehmen, chatten, ...) (RLP 4.2.3.3 Digital)

Gesellschaft:

- Die Lernenden analysieren individuelle, gesellschaftliche und berufliche Verhaltensmuster im Umgang mit Ressourcen und Energie an konkreten Beispielen wie Konsum, Mobilität und Ernährung. Sie entwickeln nachhaltige Handlungsmöglichkeiten. (RLP 5.2.4 Ökologie)
- Die Lernenden verstehen die Funktionsweise und die Mechanismen der Institutionen sowie die juristischen Instrumente der Gesellschaft. Sie erkennen deren Einfluss auf die Gesellschaft. (RLP 5.2.6 Recht)

Einbezug von Aktualität und Wandel:

Immer mehr Jugendliche leiden unter Stress, Müdigkeit und psychischen Belastungen. Bewegungsmangel und ungesunde Ernährung nehmen zu.

Digitale Freizeitangebote wie Gaming oder Social Media beanspruchen viel Zeit und beeinflussen das Wohlbefinden.

Unfallzahlen in Freizeit und Ausbildung zeigen, dass Sicherheit und Vorsorge wichtig sind.

Versicherungen und rechtliche Regelungen helfen, Risiken abzusichern und Unterstützung zu erhalten.

Nachhaltigkeit spielt auch in der Freizeitgestaltung eine wachsende Rolle, z. B. bei Reisen, Konsum oder digitalen Angeboten.

Lebenskontexte mit Inhalten

GS2 - 1 Lernende gestalten ihre Freizeit so, dass sie im Einklang mit Ausbildung und Alltag steht. Sie wählen Aktivitäten, die ihnen Freude machen und zugleich ressourcenschonend sind, und sorgen mit Erholung, Bewegung und sozialen Begegnungen für ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden.

Dazu benötigen sie die Fähigkeit:

- ihre Freizeit strukturiert zu planen und Prioritäten zwischen Ausbildung, Alltag und Erholung zu setzen, indem sie unter anderem *analoge und digitale lineare Texte wie Kalender, Planungsapps oder Wochenpläne gezielt lesen und auswerten*.
- ein Bewusstsein dafür zu entwickeln, dass digitale Freizeitangebote sowohl Chancen als auch Risiken bergen, sowie diese reflektiert, massvoll und im Gleichgewicht mit Ausbildung und Alltag zu nutzen.
- Freizeitaktivitäten *multimedial zu präsentieren*, die Freude bereiten und zugleich zur körperlichen und psychischen Gesundheit beitragen.
- Erfahrungen zu reflektieren und daraus Schlüsse für die künftige Gestaltung ihrer Freizeit zu ziehen und Entscheidungen zu begründen.

GS2 - 2 Lernende analysieren im Alltag, Betrieb und in der Freizeit typische Gesundheits- und Sicherheitsrisiken und setzen geeignete Präventions-, Notfall- und Selbstschutzmassnahmen um.

Dazu benötigen sie die Fähigkeit:

- Risiken systematisch zu erkennen, zu beurteilen und entsprechende Entscheidungen zu treffen.
- geeignete Präventions- und Schutzmassnahmen auszuwählen und entsprechend umzusetzen.
- in Notfallsituationen angemessen zu reagieren und entsprechende Vorgaben einzuhalten.

GS2 - 3 Lernende erklären zentrale Leistungen und Pflichten der sozialen Sicherheit und handeln in aussergewöhnlichen Situationen korrekt.

Dazu benötigen sie die Fähigkeiten:

- grundlegende Leistungen und Pflichten der sozialen Sicherheit (z. B. KVG/UVG) zu verstehen und zu erläutern.
- in aussergewöhnlichen Situationen (z. B. Arztbesuch, Unfallmeldung) korrekt zu reagieren und nach Treu und Glauben zu handeln.
- Informationen (z. B. Unfallbericht, Arbeitsunfähigkeitszeugnis) korrekt anzugeben, indem sie an *formalen Interaktionen mittels Kommunikationstechnologien aktiv teilnehmen*.

- die Fähigkeit, formale Vorgaben und Fristen einzuhalten und mit relevanten Stellen zuverlässig und adressatengerecht zu kommunizieren.

6 Thema 3: Lernen für die Zukunft (LK2)

6.1 Leitidee

Lebens- und Kontextbezug

Im ABU bereiten sich die Lernenden auf ihre persönliche und berufliche Zukunft vor. Sie stehen an der Schwelle zum Erwachsenenleben, treffen erste eigenständige Entscheidungen zu Ausbildung, Arbeit, Finanzen, Verträgen, Wohnen und Weiterbildungen und müssen sich in einem komplexer werdenden Alltag zurechtfinden. Bewerbungen, digitale Rekrutierungsprozesse, befristete Anstellungen und neue Arbeitsformen prägen ihren Einstieg ins Berufsleben. Gleichzeitig erleben sie Unsicherheiten im Hinblick auf berufliche Perspektiven, finanzielle Verpflichtungen und gesellschaftliche Entwicklungen. Der Unterricht knüpft an diese Lebenssituation an, indem er Themen wie Bewerbungen, Lohn, Steuern, Sozialversicherungen, Verträge und Kommunikation aufgreift und mit Fragen von Werten, Diversität, Nachhaltigkeit und Work-Life-Balance verbindet. So wird deutlich, dass die im ABU erworbenen Kompetenzen direkt mit Entscheidungen verknüpft sind, die die Lernenden im Alltag, in der Ausbildung und in ihrer weiteren Laufbahn treffen.

Kompetenzerwerb der Lernenden

Die Lernenden stärken ihre Selbstreflexion, Eigenverantwortung und Persönlichkeitsbildung. Sie erkennen eigene Stärken, formulieren Ziele und gewinnen Orientierung für den weiteren Bildungs- und Berufsweg. Sie erstellen adressatengerechte Bewerbungsunterlagen, üben Bewerbungsgespräche und nutzen digitale Bewerbungs- und Informationsangebote sicher.

Im Bereich Finanzen und Recht erwerben sie Kenntnisse zu Lohnabrechnungen, Rechten und Pflichten im Arbeitsverhältnis, Steuern und Sozialwerken und lernen, diese Informationen auf ihre eigene Situation anzuwenden. Dadurch gewinnen sie Handlungssicherheit und können Entscheidungen begründet treffen. Sprachförderung ist in lebensnahe Themen integriert. Die Lernenden formulieren Anfragen, Bewerbungen, Argumentationen und Rückmeldungen schriftlich und mündlich, reflektieren ihr Kommunikationsverhalten und passen es an unterschiedliche Situationen an.

Perspektiven und Dimensionen im dynamischen Umfeld

Das Thema verbindet die individuelle Perspektive (Selbstbild, Zukunftsvorstellungen, Werte, Umgang mit Unsicherheit) mit der sozialen Perspektive (Zusammenarbeit im Team, Kommunikation mit Vorgesetzten, Kundschaft und Behörden, Umgang mit Diversität) und der gesellschaftlichen Perspektive (Arbeitsmarktentwicklung, Sozialstaat, demografischer Wandel, globale Unsicherheiten, Nachhaltigkeitsfragen). Die digitale Dimension zeigt sich in Online-Bewerbungen, digitalen Plattformen, automatisierten Prozessen und neuen Kommunikationsformen.

6.2 Lebenskontexte

ZK2 - 1 Arbeitswelt im Wandel analysieren

ZK2 - 2 Eigene Laufbahn zielgerichtet gestalten

ZK2 - 3 Kenntnisse über Rahmenbedingungen des Erwerbslebens anwenden

6.3 Lerninhalte

Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen:

- Zwischen relevanten und irrelevanten Quellen und Inhalten unterscheiden
- Die eigenen Werthaltungen und Überzeugungen erkennen, verstehen, kritisch reflektieren und weiterentwickeln
- Mit Mehrdeutigkeiten umgehen
- An gesellschaftlichen Prozessen partizipieren und Handlungsspielräume nutzen

Sprache und Kommunikation:

- Eine fakten- oder meinungsorientierte multimedia-Präsentation erstellen (RLP 4.2.2.3 Multimedial)
- Formal und informal korrespondieren (RLP 4.2.3.2 Schriftlich)

Gesellschaft:

- Die Lernenden lassen sich durch Herausforderungen im persönlichen, gesellschaftlichen und beruflichen Umfeld, in denen die Integrität und Würde von Menschen und die Erhaltung der natürlichen Umwelt gefährdet sind, zu eigenem Entscheiden und Handeln herausfordern. Sie übernehmen Verantwortung für sich selbst, für ihre Mitmenschen und einen nachhaltigen Umgang mit natürlichen Ressourcen und Energie. (RLP 5.2.1 Ethik)
- Die Lernenden werden sich ihrer Meinungen und Werte zu politischen Themen bewusst. Sie entwickeln ihr politisches Verhalten im Kontakt mit den Meinungen und Werten anderer. Sie sind in der Lage, diese in den politischen Kontext einzuordnen. Sie entwickeln ihre Einstellungen weiter, um sich einen eigenen ethischen Bezugsrahmen zu schaffen. Bei der Einschätzung von politischen Fragen sind die Lernenden in der Lage, eigene und fremde Interessen wahrzunehmen und auf dieser Grundlage ihre Position argumentativ zu begründen. (RLP 5.2.5 Politik)

Einbezug von Aktualität und Wandel:

Digitalisierung:
Online-Bewerbungen, KI-gestützte Tools, Homeoffice

Arbeitswelt im Umbruch:
von hierarchischen zu agilen Strukturen, Lernende erleben dies direkt in Betrieben

Lebenslanges Lernen und Flexibilität:
Weiterbildung als Normalität.

Demografischer Wandel und Sozialwerke:
Bedeutung der Renten- und Finanzierungsfragen verstehen

Wertewandel:
Nachhaltigkeit, Diversität, Work-Life-Balance. Lernende entwickeln eigene Positionen.

Politische und gesellschaftliche Teilhabe: von Steuerpflicht bis Mitbestimmung

- Die Lernenden analysieren den Einfluss von aktuellen Technologien im persönlichen, gesellschaftlichen und beruflichen Umfeld und beurteilen deren Auswirkungen auf der individuellen Ebene sowie unter dem Blickwinkel einer nachhaltigen Entwicklung. Sie erkennen sowohl die Chancen und die sinnvolle und arbeitserleichternde Nutzung als auch die damit verbundenen Risiken und Abhängigkeiten. Sie wählen situativ den zweckmässigen und verantwortungsbewussten Einsatz technischer Mittel und technologischer Produkte aus persönlicher und beruflicher Sicht und berücksichtigen dabei Schutz- und Sicherheitsaspekte. (RLP 5.2.7 Technologische und digitale Transformation)
- Die Lernenden nutzen Informations- und Kommunikationstechnologien situativ zweckmässig, effizient und verantwortungsbewusst. Sie setzen sich mit Daten und Informationen, mit Systemen und Vernetzung, mit Informatikanwendungen und Medien sowie Informations- und Kommunikationstechnologien und deren Auswirkungen auf Individuum und Gesellschaft auseinander. Dabei analysieren die Lernenden auch Chancen und Risiken von künstlicher Intelligenz und nutzen die entsprechenden Mittel und Anwendungsmöglichkeiten sinnvoll und unter Berücksichtigung der Chancen wie Wissensidentifikation oder Effizienz sowie deren Risiken wie Falschinformation (Fake News). (RLP 5.2.7 Technologische und digitale Transformation)

Lebenskontexte mit Inhalten

ZK2 - 1 Die Lernenden erkennen Veränderungen der Arbeitswelt und in der Gesellschaft und leiten daraus begründete Anpassungen für die Qualifizierung und Laufbahnplanung ab.

Dazu benötigen sie die Fähigkeit:

- Branchen- und Arbeitsmarkttrends wie Digitalisierung, Automatisierung, Demografie, Nachhaltigkeit etc. zu verstehen, möglich Konsequenzen zu erkennen und die Erkenntnisse mit dem eigenen Betrieb zu vergleichen. *Die gewonnenen Erkenntnisse bereiten sie in einer aussagekräftigen multimedialen Präsentation auf und stellen sie vor.*
- passende Aus- und Weiterbildungsoptionen vom Übergang EBA zum EFZ bis zu kursbasierten Weiterbildungen zu sichten, Nutzen und Zugänge realistisch zu bewerten sowie die Auswahl für eine Laufbahnplanung zu begründen.

ZK2 – 2 Die Lernenden planen ihre Zukunft nach der Lehre. Sie überlegen, was ihnen wichtig ist und welche Wege sie wählen können.

Dazu benötigen sie die Fähigkeit:

- ein prägnantes Kompetenz- und Interessenprofil zu erstellen (Stärken und Tätigkeiten), Berufsziele zu priorisieren und die Ergebnisse in Gesprächen zu reflektieren und eigene Entscheidungen zu fällen.
- Stelleninserate auf verschiedenen Medien zu finden und zu analysieren, Muss- und Kann-Kriterien herauszufiltern und die Ergebnisse übersichtlich darzustellen.
- ein adressatengerechtes Bewerbungsdossier unter Berücksichtigung formaler Vorgaben erstellen zu können und gängige Bewerbungsverfahren sicher zu nutzen.
- Bewerbungsgespräche zielgerichtet zu planen und wirksam zu führen, sowie *eine wertschätzende Nachfassmail zu formulieren.*

ZK2 – 3 Die Lernenden wenden Kenntnisse über Rechte und Pflichten im Arbeitsverhältnis korrekt an, kennen die für sie relevanten Sozialversicherungen und können eine einfache Steuererklärung ausfüllen.

Dazu benötigen sie die Fähigkeit:

- wichtige Informationen zu ihren Rechten und Pflichten aus Arbeitsvertrag, Betriebsreglement und Gesetzen zu finden und Anlaufstellen zu kennen, um in bestimmten Situationen darauf zurückgreifen zu können.
- die Beiträge und Leistungen von Sozialversicherungen im eigenen Fall zu benennen und einzuordnen.
- eine einfache Steuererklärung digital vorzubereiten und korrekt ausfüllen zu können, zulässige Abzüge zu nutzen und Fristen einzuhalten.

7 Thema 4: Leben und Begegnen (LB2)

7.1 Leitidee

Lebens- und Kontextbezug

Der Einstieg ins Erwachsenen- und Berufsleben bedeutet für Jugendliche, neue Verantwortung zu übernehmen und ihren Alltag zunehmend selbstständig zu gestalten. Wohnen, Finanzen, Kommunikation, Freizeit und gesellschaftliche Orientierung prägen dabei zentrale Lebensbereiche, die eng miteinander verflochten sind. Viele Lernende stehen vor der Aufgabe, mit begrenzten finanziellen Mitteln auszukommen, Wohnsituationen zu planen, verantwortungsvoll zu konsumieren und ihr Zusammenleben zu organisieren. Gleichzeitig müssen sie grundlegende Strukturen, Rechte und Pflichten kennen, um ihren Alltag sicher zu bewältigen und eigenverantwortlich handeln zu können. Für die Lernenden ist dieses Thema unmittelbar bedeutsam. Sie erleben steigende Kosten, Unsicherheiten bei Wohn- und Finanzfragen, Konflikte im Zusammenleben und digitale Herausforderungen in der Kommunikation. Viele merken, dass sie Strategien brauchen, um mit Ressourcen verantwortungsvoll umzugehen, Informationen kritisch zu nutzen und Konflikte konstruktiv zu lösen. Ein bewusster Umgang mit Wohnen, Budget, Konsum und Kommunikation unterstützt sie dabei, ihren Alltag und ihre Ausbildung verlässlich zu gestalten.

Kompetenzerwerb der Lernenden

Im Zentrum stehen Lebenskontexte, in denen die Lernenden ihren Alltag strukturiert und eigenverantwortlich gestalten. Sie lernen, Wohnsituationen zu planen, Rechte und Pflichten im Mietverhältnis wahrzunehmen und sich bei Bedarf gezielt zu informieren oder Unterstützung zu holen. Sie erstellen und überwachen Budgets, vergleichen Angebote und treffen fundierte Konsumententscheidungen, indem sie Kosten, Nutzen, Qualität und langfristige Folgen abwägen.

Die Lernenden setzen sich mit analogen und digitalen Kommunikationsformen auseinander und nutzen sie situationsgerecht, um Informationen einzuholen, Erwartungen zu klären und Konflikte zu bearbeiten. Sie reflektieren ihr eigenes Kommunikationsverhalten, entwickeln Strategien zur konstruktiven Konfliktlösung und übernehmen Verantwortung für ein respektvolles Zusammenleben in Familie, Wohngemeinschaft, Partnerschaft oder Kollegenkreis. Gleichzeitig erkennen sie, wie gesellschaftliche Entwicklungen wie steigende Lebenshaltungskosten, digitaler Wandel oder ökologische Herausforderungen ihre Entscheidungen beeinflussen und passen ihr Handeln entsprechend an.

Perspektiven und Dimensionen im dynamischen Umfeld

Das Thema verbindet die individuelle Perspektive (eigene Lebensgestaltung, Prioritäten, Werte, Umgang mit Geld und Zeit) mit der sozialen Perspektive (Zusammenleben in Haushalt und Wohngemeinschaft, Beziehungen, Konfliktkultur, Kommunikationsverhalten) und der gesellschaftlichen Perspektive (Wohnungsmarkt, Konsumstrukturen, digitale Kommunikationskulturen, ökologische und soziale Entwicklungen). Die digitale Dimension (Online-Kommunikation, Informationsbeschaffung, Konsum- und Dienstleistungsplattformen) ist dabei ebenso relevant wie ökologische Aspekte verantwortungsvollen Konsums.

7.2 Lebenskontexte

LB2 - 1 Beziehungen souverän gestalten

LB2 - 2 Wohnen planen und Verantwortung tragen

LB2 - 3 Konsum und Finanzen im Griff haben

7.3 Lerninhalte

Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen:

- Ihre eigenen Standpunkte begründen und andere davon überzeugen
- Unterschiedliche Standpunkte nachvollziehen und das gegenseitige Verständnis fördern
- Ihre Lebensphasen planen und mit Unwägbarkeiten umgehen

Sprache und Kommunikation:

- Analoge und digitale lineare Texte verstehen (RLP 4.2.1.3 Schriftlich und bildlich)
- Faktenorientiert kommunizieren (beschreiben, erklären, zusammenfassen, protokollieren, zitieren, ...) (RLP 4.2.2.2 Schriftlich und bildlich)
- Audiovisuelle Materialien verstehen (RLP 4.2.1.2 Audiovisuell)

Gesellschaft:

- In ihrer Suche nach einem erfüllten Leben, nach Anerkennung und Zugehörigkeit zu einer sozialen Gruppe erkunden und entwickeln die Lernenden ihre Persönlichkeit. Dabei reflektieren sie mögliche Prägungen durch ihren eigenen Hintergrund. (RLP 5.2.2 Identität und Sozialisation)
- Sie achten auf ihre psychische und physische Gesundheit, erkennen Gewaltformen und Diskriminierung, können angemessen darauf reagieren und sich Hilfe holen. Sie beachten die legitimen Bedürfnisse anderer und respektieren diese. (RLP 5.2.2 Identität und Sozialisation)
- Die Lernenden anerkennen andere kulturelle Realitäten in einem Umfeld, in dem jeder und jede das Recht auf Andersartigkeit und die Wahrung der Grundrechte berücksichtigen muss. Sie lassen deren Existenz gelten und bewerten sie mit Offenheit und Toleranz ihrem eigenen Lebensstil entsprechend. (RLP 5.2.2 Identität und Sozialisation)

Einbezug von Aktualität und Wandel:

Wohnen verändert sich stark: Wohnungen sind knapp und teuer, neue Wohnformen verlangen Anpassung und klare Regeln. Die Lebenshaltungskosten steigen, und Jugendliche müssen früh lernen, mit wenig Geld auszukommen. Bewegungsmangel und digitale Medien prägen den Alltag und erfordern Strategien, um Gesundheit und Ausgleich zu sichern. Auch politisch gibt es grosse Veränderungen: Digitalisierung verändert die politische Kommunikation, globale Themen wie Klima, Migration oder soziale Gerechtigkeit prägen Debatten. Junge Menschen sind stärker gefordert, ihre Stimme einzubringen und Verantwortung zu übernehmen. Wer bewusst wohnt, mit Geld umgeht, Bewegung in den Alltag einbaut und politische Strukturen versteht, ist besser auf die Zukunft vorbereitet.

*Schlüsselkompetenzen
für lebenslanges Lernen:*

Sprache und Kommunikation:

Gesellschaft:

*Einbezug von
Aktualität und Wandel:*

- Die Lernenden nehmen in der Beschäftigung mit Kultur grundlegende Themen des Lebens wahr und setzen sich mit diesen auseinander. (RLP 5.2.3 Kultur)
- Die Lernenden analysieren den Einfluss von aktuellen Technologien im persönlichen, gesellschaftlichen und beruflichen Umfeld und beurteilen deren Auswirkungen auf der individuellen Ebene sowie unter dem Blickwinkel einer nachhaltigen Entwicklung. Sie erkennen sowohl die Chancen und die sinnvolle und arbeitserleichternde Nutzung als auch die damit verbundenen Risiken und Abhängigkeiten. Sie wählen situativ den zweckmässigen und verantwortungsbewussten Einsatz technischer Mittel und technologischer Produkte aus persönlicher und beruflicher Sicht und berücksichtigen dabei Schutz- und Sicherheitsaspekte. (RLP 5.2.7 Technologische und digitale Transformation)

Lebenskontexte mit Inhalten

LB2 - 1 Lernende wählen und gestalten die Form einer angemessenen analogen und digitalen Kommunikation, klären Erwartungen und Grenzen und lösen Konflikte adressatengerecht, um tragfähige Beziehungen zu fördern.

Dazu benötigen Sie die Fähigkeit:

- zwischen analogen und digitalen Kommunikationsformen zu unterscheiden und eine situationsgerechte Form auszuwählen, indem sie *analoge und digitale Text- und Bildformen gezielt lesen, verstehen und auswerten*.
- das Bewusstsein zu entwickeln, dass Erwartungen und Grenzen (z. B. Datenschutz, persönliche Daten) im Austausch geklärt werden müssen, sowie diese klar und respektvoll zu kommunizieren.
- Konflikte zu analysieren, konstruktive Lösungen zu entwickeln und situationsbezogen zu kommunizieren.
- durch ein angemessenes Kommunikationsverhalten Vertrauen aufzubauen und tragfähige Beziehungen zu gestalten und pflegen.

LB2 - 2 Lernende planen eine (künftige) Wohnsituation von der Bewerbung bis zum Einzug, regeln Rechte und Pflichten im Mietverhältnis und strukturieren das Zusammenleben im Haushalt.

Dazu benötigen Sie die Fähigkeit:

- eine Wohnsituation realistisch zu planen und organisatorische Schritte (Bewerbung, Besichtigung, Einzug, Kündigung, Mängelliste) zuverlässig umzusetzen, indem sie *schriftlich kommunizieren können*.
- Rechte und Pflichten im Mietverhältnis korrekt und verbindlich wahrzunehmen.
- das Zusammenleben zu strukturieren und gemeinsame Regeln zu formulieren, indem sie *schriftliche Vereinbarungen, Aufgabenpläne oder Kommunikationsregeln formulieren und erstellen*.
- Vorgaben und Abmachungen (Hausordnung) einzuhalten und eine respektvolle Wohnkultur mitzugestalten.

LB2 - 3 Lernende treffen begründete Kaufentscheidungen, verstehen Verträge und nutzen passende Informationsquellen, um im Konsumalltag selbstständig und verantwortungsbewusst zu handeln.

Dazu benötigen Sie die Fähigkeit:

- Informationen zu Angeboten, unter Berücksichtigung des Einflusses der Werbung, kritisch zu vergleichen und begründete Kaufentscheidungen zu treffen.

- Verträge mit den enthaltenen Rechten und Pflichten zu verstehen und entsprechend zu handeln.
- ihr Budget auf zukünftige Situationen anzupassen.
- Strategien zur Schuldenprävention anzuwenden sowie künftige finanzielle Herausforderungen mitzudenken und für den Bedarfsfall passende Anlaufstellen zu kennen.

8 Anhang

- Glossar
- Zentrale Begriffe und Kommunikationsformate
- Sammlung: authentische Aufgaben
- Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen gemäss ABU-RLP
- Kommunikationsmodi gemäss ABU-RLP

Glossar

Aspektbezogene Handlungsfelder	Handlungsfelder zu den acht Aspekten im Lernbereich Gesellschaft: Ethik (E), Identität und Sozialisation (I), Kultur (K), Ökologie (Ö), Politik (P), Recht (R), Technologie (T), Wirtschaft (W). Sie beschreiben, welche Art von kompetentem Handeln unter diesem Blickwinkel entwickelt wird (als Orientierung für die Ableitung von Kompetenzen im Schullehrplan). Sie werden einzeln analog dem RLP im Anhang aufgeführt.
Authentische Aufgaben	Sind realitätsnahe Aufgaben, die typische Probleme, Situationen oder Anforderungen aus der Praxis widerspiegeln. Sie sollen dazu befähigen, Gelerntes sinnvoll anzuwenden und auf echte Lebens- oder Arbeitskontexte zu übertragen.
Handlungsorientierung	Beschreibt einen Lernansatz, bei dem Lernen durch aktives Tun erfolgt. Lernende bearbeiten praxisnahe, ganzheitliche Aufgaben, planen, führen aus, kontrollieren und reflektieren ihr Handeln. Weg des Lernens (Methode)
Kommunikationsformate	Strukturierte Formen der Kommunikation, die festlegen, wie, wo und mit welchem Zweck Informationen ausgetauscht werden (z. B. Gespräch, Meeting, Präsentation, Feedbackgespräch).
Kommunikationsmodi	Verschiedenen Formen bzw. Kanäle, über die Kommunikation stattfindet, z. B. verbal, nonverbal, paraverbal, schriftlich oder digital. Sie beschreiben, wie Informationen übermittelt werden.
Kompetenzorientierung	Lernen ist darauf ausgerichtet, Fähigkeiten, Kenntnisse, Einstellungen und Fertigkeiten zu entwickeln, die Menschen befähigen, komplexe Anforderungen in realen Situationen selbstständig zu bewältigen. Ziel des Lernens (Ergebnis)
Lebenskontexte	Sind die verschiedenen Bereiche oder Situationen im Leben eines Menschen, in denen er handelt, lernt oder Entscheidungen trifft, z. B. Lehre, Familie, Schule, Freizeit oder Gesellschaft.
Leitidee	Besteht darin, die Allgemeinbildung zukunfts- und kompetenzorientiert auszurichten. Sie soll befähigen, persönliche, berufliche und gesellschaftliche Herausforderungen zu bewältigen, indem sie Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen, Sprache und Kommunikation sowie gesellschaftliche Orientierung systematisch fördert und dabei an die Lebenswelt der Lernenden anknüpft.

Schlüsselkompetenzen	Sind überfachliche Fähigkeiten, die befähigen, berufliche und gesellschaftliche Anforderungen flexibel und selbstständig zu bewältigen. Sie gehen über reines Fachwissen hinaus.
Spiralcurricular	Bezeichnet ein Lehrplankonzept, wobei Themen wiederholt aufgegriffen werden, mit zunehmender Tiefe und Komplexität, sodass Lernende ihr Wissen schrittweise vertiefen und festigen.
Sprachhandlungen	Konkrete sprachliche Handlungen, die beim Kommunizieren ausgeführt werden (z. B. beschreiben, erklären, berichten, zusammenfassen, argumentieren, kommentieren, Stellung nehmen, moderieren, interviewen).
Zentrale Begriffe	Sind Schlüsselbegriffe, die in einem Themenbereich zwingend erarbeitet werden müssen und das Verständnis der Inhalte strukturieren. Sie dienen dazu, fachliche Zusammenhänge, Kompetenzen und Handlungsmöglichkeiten zu erkennen und anzuwenden.

Zentrale Begriffe und Kommunikationsformate

Lebenskontexte	zentrale Begriffe	Beispiele	Kommunikationsformate
Einstieg ins Berufsleben - 2			
EB2 - 1 Lernende orientieren sich in Lehrbetrieb und Schule, verstehen Abläufe, Strukturen und Zuständigkeiten und nutzen dieses Wissen, um ihre Aufgaben gezielt wahrzunehmen.	Rechtsgrundlagen Lehrvertrag Vertragsrecht	Rechtsordnung, Hierarchie der Rechtsnormen, Handlungsfähigkeit	Gesprächsführung Feedback Beschreibung
EB2 - 3 Lernende planen ihre Lehrzeit, Freizeit und ihr Budget so, dass sie Ausbildung, Alltag und finanzielle Verpflichtungen im Überblick behalten.	Arbeitsmanagement Arbeitstechnik Risikoverhalten Finanzplanung	Organisationstechnik, Freizeit, Budget, Lohn, Verschuldung, bargeldloser Zahlungsverkehr, Bank- oder Postkonto	Regeln und Zuständigkeiten Erfahrungsbericht Zusammenfassung Reflexionsgespräch E-Mail
Gesund sein - 2			
GS2 - 1 Lernende gestalten ihre Freizeit so, dass sie im Einklang mit Ausbildung und Alltag steht. Sie wählen Aktivitäten, die ihnen Freude machen und zugleich ressourcenschonend sind, und sorgen mit Erholung, Bewegung und sozialen Begegnungen für ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden.	Gesundheitsfaktoren Wohlbefinden	Risikoverhalten, Genussmittel, Suchtmittel, Freizeitaktivitäten	Informationen Sachverhalte Präsentation Formell und informell digital kommunizieren Beschreibung Meinungsausserung
GS2 - 2 Lernende analysieren im Alltag, Betrieb und in der Freizeit typische Gesundheits- und Sicherheitsrisiken und setzen geeignete Präventions-, Notfall- und Selbstschutzmassnahmen um.	Gewohnheiten Risikomanagement		
GS2 - 3 Lernende erklären zentrale Leistungen und Pflichten der sozialen Sicherheit und handeln in aussergewöhnlichen Situationen korrekt.	Solidaritätsprinzip Krankenversicherung, Berufs- und Nicht-Berufsunfallversicherung	Grundversicherung, Zusatzversicherung, Prämie, Franchise, Selbstbehalt, Haftung, Unfallmeldung	

Zentrale Begriffe und Kommunikationsformate

Lebenskontexte

Leben und Begegnen - 2

	zentrale Begriffe	Beispiele	Kommunikationsformate
LB2 - 1 Lernende wählen und gestalten die Form einer angemessenen analogen und digitalen Kommunikation, klären Erwartungen und Grenzen und lösen Konflikte adressatengerecht, um tragfähige Beziehungen zu fördern.	Kommunikationsformen Toleranz	Kommunikationsmodell, Konfliktlösestrategie	Diagramme Sachverhalte Entscheidungen Präsentation Zusammenfassung Konfliktgespräch
LB2 - 2 Lernende planen eine (künftige) Wohnsituation von der Bewerbung bis zum Einzug, regeln Rechte und Pflichten im Mietverhältnis und strukturieren das Zusammenleben im Haushalt.	Lebensformen Wohnformen Vertragsrecht	Konkubinats, Ehe, Scheidung, Kindesverhältnis Mietvertrag, Kündigung, Mieterschutz, Hausrat, Haftpflicht	
LB2 - 3 Lernende treffen begründete Kaufentscheidungen, verstehen Verträge und nutzen passende Informationsquellen, um im Konsumalltag selbstständig und verantwortungsbewusst zu handeln.	Kaufverträge Konsumethik	Vertrag, Rechnung, Quittung, Barkauf, Internetkauf, Konsumkredit, Leasing, mangelhafte Ware, Konsumentenschutz	

Lernen für die Zukunft - 2

ZK2 - 1 Die Lernenden erkennen Veränderungen der Arbeitswelt und in der Gesellschaft und leiten daraus begründete Anpassungen für die Qualifizierung und Laufbahnplanung ab.	Laufbahnplanung Arbeitsmarkt	Lebenslanges Lernen, Arbeitsmarkttrends	Präsentation Bewerbungsdossier Korrespondenz Gespräche Digitale Formulare
ZK2 - 2 Die Lernenden planen ihre Zukunft nach der Lehre. Sie überlegen, was ihnen wichtig ist und welche Wege sie wählen können.	Bewerbung	Bewerbungsdossier, Lebenslauf, Vorstellungsgespräch, Auftritt	
ZK2 - 3 Die Lernenden wenden Kenntnisse über Rechte und Pflichten im Arbeitsverhältnis korrekt an, kennen die für sie relevanten Sozialversicherungen und können eine einfache Steuererklärung ausfüllen.	Einzelarbeitsvertrag, Gesamtarbeitsvertrag Sozialversicherungen	AHV/IV/EO/ALV/BVG, Steuererklärung	

Authentische Aufgabe:

Gut starten in die Lehre – Ein praxisnaher Leitfaden für neue Lernende

Lehrplanbezug

Thema	Einstieg ins Berufsleben, EBA
Lebenskontexte:	EB2 – 1, EB – 2, EB2 – 3
Schlüsselkompetenzen:	2, 3, 4, 10
Kommunikationsformate:	Feedback Regeln und Zuständigkeiten Reflexionsgespräche E-Mail
Aspektbezogene Handlungsfelder:	Wirtschaft Identität
Zentrale gesellschaftliche Begriffe:	Rechtsgrundlagen Lehrvertrag Vertragsrecht Arbeitstechnik Eigene Finanzen
Mögliche Schnitt- und Nahtstellen Berufskunde:	Betriebsorganisation und Zuständigkeiten kennen Kommunikation mit Vorgesetzten / Ansprechpersonen Arbeitsaufträge verstehen und Informationen einholen

Situation

Sie sind seit einigen Monaten in der Lehre und haben erste Erfahrungen im Betrieb und in der Berufsfachschule gesammelt. Eine neue lernende Person beginnt bald im Betrieb. Ihre Berufsbildnerin bittet Sie, einen kompakten Leitfaden zu erstellen, der dieser Person hilft, sicher und gut vorbereitet in die Lehre zu starten.

Der Leitfaden konzentriert sich auf vier zentrale Bereiche: Rechte und Pflichten im Lehrvertrag, die eigene Rolle im Team, bewusstes Zeitmanagement sowie einen verantwortungsvollen Umgang mit dem eigenen Lohn.

Auftrag

Erstellen Sie einen strukturierten Leitfaden (3 - 4 A4-Seiten) für neue Lernende.

Teil 1: Rechte, Pflichten und Zuständigkeiten

- › Beschreiben Sie die wichtigsten Inhalte des Lehrvertrags (Rechte und Pflichten).
- › Erklären Sie, wer im Betrieb wofür zuständig ist.
- › Formulieren Sie konkrete Handlungstipps für den Umgang mit Unklarheiten oder Problemen.

Teil 2: Rolle im Team und Umgang mit Feedback

- › Beschreiben Sie Erwartungen an Lernende, welche durch das Team gestellt werden.
- › Erklären Sie, wie man konstruktiv Feedback annimmt und nutzt.
- › Beschreiben Sie kurz eine eigene Lernerfahrung aus Ihrer Anfangszeit und reflektieren Sie, was für Sie positiv verlaufen ist und was schwierig war.

Teil 3: Zeitmanagement und Arbeitsorganisation

- › Erstellen Sie einen realistischen Wochenplan (Betrieb, Schule, Lernen, Freizeit).
- › Erklären Sie, wie Prioritäten gesetzt werden können (z. B. wichtige vs. dringende Aufgaben).
- › Beschreiben Sie Strategien gegen Stress und Zeitdruck.
- › Begründen Sie, warum eine gute Balance zwischen Arbeit und Erholung wichtig ist.

Teil 4: Eigene Finanzen verantwortungsvoll planen

- › Erstellen Sie ein realistisches Beispielbudget für einen Lernenden.
- › Erklären Sie typische Lohnabzüge.
- › Beschreiben Sie Risiken (z. B. Verschuldung, Impulskäufe) und wie man diese vermeiden kann.

Abschluss

Verfassen Sie zusätzlich eine kurze professionelle E-Mail an die neue lernende Person, in der Sie den Leitfaden vorstellen und die vier wichtigsten Tipps zusammenfassen.

Didaktische und organisatorische Hinweise

Arbeitsform:

- › Einzelarbeit mit strukturierter Peer-Feedback-Phase
- › Austausch im Lehrpersonengespräch, um Feedback einzuholen
- › Präsentationsphase im Plenum

Zeitbedarf: 8 - 10 Lektionen à 45 Minuten

- › 2 Lektionen «Einstieg und Situationsklärung»
- › 2 Lektionen «Erarbeitung und Strukturierung»
- › 3 Lektionen «Schreiben des Leitfadens»
- › 1 Lektion «E-Mail und Überarbeitung»
- › 1 - 2 Lektionen «Präsentation und Reflexion»

Verknüpfungen:

- › Wirtschaft: Lohnabrechnung, Sozialversicherungen, Budgetplanung
- › Kommunikation: Feedbackregeln, professionelle E-Mail, Gesprächsführung
- › Persönlichkeitsbildung: Rollenverständnis, Verantwortung, Selbstorganisation

Die Aufgabe ist handlungsorientiert und fördert konkrete Handlungskompetenz im realen Lebenskontext. Ausgangspunkt ist die Leitfrage: «Was braucht eine neue lernende Person in den ersten drei Monaten?» Sie sichert den roten Faden und fokussiert auf praxisnahe Orientierung statt Theorie.

Klare Strukturvorgaben, Beispiele (Wochenplan, Budget, E-Mail) und präzise Operatoren unterstützen die Lernenden auf EBA-Niveau. Eigene Erfahrungen stärken Rollenbewusstsein und Identitätsentwicklung. Verschiedene Kommunikationsformate sowie angeleitetes Peer-Feedback fördern adressatengerechte Kommunikation und konstruktive Zusammenarbeit. Die abschliessende Reflexion des eigenen Zeitmanagements macht Selbstorganisation konkret erfahrbar.

Bewertung¹

Gesellschaft				
Kriterium/ Punkte	3	2	1	0
Nützlichkeit des Inhalts Der Leitfaden hilft der Zielgruppe wirklich weiter. Die Tipps passen zur Situation und sind sinnvoll.	Der Leitfaden bietet echten Mehrwert. Die Tipps zu Teamrolle, Zeitplan und Budget sind direkt im Berufsalltag anwendbar.	Der Inhalt ist hilfreich. Die meisten Tipps sind relevant, bleiben aber teilweise etwas oberflächlich oder allgemein.	Der Nutzen ist begrenzt. Die Tipps sind nur schwer in die Praxis umzusetzen oder wenig konkret für die Zielgruppe.	Der Inhalt ist für eine neue lernende Person kaum nutzbar; konkrete Orientierungshilfen fehlen.
Vollständigkeit des Inhalts Alle wichtigen Themen sind enthalten. Es fehlt nichts Zentrales.	Alle 4 Teile (Rechte/Pflichten, Team/Feedback, Zeitmanagement, Finanzen) sowie die E-Mail sind vollständig enthalten.	Die wichtigsten Themenpunkte sind vorhanden. Ein kleinerer Unterpunkt (z. B. Stresstrategien oder Lohnabzüge) fehlt oder ist sehr kurz.	Mehrere geforderte Aspekte (z. B. der Wochenplan oder das Budget) fehlen oder sind nur angedeutet.	Wesentliche Teile des Auftrags fehlen; eine Orientierung im Thema ist nicht möglich.
Korrektheit der Informationen Die Aussagen sind fachlich richtig und zuverlässig. Es gibt keine falschen Aussagen.	Fachliche Angaben (z. B. Lohnabzüge, Rechte im Lehrvertrag) sind korrekt. Es gibt keine irreführenden Fehler.	Die Informationen sind im Wesentlichen korrekt. Kleine Ungenauigkeiten beeinträchtigen das Gesamtverständnis nicht.	Es gibt fachliche Fehler (z. B. falsche Zuordnung von Rechten/Pflichten), welche die Zuverlässigkeit mindern.	Mehrere wesentliche fachliche Fehler oder falsche Behauptungen machen den Leitfaden unbrauchbar.
Genauigkeit der Informationen Die Inhalte sind konkret und nachvollziehbar dargestellt.	Die Infos sind sehr konkret (z. B. echter Wochenplan mit Zeiten, konkretes Budget mit Zahlen), sodass man sie sofort nutzen kann.	Die Informationen sind meist genau genug; bei einzelnen Punkten (z. B. konkrete Handlungstipps) fehlen Details.	Viele Aussagen bleiben vage oder allgemein (z. B. «man muss pünktlich sein» ohne konkrete Strategie).	Zu ungenau; eine Umsetzung der Tipps durch die neue Person ist aufgrund fehlender Details nicht möglich.
Begründung und Einordnung der Aussagen Es wird erklärt, wann etwas gilt, warum es wichtig ist und welche Folgen es haben kann.	Aussagen werden begründet (z. B. Warum ist die Balance wichtig?). Vor- und Nachteile von Strategien werden aufgezeigt.	Aussagen werden teilweise begründet. Die Einordnung in den Kontext (z. B. eigene Erfahrung) ist vorhanden, aber kurz.	Aussagen stehen meist ohne Begründung da. Der Bezug zur eigenen Erfahrung/Reflexion ist schwach.	Keine Begründung oder Einordnung erkennbar; die Inhalte wirken wie eine blosser Aufzählung von Fakten.
Total Punkte				
Note:				

¹ adaptiert von «Nationales Handbuch zur Erarbeitung von Schullehrplänen für den Allgemeinbildenden Unterricht», EHB, 2024, S. 84.

Sprache und Kommunikation				
Kriterium/ Punkte	3	2	1	0
Planung nachvollziehbar gemacht Man sieht klar, wie der Leitfaden geplant und aufgebaut wurde.	Der Leitfaden und die Planungsschritte (z. B. Skizze, Gliederung) sind klar ersichtlich und nachvollziehbar dokumentiert.	Das Vorgehen ist grundsätzlich nachvollziehbar; einzelne Planungsschritte bleiben jedoch etwas unklar.	Die Planung ist nur lückenhaft dokumentiert; der Entstehungsprozess ist schwer nachzuvollziehen.	Keine Planung oder Strukturierung erkennbar; das Produkt wirkt ohne Konzept erstellt.
Adressaten- und situationsgerechte Kommunikation Die Sprache passt zur Zielgruppe und zur Situation.	Die Sprache ist perfekt auf eine neue lernende Person zugeschnitten: motivierend, verständlich und wertschätzend.	Die Kommunikation ist angemessen; die neue lernende Person wird direkt angesprochen, der Ton ist passend.	Der Adressaten-bezug geht teilweise verloren; der Ton ist zu förmlich oder zu distanziert für einen Peer-Leitfaden.	Die Zielgruppe wird verfehlt; die Ansprache ist unklar oder für eine neue lernende Person ungeeignet.
Ausdruck und Stil passend zum Kommunikations-format Das verlangte Format (Leitfaden, E-Mail) wird richtig umgesetzt.	Der Leitfaden ist klar strukturiert. Die E-Mail ist professionell (Anrede, Zusammenfassung, Grussformel) und erfüllt den Zweck.	Die Formate sind erkennbar. Kleinere Abweichungen (z. B. E-Mail-Struktur) beeinträchtigen die Wirkung kaum.	Die Formate werden nur teilweise eingehalten; die E-Mail wirkt eher wie ein loser Text oder der Leitfaden ist unübersichtlich.	Die Formate entsprechen nicht den Vorgaben; der Leitfaden oder die E-Mail fehlen oder sind völlig unpassend.
Kohärenz und Verständlichkeit Der Text ist logisch aufgebaut und gut verständlich.	Der Leitfaden ist logisch aufgebaut. Die Informationen bauen sinnvoll aufeinander auf; Übergänge sind flüssig.	Der Gedankengang ist meist nachvollziehbar; vereinzelt fehlen Verknüpfungen zwischen den vier Teilen.	Der rote Faden ist lückenhaft; die Abschnitte stehen eher beziehungslos nebeneinander.	Kein Zusammenhang erkennbar; der Beitrag wirkt wie eine ungeordnete Sammlung von Notizen.
Sprachnormen Rechtschreibung und Grammatik sind korrekt.	Der Text ist sprachlich korrekt (Rechtschreibung, Grammatik). Fehler sind sehr selten und stören den Lesefluss nicht.	Insgesamt normgerecht; es gibt einige Fehler, die das Verständnis aber nicht beeinträchtigen.	Viele Fehler oder wiederkehrende Verstöße gegen die Sprachnormen erschweren das Lesen stellenweise.	Sehr viele Fehler; die Professionalität leidet stark oder das Verständnis ist beeinträchtigt.
Total Punkte				
Note:				

Authentische Aufgabe:

«Fit durch die Lehre» – Eine Social-Media-Kampagne für Lernende

Lehrplanbezug

Thema	Gesund Leben EBA
Lebenskontexte:	GS2-1 / GS2-2 / GS2-3
Schlüsselkompetenzen:	2, 8, 9
Kommunikationsformate:	› Digitale Recherche › Multimedia Präsentation › Argumentation
Aspektbezogene Handlungsfelder:	› Recht › Ökologie
Zentrale gesellschaftliche Begriffe:	› Prävention › Selbstverantwortung › Stress › Work-Life-Balance › Risiko › Unfallversicherung › Krankenversicherung › Nachhaltigkeit › Mediennutzung › Solidarität
Mögliche Schnitt- und Nahtstellen Berufskunde:	› Gesunde Freizeit und Balance gestalten › Bewusster Umgang mit digitalen Medien › Gesundheits- und Sicherheitsrisiken im Alltag und Beruf erkennen › Prävention und Schutzmassnahmen kennen und anwenden › Richtiges Verhalten in Notfallsituationen › Respektvolle Kommunikation im Team › Richtig reagieren bei Krankheit oder Unfall (Arzt, Meldung im Betrieb) › Formulare und Informationen korrekt weitergeben

Situation

Sie befinden sich im zweiten Semester des ersten Lehrjahres (EBA) und haben bereits Erfahrungen mit Belastungen im Lehralltag gesammelt. Viele Lernende berichten über Stress, Müdigkeit, hohen Medienkonsum oder Unsicherheiten bei Krankheit oder Unfall.

Die Schulleitung möchte deshalb eine Social-Media-Kampagne von Lernenden für Lernende entwickeln lassen, um das Bewusstsein für gesunde Freizeitgestaltung, Stressbewältigung und Vorsorge zu stärken.

Sie übernehmen die Rolle eines Projektteams und entwickeln eine Kampagne, die realistische und umsetzbare Strategien aufzeigt, wie Lernende gesund, sicher und nachhaltig durch die Lehre kommen.

Auftrag

Entwickeln Sie in Gruppen eine strukturierte Social-Media-Kampagne.

Teil 1: Analyse der Ausgangslage

- › Recherchieren Sie aktuelle Informationen zu Stress, Freizeitverhalten, Mediennutzung und Unfallzahlen.
- › Prüfen Sie Ihre Quellen kritisch (Autor, Aktualität, Absicht, Seriosität).
- › Beschreiben Sie typische Belastungen im Lehralltag.
- › Erklären Sie die gesellschaftliche Relevanz von Prävention.

Teil 2: Risiken erkennen und Vorsorge erklären

- › Beschreiben Sie typische Risiken im Lehralltag.
- › Erklären Sie verständlich, was bei Krankheit oder Unfall geschieht (Versicherungsleistungen).
- › Zeigen Sie persönliche, finanzielle und gesellschaftliche Folgen fehlender Vorsorge auf.

Teil 3: Ziele und nachhaltige Strategien entwickeln

- › Formulieren Sie drei konkrete und überprüfbare Gesundheitsziele.
- › Entwickeln Sie Strategien zur Stressbewältigung und besseren Freizeitplanung.
- › Erstellen Sie eine einfache Wochenübersicht.
- › Zeigen Sie Zusammenhänge zwischen Gesundheit, Kosten und Nachhaltigkeit auf.

Teil 4: Entwicklung der Social-Media-Kampagne

- › Erstellen Sie mindestens drei Social-Media-Beiträge (Post, Story oder Video).
- › Integrieren Sie einen Informationsbeitrag zur Unfall- oder Krankenversicherung.
- › Präsentieren Sie Ihre Kampagne in einer simulierten Videokonferenz.
- › Nehmen Sie aktiv an digitalen Austauschformaten teil (Chat, Diskussion).

Organisatorische Angaben

Arbeitsform:

- › Gruppenarbeit mit strukturierter Feedback-Phase
- › Präsentation im Plenum

Zeitbedarf: 10 - 12 Lektionen à 45 Minuten

- › 2 Lektionen «Einstieg und Analyse»
- › 2 Lektionen «Recherche und Quellenprüfung»
- › 3 Lektionen «Konzeptentwicklung»
- › 2 Lektionen «Produktion der Beiträge»
- › 1 Lektion «Präsentationsvorbereitung»
- › 1 - 2 Lektionen «Präsentation und Reflexion»

Verknüpfungen:

- › Wirtschaft: Unfall- und Krankenversicherung
- › Kommunikation: Präsentation, digitale Kommunikation
- › Persönlichkeitsbildung: Selbstorganisation, Zielsetzung
- › Nachhaltigkeit: soziale und ökologische Verantwortung

Didaktische und pädagogische Hinweise

- › Die Aufgabe ist handlungsorientiert und knüpft an die reale Lebenswelt der Lernenden an. Leitfrage: «Wie bleiben Lernende gesund und sicher während der Lehre?»
- › Die Lernenden verbinden persönliche Erfahrungen mit gesellschaftlichen Zusammenhängen (Gesundheit – Kosten – Versicherung – Nachhaltigkeit). Klare Strukturvorgaben unterstützen das Arbeiten auf EBA-Niveau. Die Präsentation in digitaler Form stärkt adressatengerechte Kommunikation und Medienkompetenz.

Bewertung¹

Gesellschaft				
Kriterium/ Punkte	3	2	1	0
Nützlichkeit des Inhalts Der Leitfaden hilft der Zielgruppe wirklich weiter. Die Tipps passen zur Situation und sind sinnvoll.	Der Leitfaden bietet einen echten Mehrwert. Die Tipps zu Teamrolle, Zeitplan und Budget sind direkt im Berufsalltag anwendbar.	Der Inhalt ist hilfreich. Die meisten Tipps sind relevant, bleiben aber teilweise etwas oberflächlich oder allgemein.	Der Nutzen ist begrenzt. Die Tipps sind nur schwer in die Praxis umzusetzen oder wenig konkret für die Zielgruppe.	Der Inhalt ist für eine neue lernende Person kaum nutzbar; konkrete Orientierungshilfen fehlen.
Vollständigkeit des Inhalts Alle wichtigen Themen sind enthalten. Es fehlt nichts Zentrales.	Alle 4 Teile (Rechte/Pflichten, Team/Feedback, Zeitmanagement, Finanzen) sowie die E-Mail sind vollständig enthalten.	Die wichtigsten Themenpunkte sind vorhanden. Ein kleinerer Unterpunkt (z. B. Stresstrategien oder Lohnabzüge) fehlt oder ist sehr kurz.	Mehrere geforderte Aspekte (z. B. der Wochenplan oder das Budget) fehlen oder sind nur angedeutet.	Wesentliche Teile des Auftrags fehlen; eine Orientierung im Thema ist nicht möglich.
Korrektheit der Informationen Die Aussagen sind fachlich richtig und zuverlässig. Es gibt keine falschen Aussagen.	Fachliche Angaben (z. B. Lohnabzüge, Rechte im Lehrvertrag) sind korrekt. Es gibt keine irreführenden Fehler.	Die Informationen sind im Wesentlichen korrekt. Kleine Ungenauigkeiten beeinträchtigen das Gesamtverständnis nicht.	Es gibt fachliche Fehler (z. B. falsche Zuordnung von Rechten/Pflichten), welche die Zuverlässigkeit mindern.	Mehrere wesentliche fachliche Fehler oder falsche Behauptungen machen den Leitfaden unbrauchbar.
Genauigkeit der Informationen Die Inhalte sind konkret und nachvollziehbar dargestellt.	Die Infos sind sehr konkret (z. B. echter Wochenplan mit Zeiten, konkretes Budget mit Zahlen), sodass man sie sofort nutzen kann.	Die Informationen sind meist genau genug; bei einzelnen Punkten (z. B. konkrete Handlungstipps) fehlen Details.	Viele Aussagen bleiben vage oder allgemein (z. B. «man muss pünktlich sein» ohne konkrete Strategie).	Zu ungenau; eine Umsetzung der Tipps durch die neue Person ist aufgrund fehlender Details nicht möglich.
Begründung und Einordnung der Aussagen Es wird erklärt, wann etwas gilt, warum es wichtig ist und welche Folgen es haben kann.	Aussagen werden begründet (z. B. Warum ist die Balance wichtig?). Vor- und Nachteile von Strategien werden aufgezeigt.	Aussagen werden teilweise begründet. Die Einordnung in den Kontext (z. B. eigene Erfahrung) ist vorhanden, aber kurz.	Aussagen stehen meist ohne Begründung da. Der Bezug zur eigenen Erfahrung/Reflexion ist schwach.	Keine Begründung oder Einordnung erkennbar; die Inhalte wirken wie eine blosser Aufzählung von Fakten.
Total Punkte				
Note:				

¹ adaptiert von «Nationales Handbuch zur Erarbeitung von Schullehrplänen für den Allgemeinbildenden Unterricht», EHB, 2024, S. 84.

Sprache und Kommunikation				
Kriterium/ Punkte	3	2	1	0
Planung nachvollziehbar gemacht Man sieht klar, wie der Leitfaden geplant und aufgebaut wurde.	Der Leitfaden und die Planungsschritte (z. B. Skizze, Gliederung) sind klar ersichtlich und nachvollziehbar dokumentiert.	Das Vorgehen ist grundsätzlich nachvollziehbar; einzelne Planungsschritte bleiben jedoch etwas unklar.	Die Planung ist nur lückenhaft dokumentiert; der Entstehungsprozess ist schwer nachzuvollziehen.	Keine Planung oder Strukturierung erkennbar; das Produkt wirkt ohne Konzept erstellt.
Adressaten- und situationsgerechte Kommunikation Die Sprache passt zur Zielgruppe und zur Situation.	Die Sprache ist perfekt auf eine neue lernende Person zugeschnitten: motivierend, verständlich und wertschätzend.	Die Kommunikation ist angemessen; die neue lernende Person wird direkt angesprochen, der Ton ist passend.	Der Adressaten-bezug geht teilweise verloren; der Ton ist zu förmlich oder zu distanziert für einen Peer-Leitfaden.	Die Zielgruppe wird verfehlt; die Ansprache ist unklar oder für eine neue lernende Person ungeeignet.
Ausdruck und Stil passend zum Kommunikations-format Das verlangte Format (Leitfaden, E-Mail) wird richtig umgesetzt.	Der Leitfaden ist klar strukturiert. Die E-Mail ist professionell (Anrede, Zusammenfassung, Grussformel) und erfüllt den Zweck.	Die Formate sind erkennbar. Kleinere Abweichungen (z. B. E-Mail-Struktur) beeinträchtigen die Wirkung kaum.	Die Formate werden nur teilweise eingehalten; die E-Mail wirkt eher wie ein loser Text oder der Leitfaden ist unübersichtlich.	Die Formate entsprechen nicht den Vorgaben; der Leitfaden oder die E-Mail fehlen oder sind völlig unpassend.
Kohärenz und Verständlichkeit Der Text ist logisch aufgebaut und gut verständlich.	Der Leitfaden ist logisch aufgebaut. Die Informationen bauen sinnvoll aufeinander auf; Übergänge sind fließend.	Der Gedankengang ist meist nachvollziehbar; vereinzelt fehlen Verknüpfungen zwischen den vier Teilen.	Der rote Faden ist lückenhaft; die Abschnitte stehen eher beziehungslos nebeneinander.	Kein Zusammenhang erkennbar; der Beitrag wirkt wie eine ungeordnete Sammlung von Notizen.
Sprachnormen Rechtschreibung und Grammatik sind korrekt.	Der Text ist sprachlich korrekt (Rechtschreibung, Grammatik). Fehler sind sehr selten und stören den Lesefluss nicht.	Insgesamt normgerecht; es gibt einige Fehler, die das Verständnis aber nicht beeinträchtigen.	Viele Fehler oder wiederkehrende Verstöße gegen die Sprachnormen erschweren das Lesen stellenweise.	Sehr viele Fehler; die Professionalität leidet stark oder das Verständnis ist beeinträchtigt.
Total Punkte				
Note:				

Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen

(vgl. Rahmenlehrplan für die Allgemeinbildung in der beruflichen Grundbildung, 2025, Kapitel 3.2)

3.2.1 Zwischen relevanten und irrelevanten Quellen und Inhalten unterscheiden

Um mit der Vielfalt der Quellen und Medieninhalte, inklusive Anwendungen der künstlichen Intelligenz, kritisch umgehen zu können, ist es wichtig, vermittelte Informationen zu filtern, auszuwählen, zu bewerten und zu organisieren. Dadurch werden relevante Informationen nutzbar gemacht.

3.2.2 Sich selbst Ziele setzen, die Zielsetzung überprüfen und sich adaptiv verhalten

Um effektiv und effizient zu lernen, ist es wichtig, bei einem aufgrund eingeschränkter Ressourcen entstehenden Zielkonflikt zu priorisieren, sich Lernziele zu setzen, Fortschritte zu bewerten und Lernstrategien anzupassen.

3.2.3 Antizipative, unternehmerische und innovative Wege der Problemlösung erkennen, entwickeln und umsetzen

Um komplexe Herausforderungen lösen zu können, ist es wichtig, über ein breites Spektrum an Ressourcen zur Ideenfindung und zur Entwicklung, Bewertung und Anwendung von innovativen Lösungsansätzen zu verfügen, um konzeptionell, flexibel, antizipativ und kreativ denken und handeln zu können. Dazu gehört auch ein reflektierter Umgang mit zeitgemässen Anwendungen der Informations- und Kommunikationstechnologien.

3.2.4 In unterschiedlichen Teams zielgerichtet und effizient arbeiten

Um in verschiedenen Teams und in unterschiedlichen Rollen effizient und respektvoll zu arbeiten, ist es wichtig, Kooperation, Kommunikation und Koordination mit anderen Teammitgliedern zu entwickeln, gemeinsam Verantwortung für Ergebnisse zu übernehmen sowie flexibel zu sein.

3.2.5 Die eigenen Werthaltungen und Überzeugungen erkennen, verstehen, kritisch reflektieren und weiterentwickeln

Um persönliche Entwicklungsschritte hin zu einem selbstbestimmten Leben zu machen, ist es wichtig, die persönlichen Werte und Überzeugungen zu hinterfragen, die Perspektiven zu erweitern und eine reflektierte, ethische Grundlage für das eigene Handeln zu entwickeln.

3.2.6 Ihre eigenen Standpunkte begründen und andere davon überzeugen

Um andere von den eigenen Ideen und Standpunkten zu überzeugen, ist es wichtig, eigene Gedanken und Ideen effektiv zu artikulieren und zu vertreten sowie Argumente klar und überzeugend zu präsentieren und die Kommunikationsfähigkeiten zu verbessern.

3.2.7 Unterschiedliche Standpunkte nachvollziehen und das gegenseitige Verständnis fördern

Um eine inklusive und respektvolle Umgebung zu schaffen und damit eine Konsensfindung zwischen unterschiedlichen Interessen zu ermöglichen, ist es wichtig, die Perspektive wechseln zu können, Empathie zu entwickeln und Toleranz zu zeigen.

3.2.8 Ihre Lebensphasen planen und mit Unwägbarkeiten umgehen

Um mittel- und langfristige Lebensphasen zu planen und zu gestalten, ist es wichtig, persönliche, soziale und materielle Ressourcen aufzubauen und diese gezielt und selbstwirksam einzusetzen. Dazu gehören Ressourcen zur Lebens- und Laufbahngestaltung sowie Reflexionen zur physischen und psychischen Gesundheit.

3.2.9 Vernetzt und systemisch denken, um sozial, ökologisch und ökonomisch nachhaltig zu handeln

Um komplexe lokale und globale Zusammenhänge und Abhängigkeiten und deren Wechsel- und Auswirkungen zu verstehen sowie Handlungsmöglichkeiten für eine nachhaltige Entwicklung abzuleiten, ist es wichtig, multidisziplinär und vernetzt denken und analysieren zu können.

3.2.10 Sich in einem sich ständig verändernden Umfeld zurechtfinden und sich an dieses anpassen

Um in sich schnell wandelnden Lebenskontexten bestehen zu können, ist es wichtig, mit Veränderungen konstruktiv umgehen zu können, flexibel zu sein, sich nachhaltig zu verhalten, mobil zu sein und die Fähigkeit zur Anpassung zu stärken.

3.2.11 Mit Mehrdeutigkeiten umgehen

Um mit Verunsicherung und Ungewissheit umgehen zu können, ist es wichtig, komplexe Situationen zu analysieren, verschiedene Perspektiven zu berücksichtigen sowie Widersprüchlichkeiten und Mehrdeutigkeiten auszuhalten.

3.2.12 An gesellschaftlichen Prozessen partizipieren und Handlungsspielräume nutzen

Um in interkulturellen Umgebungen gesellschaftliche Entwicklungen aktiv mitzugestalten, ist es wichtig, politische Prozesse, Interessenskonflikte von Akteursgruppen und Machtverhältnisse zu erkennen und zu analysieren sowie individuelle und kollektive Handlungsspielräume auszuloten.

Die Modi der Kommunikation

(vgl. Rahmenlehrplan für die Allgemeinbildung in der beruflichen Grundbildung, 2025, Kapitel 4.2)

Rezeption mündlich

Hörmaterialien aus verschiedenen Medien verstehen

→ Informalen und formalen Gesprächen aus verschiedenen Kontexten folgen

Rezeption audiovisuell

Audiovisuelle Materialien verstehen

Rezeption schriftlich und bildlich

Analoge und digitale lineare Texte verstehen

→ Analoge und digitale nicht-lineare Texte verstehen

Produktion mündlich

Faktenorientiert kommunizieren (beschreiben, erklären, berichten, erzählen, zusammenfassen, ...)

→ Meinungsorientiert kommunizieren (Feedback geben, argumentieren, kommentieren, Stellung nehmen, ...)

Produktion schriftlich und bildlich

Faktenorientiert kommunizieren (beschreiben, erklären, zusammenfassen, protokollieren, zitieren, ...)

→ Meinungsorientiert kommunizieren (Feedback geben, argumentieren, kommentieren, Stellung nehmen, ...)

Produktion multimedial

Eine fakten- oder meinungsorientierte multimedia-Präsentation erstellen

Interaktion und Kollaboration mündlich

An formalen und informalen Gesprächen aktiv teilnehmen

→ Informationen austauschen, verhandeln, gemeinsam beschliessen, diskutieren, debattieren, an Konfliktgesprächen teilnehmen, interviewen, moderieren, an Umfragen teilnehmen, ...

Interaktion und Kollaboration schriftlich

Formal und informal korrespondieren

→ Texte kooperativ erarbeiten

Interaktion und Kollaboration digital

An formalen und informalen Austauschen mittels Informations- und Kommunikationstechnologien aktiv teilnehmen (an Videokonferenzen teilnehmen, chatten, ...)

→ An interaktiven Umfragen teilnehmen

→ Mit Tools der künstlichen Intelligenz interagieren

Amt für Berufsbildung, Mittel- und Hochschulen

Kreuzackerstrasse 1

4502 Solothurn

www.so.ch

Berufsbildungszentrum Olten

Aarauerstrasse 30

4601 Olten

www.bbzolten.so.ch

Berufsbildungszentrum Solothurn-Grenchen

Kreuzacker 10

4502 Solothurn

www.bbzsogr.so.ch