

## Selbsteinschätzung



Der Schüler kennt seine eigenen Bedürfnisse, Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse und erkennt realistisch, ob mit ihnen eine gestellte Anforderung bewältigt werden kann.

### Indikatoren

#### Der Schüler

- kann eigene Stärken und Schwächen realistisch benennen und begründen.
- kann eigene Interessen, Vorlieben, Neigungen und Abneigungen benennen.
- kann eigene Interessen und Ansprüche begründet vorbringen.
- setzt sich realistische Ziele und wählt Aufgaben, die er lösen kann.
- kann Anforderungen eines Berufs mit den eigenen Fähigkeiten in Beziehung setzen.

### Inhalte und Verfahren

- Wissen über Indikatoren, anhand derer Fähigkeiten und Techniken erkannt werden können
- Techniken der differenzierten Selbstbeobachtung
- Gruppen- und Selbstevaluation von Arbeitsergebnissen
- Lerntagebuch führen
- schriftliche Zielvereinbarungen verfassen und überprüfen
- Übernehmen passender Aufgaben in Klasse/Schule
- Techniken zur Erfassung eigener Interessen und Eigenschaften
- Wissen über berufliche Wege
- Kenntnisse über Anforderungen von Berufen

### Bausteine

- Bildung und Stärkung der individuellen Persönlichkeit
- Suchtprävention bei Alltagsdrogen
- Wie leiste ich richtig Erste Hilfe?
- Benimm ist in
- Cool bleiben
- Gefühle - Ich und du
- Vortragen - Präsentieren - Referieren
- Gemeinsam sind wir stark
- Umgangsformen im schulischen Alltag
- Das kleine Benimm-1x1
- Mädchen sein – Junge sein – anders sein

### Fundstellen

(Literaturangaben siehe unter Arbeitsmaterialien)

- Lions Quest 1.1, 1.10, 2.1, 2.2, 4.1
- Lions Quest 7.8
- Lions Quest 7.9
- PIT „Ressourcen und Strategien“, S.106 ff
- BzGA Achtsamkeit und Anerkennung B2, B9
- Lipura Brennpunkt - Jugendliche im Alltag und Problemlösungen: Ein gefährliches Spiel
- Förderung von Lernkompetenzen S. 406, S. 417
- Soziale Kompetenzen stärken, S. 67
- Arbeitshilfen für den Mobilen Sonderpädagogischen Dienst (MSD) <http://www.sfz-e.de/>

## Anregung zur Weiterarbeit - **Selbsteinschätzung**

Der Schüler kennt seine eigenen Bedürfnisse, Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse und erkennt realistisch, ob mit ihnen eine gestellte Anforderung bewältigt werden kann.

	<b>Inhaltliche, methodische und organisatorische Anregungen für Lehrer und Schüler</b>
Schulleben	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Befragung zur Außenwirkung der Schule</li> <li>- Wettbewerb: Klasse des Monats, Schüler des Monats</li> </ul>
Klassenleben/ Rituale	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstreflexionsbögen: Was kann ich gut? Wo habe ich Schwierigkeiten?</li> <li>- Selbsteinschätzung bei der Übernahme von Aufgaben</li> <li>- Entwicklung einer Feedbackkultur</li> <li>- Soziogramme mit Rückmeldung</li> </ul>
Unterricht allgemein	<ul style="list-style-type: none"> <li>- differenziertes Aufgabenangebot bei offenen Lern- und Übungsphasen</li> <li>- Reflexion/Rückmeldung über Erfolge bei selbst gewählten Aufgaben in offenen Unterrichtsphasen</li> <li>- Vergleich von Selbst- und Fremdeinschätzung auf der Basis eines Fragenkatalogs</li> <li>- Mitspracherecht bei der individuellen Wochenplanung</li> <li>- eigenverantwortliche Aufgaben- und Rollenvergabe in Gruppenarbeiten und Projekten</li> <li>- offene Diskussion über realistische Zielsetzung bei Projekten</li> </ul>
Religion/Ethik	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (eigene) Werte kennen und benennen</li> <li>- mit Anforderungen umgehen</li> <li>- Wer bin ich, wie will ich werden?</li> <li>- an Grenzen stoßen</li> <li>- mein Lebensweg</li> </ul>
Deutsch	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufbau von Argumentationsfähigkeit (evtl. Verbalisierungshilfen) zur Darstellung von Interessen</li> <li>- Vorstellen von Lieblingsliteratur</li> <li>- Mitbestimmung der Klasse bei den thematischen Schwerpunkten im integrativen Deutschunterricht</li> <li>- Selbstdarstellung in Bewerbungsschreiben und Lebenslauf</li> <li>- Bewerbungstraining</li> </ul>
Mathematik	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alternative Aufgabenangebote mit Differenzierung in Anspruch und Umfang</li> <li>- offene Sachsituationen, in denen unterschiedliche Aspekte abgewägt und berechnet werden können</li> <li>- Vorbereitung auf Proben/Abschlussprüfung: Wo stehe ich?</li> </ul>
Englisch	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einbringen thematischer Interessen der Schüler</li> <li>- Einbeziehen von (Lied-)Texten, die Schüler gerne besser verstehen würden</li> <li>- standardisierte Tests und Reflexion</li> <li>- Einbeziehen der Selbsteinschätzung bei modularer Förderung</li> <li>- Bearbeitung von Abschlussprüfungen als Hilfe zur Einschätzung des eigenen Leistungsstandes</li> </ul>
PCB	<ul style="list-style-type: none"> <li>- persönlicher Umgang mit der Natur – eigene Energiebilanz</li> <li>- Erfahrungen mit Versuchsgeräten sammeln</li> <li>- Bremsversuche mit unterschiedlichen Verkehrsmitteln, z. B. ADAC „Hallo Auto“, Reaktionstests</li> <li>- Eigenbeiträge zum Umweltschutz</li> </ul>
GSE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erkennen der eigenen Person als Teil/Folge geschichtlicher/sozialer Prozesse</li> <li>- eigene Stärken und Schwächen benennen lernen</li> <li>- soziale Rollen und ihre Aufgaben und Stärken erfassen</li> </ul>
Sport	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einschätzung bei sportlicher Betätigung in Leistungsgruppen</li> <li>- standardisiertes Trainingsprogramm über Wochen mit Selbsteintrag des Trainingszuwachses</li> <li>- Übungen zum Erkennen eigener Belastungsgrenzen</li> </ul>
Musik/Kunst	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mut zur Präsentation eigener Kunstwerke oder Lieblingsmusik</li> <li>- Möglichkeit für öffentliche Auftritte</li> <li>- Reflexion eigener Vorlieben in Kunst und Musik</li> </ul>
AWT	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über eigene Interessen</li> <li>- realistische Berufsorientierung durch Vergleich von Anforderungsprofilen mit eigenen Kompetenzen</li> <li>- Berufspraktika mit Reflexion</li> <li>- Eignungstests zur Berufswahl, Gespräche mit der Bundesagentur für Arbeit</li> <li>- Selbstdarstellung in Bewerbung und Lebenslauf, abgestimmt auf ein Berufsprofil</li> </ul>
Praktische Fächer	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anfertigung von Werkstücken: Wo brauche ich Hilfe?</li> <li>- Selbsteinschätzungs- und Reflexionsbögen: Verhalten im Team, Arbeitseinsatz und -bereitschaft, Umgang mit anderen Personen</li> </ul>