

26 Gesundheitsthemen für Jugendliche auf einer Plattform

Anlässlich des feel-ok-Workshops gibt der Programmleiter von feel-ok bei der Schweizerischen Gesundheitsstiftung Radix, Oliver Padlina, Auskunft über die Chancen der Website und Bedürfnisse der Jugendlichen.

Oliver Padlina, vor unglaublichen 24 Jahren ging feel-ok.ch online. Was ist das Erfolgsrezept der Website?

feel-ok.ch ist die einzige mir bekannte Plattform, die zu 26 Gesundheitsthemen aufeinander abgestimmte, jugendgerechte Inhalte und Unterrichtsmaterialien anbietet.

Wie funktioniert feel-ok.ch und wie kann es im Unterricht eingesetzt werden?

Die Einsatzmöglichkeiten von feel-ok.ch im schulischen Kontext sind vielfältig. Sie orientieren sich an den Bedürfnissen der schulischen Fachpersonen und der Jugendlichen. Eine hilfreiche Anleitung bietet das Video «Erste Schritte mit feel-ok.ch» unter so.feel-ok.ch/onlineschulung-erste-schritte.

Es gibt unzählige Websites mit Unterrichtsmaterialien. Warum sollten Lehrpersonen feel-ok.ch nutzen?

Weil die Schülerinnen und Schüler mit den Unterrichtsmaterialien auf feel-ok.ch die Gesundheitsthemen der Plattform selbstständig vertiefen können. Dank dieser bewährten Lösung ist der Einsatz von feel-ok.ch für die Schule niederschwellig und zeitsparend.

Welche Themen werden auf der Website am häufigsten nachgefragt?

Die Top Ten der meistgesuchten Themen auf feel-ok.ch im Jahr 2024 sind in dieser Reihenfolge:

- Sexualität, Körper und Liebe
- Stress
- Gewalt, Mobbing und Konflikte
- Zigaretten
- Medienkompetenz
- Cannabis
- Alkohol
- Beruf
- Selbstvertrauen
- Psychische Störungen

feel-ok.ch wird ständig weiterentwickelt. Welche Neuerungen erwarten uns in der nächsten Zeit?

Wir arbeiten an zahlreichen Weiterentwicklungen, die sich an den Bedürfnissen der Schule orientieren. Unter anderem testen wir einen KI-Chatbot für feel-ok.ch (feel-ok-GPT), die Integration des neuen Themas «Medikamente und Mischkonsum» und eine neue niederschwellige



Foto: iStock

feel-ok.ch ermöglicht ein vielfältiges und niederschwelliges Unterrichtsangebot rund um Gesundheitsthemen für Jugendliche.

Methode namens «GEMEINSAM stärker als die Sucht». Über Neuigkeiten informieren wir per Newsletter: so.feel-ok.ch/+rundbrief.

Das Gesundheitsamt des Kantons Solothurn unterstützt feel-ok finanziell. Die Website ist erreichbar über: so.feel-ok.ch.

Online-Workshop für Lehrkräfte und Schulsozialarbeit

Vermittelt werden Inhalte und Methoden der Website.

- Wann: 19. März
- Zeit: 14–16 Uhr
- Wo: Online
- Anmeldung: www.feel-ok.ch/ws-so-01
- Preis: Kostenlos
- Website: so.feel-ok.ch

Alternative Workshopdaten finden sich unter dem Anmeldeink.

Bei Fragen zum Workshop wenden Sie sich an padlina@radix.ch oder an simon.weiss@ddi.so.ch.

GESUNDHEITSAMT
KANTON SOLOTHURN

Ein spannender und vielfältiger Beruf mit viel Verantwortung

Zum ersten Mal vor einer Klasse zu stehen – dieser grossen Herausforderung haben sich die 58 Fachmaturandinnen und Fachmaturanden mit Berufsfeld Pädagogik im Kanton Solothurn in diesem Schuljahr gestellt.

Foto: iStock



Den Unterricht in einer Schulklasse mit einem Praxiseinsatz hautnah miterleben.

Im aktuellen Schuljahr werden die neue Stundentafel und der komplett überarbeitete Lehrplan für die Fachmaturität Pädagogik FM-P an der Kantonsschule Solothurn zum ersten Mal umgesetzt. Die bedeutendste Neuerung bildet dabei der obligatorische Praxiseinsatz in den Zyklen 1 oder 2 an einer Solothurner Volksschule.

Dabei absolvieren die Fachmaturandinnen und Fachmaturanden mit Berufsfeld Pädagogik einen Praxiseinsatz von den Sommerferien bis zu den Weihnachtsferien während zwei fixen Tagen pro Woche.

Mit engem Bezug zum absolvierten Praxiseinsatz schreiben und präsentieren die Fachmaturandinnen und Fachmaturanden eine Fachmaturitätsarbeit.

Das erlangte Fachmaturitätszeugnis im Berufsfeld Pädagogik nach bestandener Abschlussprüfung ermöglicht den Zugang zu den Studiengängen der Vorschul- und Primarstufe an pädago-

gischen Hochschulen oder zu weiteren Studiengängen der Tertiärstufe.

Der Konrektor der Fachmittelschule FMS der Kantonsschule Solothurn, Michael Schwaller, hat Elia Arrigoni (Klasse FM24e), Rahel Marti (Klasse FM24c) und Masha Zwahlen (Klasse FM24e) über ihre Erfahrungen im Praxiseinsatz befragt.

Wie haben Sie Ihren Praxiseinsatz an der Primarschule erlebt? Welche Erlebnisse haben Sie besonders geprägt?

Masha Zwahlen: Mein Praxiseinsatz im Kindergarten war eine positive Erfahrung. Ich habe dabei vieles gelernt, was Theorie allein nicht vermitteln kann.

Elia Arrigoni: Für mich war der Praxiseinsatz eine Bestätigung, dass der Beruf «Primarlehrperson» zu mir passt. Es war sehr wertvoll, die verschiedenen Herausforderungen die-

ses Berufs in der täglichen Arbeit mit den Kindern konkret zu erleben.

Rahel Marti: Der Praxiseinsatz war eine äusserst bereichernde Erfahrung. Besonders prägend waren die alltäglichen Interaktionen mit den Kindern. Ich habe nicht nur den Unterricht aus einer anderen Perspektive kennengelernt, sondern auch erlebt, wie unterschiedlich Kinder lernen und wie vielfältig ihre Hintergründe sind. Ein unvergessliches Erlebnis war, als ich es geschafft habe, ein eher schüchternes Kind zu motivieren, aktiver am Unterricht teilzunehmen. Solche Momente haben mir bestätigt, dass ich auf dem richtigen Weg zu meinem Berufswunsch bin.

Welche Herausforderungen sind Ihnen während des Praxiseinsatzes begegnet und wie sind Sie damit umgegangen?

Elia Arrigoni: Der Umgang mit den vielen unterschiedlichen Charakteren der Kinder ist sehr anspruchsvoll. Es war hauptsächlich die Aufgabe meiner Praxislehrperson, diese Vielfalt zu bewältigen: ich habe mein Bestes gegeben, um sie dabei zu unterstützen.

Rahel Marti: Eine der grössten Herausforderungen für mich bestand darin, emotionale Distanz zu wahren, insbesondere angesichts der persönlichen Geschichten der Kinder. Berichte über schwierige familiäre Verhältnisse, Gewalt oder psychischen Druck sind schwer zu verarbeiten. Jeder Mensch geht unterschiedlich damit um – manche können sich gut abgrenzen, andere weniger. Für mich war es ein Lernprozess, in solchen Momenten professionell und ruhig zu bleiben. Meine Praxislehrperson unterstützte mich sehr, indem sie ihre

Erfahrungen mit mir teilte und vieles erklärte.

Masha Zwahlen: Ich habe gelernt, die Stimmung der Kinder einzuschätzen, auch wenn sie nicht verbal ausgedrückt haben, wie sie sich fühlen. Ich denke, dass diese Sensibilität besonders auf der Unterstufe sehr wichtig ist.

Welche neuen Erkenntnisse oder Einsichten haben Sie aus dem Praxiseinsatz gewonnen?

Masha Zwahlen: Ich habe mich intensiv damit auseinandergesetzt, welche Stufe am besten zu mir passt. Der Praxiseinsatz ist die perfekte Möglichkeit, um einzuschätzen, ob man den richtigen Weg eingeschlagen hat.

Elia Arrigoni: Mir wurde die Wichtigkeit von regelmässigen Abläufen und festen Ritualen bewusst. Dazu gehören beispielsweise das morgendliche Besprechen des Wochentages oder das gemeinsame «Znüni». An meinem Praxiseinsatzort Lüsslingen wird das so praktiziert.

Rahel Marti: Ich habe erkannt, dass der Beruf der Lehrperson weit mehr umfasst als das Unterrichten. Lehrkräfte tragen eine enorme Verantwortung – nicht nur für die Bildung, sondern auch für das Wohlergehen der Kinder. Flexibilität und die Fähigkeit, auf individuelle Bedürfnisse einzugehen, sind im Schulalltag entscheidend.

mehr Infos

Mit Beschluss vom 21. Oktober 2024 hat die EDK die Neuankennung der Fachmaturitätszeugnisse in den Berufsfeldern Gesundheit, Pädagogik und Soziale Arbeit im Kanton Solothurn bestätigt. Die Solothurner Abschlüsse der genannten Berufsfelder dürfen somit gemäss EDK weiterhin den Vermerk «gesamtschweizerisch anerkanntes Fachmaturitätszeugnis» enthalten. Das Beschreiten dieser neuen Wege gelingt mit der Verzahnung von Praxiseinsatz und Modulen in Angewandter Pädagogik und Psychologie in der neukonzipierten FM-P.

AMT FÜR BERUFSBILDUNG,
MITTEL- UND HOCHSCHULEN

Kantonaler Schulsporttag 2025

Vielfalt und Inklusion stehen im Fokus – der 11. kantonale Schulsporttag bietet ein vielfältiges Angebot zu unterschiedlichen Disziplinen für alle Kinder und Jugendlichen von der 3. bis 9. Klasse an.

Der Anlass findet am 30. April in Solothurn und den umliegenden Gemeinden statt. Nach zehn erfolgreichen Austragungen wird der kantonale Schulsporttag im 2025 um folgende zwei neue Angebote zur Inklusion erweitert:

- In einem der ausgeschriebenen Workshops tanzen nicht behinderte mit behinderten Schülerinnen und Schülern gemeinsam.
- Beim Orientierungslauf werden die Schülerinnen und Schüler auf einer barrierefreien OL-Bahn auf dem Schulareal begleitet.

Diese Neuerungen unterstreichen unser Engagement für eine inklusive Schulgemeinschaft. Alle Kinder und Jugendlichen sollen nach Möglichkeit die Chance haben, aktiv am Sport teilzunehmen. Zusätzlich wird das Angebot durch die Disziplinen Schwimmen (für die 7. bis 9. Klasse) und Tischtennis (für die 5. bis 9. Klasse) erweitert. Die Schülerinnen und Schüler können sich je nach Schulstufe in einer Vielzahl von Disziplinen messen, darunter Badminton, Basketball, Handball, OL, Schwimmen, Tanzen, Tischtennis, Unihockey und Volleyball.



Früh übt sich – beim OL.

Einen Tag voller Bewegung, Spass und Teamgeist gestalten

Der Schulsporttag bietet nicht nur eine Gelegenheit, die Vielfalt des Sports zu erleben und die Schülerinnen und Schüler zu ermutigen, neue Aktivitäten auszuprobieren. Im Zentrum steht, die Begeisterung für den Sport zu wecken und gleichzeitig Teamgeist, Gemeinschaft und Fairness zu fördern. Die Lehrpersonen sind eingeladen, aktiv diesen Tag zu bewerben, interessierte Schülerinnen und Schüler für

eine Teilnahme zu motivieren und am Tag als Betreuerin/Betreuer teilzunehmen.

Informationen und Anmeldung

Detaillierte Informationen zum kantonalen Schulsporttag 2025 finden sich auf der Website der Kantonalen Sportfachstelle.

Ebenso können über diesen Link auch Anmeldungen vorgenommen werden: sport.so.ch

Das Anmeldefenster ist bis am 31. Januar geöffnet.

Schweizer Schulsporttag

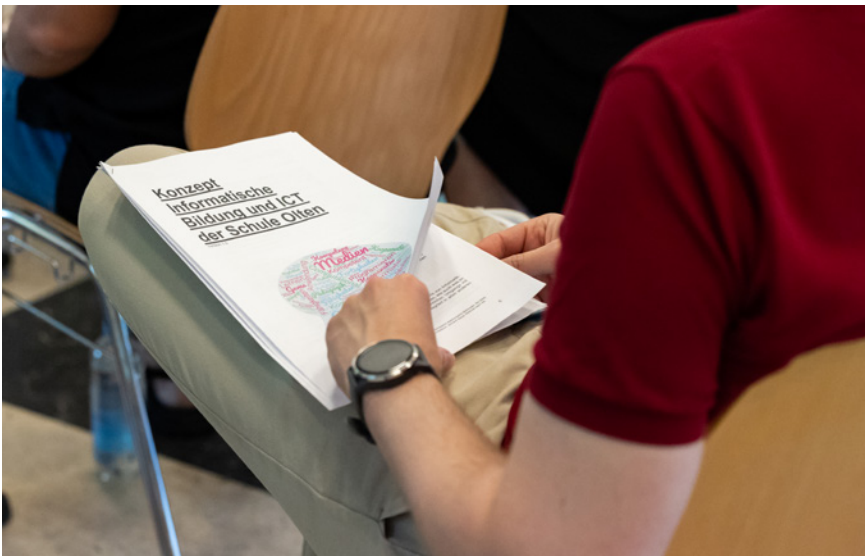
Für die Oberstufenklassen gilt der Solothurner Schulsporttag als Qualifikationswettkampf für den Schweizerischen Schulsporttag vom 23. Mai in Luzern. Schulen, die in den Sportarten Beachvolleyball, Geräteturnen, Leichtathletik oder Polysportive Stafette starten möchten, melden sich beim OK des Solothurner Schulsporttags: niffenegger.samuel@bluewin.ch

SPORTFACHSTELLE
KANTON SOLOTHURN

Generative Künstliche Intelligenz und Solothurner Lehrplan

Wie verbinden wir die generative Künstliche Intelligenz KI mit dem Solothurner Lehrplan?

Foto: DBK, Dominic Müller



ICT-Konzept der Schule Olten.

Nutzung der generativen KI-Tools durch Jugendliche

Die James Studie 2024¹ zeigt, dass ein Grossteil der Jugendlichen zwischen 12 und 19 Jahren generative KI-Tools, wie zum Beispiel ChatGPT, nutzen. Ein Drittel der Jugendlichen nutzt sie ein- bis mehrmals wöchentlich. Diese Tools sind Teil der heutigen Lebenswelt und sollen in der Medienbildung berücksichtigt werden.

Was ist bei Prompteingaben zu beachten?

Viele KI-Systeme verwenden eingegebene Daten für die Weiterentwicklung ihrer Ergebnisse. Deshalb ist es wichtig, dass Schülerinnen und Schüler lernen, keine Personendaten oder Daten, die einer Geheimhaltungspflicht oder dem Datenschutz unterliegen, in einen Prompt (Eingabefeld) einzugeben. Sie müssen sich bewusst sein, dass die Eingabe keine vertraulichen oder keine unveröffentlichten Daten enthalten

darf. Bei den Einstellungen des Nutzungskontos sollte eine Verwendung der eingegebenen Daten durch den Tool-Anbieter so weit wie möglich eingeschränkt werden.

Informatische Bildung im Solothurner Lehrplan

Wie kann die Auseinandersetzung mit generativen KI-Tools und der Umgang mit sensiblen Daten in den Unterricht integriert werden?

Zum Fachbereich «Informatische Bildung» im Solothurner Lehrplan gehören die Kompetenzbereiche Medien und Informatik. Die Anwendungskompetenzen sind in den Kompetenzaufbau verschiedener Fachbereiche integriert, so einzelne davon auch in den Fachbereich «Informatische Bildung».

Im Kompetenzbereich «Medien» ist es für Schülerinnen und Schüler wichtig, dass sie eigene Medien-

erfahrungen verarbeiten können. Sie sollten ihre Erfahrungen in den Unterricht einbringen und diskutieren können. Die KI ist in der Lebenswelt der Kinder allgegenwärtig. Deshalb ist es von grosser Bedeutung, dass auch die KI und ihre Auswirkungen auf einzelne Menschen und die Gesellschaft im Medienunterricht thematisiert werden. Das Erkennen von Fake-News wird immer schwieriger. Die Förderung des kritischen Denkens unterstützt die Kinder und Jugendlichen dabei, sich in der Medienwelt zurechtzufinden. Da die KI-Nutzung von Schülerinnen und Schülern auch im familiären Umfeld stattfindet, ist der Austausch zwischen Schule und Erziehungsberechtigten ebenfalls sehr wichtig.

Im Kompetenzbereich «Informatik» sind die Themen «selbstständiges Entdecken fördern» und «Be-greifbare Informatik» besonders wichtig. Mit einer sorgfältigen Einführung und Begleitung können Schülerinnen und Schüler schrittweise an generative KI-Tools herangeführt werden. Diese Tools können das selbstständige Entdecken und das kritische Denken fördern. «Be-greifbare» Informatik kann spielerisch und handlungsbezogen vermittelt werden. Mit generativen KI-Tools kann praktisch der Unterschied von regelbasierten Systemen und generierenden KI-Tools aufgezeigt werden.

Gemäss dem Solothurner Lehrplan bereitet der Erwerb von Anwendungskompetenzen auf ein effektives Lernen und Handeln in verschiedenen Fach- und Lebensbereichen vor. Der Fachbereich «Informatische Bil-

«und darin eingeschlossen die Kompetenzen zur Nutzung generativer KI-Tools, eignen sich gut für fächerübergreifendes Lernen. Ebenso ist die Thematik KI für die Vermittlung überfachlicher Kompetenzen wichtig. So sind z. B. die personalen Kompetenzen Voraussetzung zur Steuerung und Reflexion der eigenen Mediennutzung.

Schulentwicklung

Die Integration generativer KI-Tools in den Unterricht ist Teil der Schulentwicklung und ein längerer Prozess. Dieser beinhaltet das Ausprobieren neuer Tools, Sammeln von Erfahrungen, Reflektieren der Nutzung sowie die Einbindung als weiteres Technologietool im Unterricht. Eine zeitgemässe Bildung in der Kultur der Digitalität stellt grundlegend neue Anforderungen an Themen wie bspw. die Beurteilung und Prüfungskultur sowie das Erstellen von selbständigen Arbeiten. Es lohnt sich, bei der Überarbeitung des Medienkonzepts neue Technologien und Methoden mitzudenken und zu integrieren.

Es ist sinnvoll, die Schülerinnen und Schüler bereits heute an generative KI-Tools als Hilfsmittel im Unterricht heranzuführen und sie Erfahrungen damit sammeln zu lassen. Um diese Tools jedoch als festen Bestandteil in den Unterricht zu integrieren, wird weiteres Wissen zur Nutzung der Tools und zum Urheberrecht der verwendeten Daten vorausgesetzt.

Auch eine kritische Auseinandersetzung mit Medien sowie die sorgfältige Prüfung generierter Inhalte sind von zentraler Bedeutung.

Im Rahmen der Netzwerktreffen digitaler Wandel werden solche Erfahrungen und Erkenntnisse zwischen Schulleitungen, PICTS, TICTS, Beratungsstelle imedias und dem VSA reflektiert. Ein nächstes Netzwerktreffen findet am Mittwochnachmittag, 19. März 2025, in Solothurn statt. Weiter bietet die Beratungsstelle imedias (imedias.ch) verschiedenste Weiterbildungen und Beratungsangebote an.

Quellennachweis

- 1 Külling-Knecht, C., Waller, G., Willemse, I., Deda-Bröchin, S., Suter, L., Streule, P., Settegrana, N., Jochim, M., Bernath, J., & Süss, D. (2024). *JAMES – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

| VOLKSSCHULAMT

KI-WEITERBILDUNG

Für Lehrpersonen am 19.3. und 7.5.
 Wie setze ich KI-Tools sinnvoll im Unterricht ein? Wie kann KI beim individuellen Lernen unterstützen?
*Mehr Infos: stadtmuseum.ch/weiterbildung
 Kooperation mit imedias, der Beratungsstelle
 Digitale Medien in Schulen und Unterricht, PH FHNW*

ANGEBOTE FÜR KLASSEN

KI-Workshop (ab 6. Klasse, 2 Stunden)
 Bildgenerierung, Stereotypen & kritische Auseinandersetzung mit KI

Heldenbilder in der Pressefotografie
 (ab Sek I, 2 Stunden)
 Ausstellungsbesuch und Führung im Schauarchiv des Ringier Bildarchivs

Führungen (ab 5. Klasse, 1 Stunde)

Buchung & Beratung:
stadtmuseum.ch/schulen

**stadt—
museum
aarau**

Kinder- und Jugendtage Kanton Solothurn

Bei den Kinder- und Jugendtagen Kanton Solothurn stand das Thema «Digitale Räume und Kinderrechte» im Zentrum.

Foto: Beatrice Widmer Strähli, VSA



Stand des VSA mit Themen zur informatischen Bildung.

Digitale Räume

Wie können sich Kinder frei und sicher im digitalen Raum bewegen? Welche Kompetenzen sind für die Nutzung von digitalen Räumen gefragt? Und: ermöglichen die digitalen Räume Partizipation? Das waren die Kernfragen der Impulsveranstaltung der Kinder- und Jugendtage im Alten Spital Solothurn.

Ein Fachinput beleuchtete die schwierige Balance zwischen Freiheits- und Schutzrechten. Anschliessend an die Fachinputs fanden Workshops mit Fachpersonen aus verschiedensten Bereichen statt. Dabei konnten sich Besucherinnen und Besucher mit dem Thema «Digitale Räume und Kinderrechte» vertieft auseinandersetzen. Weiter zeigten Organisationen und kantonale Stellen - darunter auch das Volksschulamt VSA - an verschiedenen Infoständen ihre Angebote und Tätigkeiten.

Begleiten – unterstützen – wo nötig schützen

Die Workshops und die Infostände an der Impulsveranstaltung #Kinderrechte 4.0 widerspiegeln die Themenvielfalt:

- Kinderrechte in den sozialen Medien aus juristischer Sicht
- Balance finden zwischen Schutz und Freiraum
- Kleinkinder und digitale Medien
- Dialoge mit Jugendlichen führen

Die persönliche Begleitung der Kinder und Jugendlichen in der digitalen Welt ist von zentraler Bedeutung.

Eltern und Bezugspersonen können Kinder und Jugendliche unterstützen, indem sie eine vertrauensvolle Beziehung aufbauen, sie begleiten, über positive und negative Aspekte in den digitalen Räumen sprechen und gemeinsam darüber nachdenken. So können Kinder und

Jugendliche mit ihrer Entdeckungsfreude ihre Kompetenzen in der Mediennutzung erweitern und aufbauen.

Zeitgemässe Bildung unter den Bedingungen der Digitalität

Für die Begleitung und Unterstützung sowie den Schutz von Kindern und Jugendlichen in digitalen Räumen braucht es Anstrengungen auf verschiedenen Ebenen. Nebst dem Elternhaus ist die Volksschule eine davon. Der Info-stand des VSA an der Impulsveranstaltung hat die Handlungsmöglichkeiten der Volksschule aufgezeigt:

- **Unterrichtsentwicklung**

Der Solothurner Lehrplan und die Regelstandards informatische Bildung bilden eine gute Basis für das Lernen in der digitalen Welt und den Umgang mit digitalen Medien. Im Unterricht erlernen die Schülerinnen und Schüler neben Anwendungswissen zu Medienbildung und Informatik auch die kritische Auseinandersetzung mit den Medien. Die digitalen Räume ermöglichen Kommunikation und Partizipation. Schülerinnen und Schüler besprechen und reflektieren die positiven und negativen Seiten von Social Media.

- **Schulentwicklung**

Die Schulen befassen sich mit aktuellen und zukünftigen Entwicklungen der Digitalisierung. Das Instrument «Profilschule informatische Bildung» unterstützt die Schulen dabei. Anhand Kriterien, Indikatoren und Standards kann die Schule eine Standortbestimmung zum Thema informatische Bildung an ihrer Schule vornehmen. Dabei werden ihr Entwicklungsmöglichkeiten aufgezeigt.

- **Vernetzung**

Damit die Schulen im Kanton Solothurn sich in digitalen Themen weiterentwickeln, finden Vernetzungsanlässe statt. Das VSA organisiert zusammen mit der Beratungsstelle Digitale Medien in Schule und Unterricht – imedias der PH FHNW die Netzwerktreffen digitaler Wandel. Gemeinsam besprechen die Teilnehmenden aktuelle Fragestellungen, probieren aus und tauschen sich zu ihren Erfahrungen aus.

Die Schulen im Kanton Solothurn sind in der informatischen Bildung sehr gut unterwegs. Ein grosser Teil der Schulen hat bereits heute eine One-to-one-Geräteausstattung. Dies ist die Basis für die pädagogisch-didaktische Nutzung und Weiterentwicklung des Unterrichts. PICTS und TICTS unterstützen Lehrpersonen bei der Integration der digitalen Medien im Unterricht.

| VOLKSSCHULAMT

	<p>Aargauische Berufsschau</p> <p>2. - 7. September 2025 Tägi, Wettingen</p>
---	---