



Lernen in Uni und Schule

**WORKSHOP:
AUF DEN SPUREN DER
BERUFSSCHULLEHRER*INNEN
VARIANTE A**

Die hier vorgestellten Unterrichtsmaterialien wurden von Studierenden der Universität Rostock erstellt und innerhalb des Projekts *LinUS - Lernen in Uni und Schule* aufgearbeitet. (<https://www.ibp.uni-rostock.de/linus/>)

Didaktische Hinweise, eine begleitende tabellarische Übersicht, Arbeitsblätter für die Schüler*innen sowie Lösungsvorschläge für den Einsatz der Materialien finden Sie auf den nachfolgenden Seiten der Unterrichtsmaterialien.



Lernen in Uni und Schule

TEIL 1:
DIDAKTISCHE HINWEISE
SYMBOLVERZEICHNIS
AUFLISTUNG ALLER LINKS
TABELLARISCHE ÜBERSICHT

FÜR DIE LEHRKRAFT

Didaktische Hinweise

Zielgruppe: Klassenstufe 11-12 an berufsbildenden Schulen

Dauer: 90 Minuten

Thema: Interpretation der Lehrpersönlichkeit und –alltags, Selbsterkundungsmethoden, Rätselbearbeitung, Mini-Quiz, Kreuzworträtsel lösen, Stressmanagement & Entspannungstechniken

Methode: Stationslernen

Erforderlich: Internetzugang, Platz für Gruppenarbeiten

- ❖ Die Unterrichtsmaterialien bestehen aus einzelnen Arbeitsblättern (AB) und sind in vier Stationen aufgeteilt. Station 1 dient zur allgemeinen Einführung in das Thema „Berufsschullehrer*in werden“, Station 2 behandelt verschiedene Klischees der Lehrtätigkeit, Station 3 umfasst mehrere Rätsel zum Studium einer Berufsschullehrkraft. Hierbei geht es vor allem um die Informationssammlung und –auswertung. Die letzte Station beschäftigt sich mit Stressmanagement und Entspannungstechniken.
- ❖ Die Unterrichtsmaterialien müssen nicht in gegebener Reihenfolge bearbeitet werden. Dies ist die Variante A der Aufgabenblätter und somit leichter und schneller zu erledigen. Für die *Schüler*innen* müssen die grünen *Arbeitsblätter*, welche mit Nummern gekennzeichnet sind, zum Bearbeiten ausgedruckt werden, sowie die grüne Übersicht der Stationen.
- ❖ Für Lehrkräfte dienen Seite 3 – 9 als *didaktische Handreichung*, *Symbolverzeichnis*, *Auflistung aller Links* und *Hinweise zur Bearbeitung einzelner Arbeitsblätter* sowie *Aufgabenstellungen*.
- ❖ Die letzten Seiten, welche durch ein Deckblatt gekennzeichnet sind, beinhalten *Lösungsvorschläge* für die jeweiligen Aufgabenblätter.

Symbolverzeichnis

EINZELARBEIT



PARTNERARBEIT



GRUPPENARBEIT



Alle Links auf einen Blick

Projekt LinUS (Titelseite):

<https://www.ibp.uni-rostock.de/linus/>

Erstellung eines AnswerGardens (Dokumentseite 7):

<https://answergarden.ch/>

Selbsterkundungstest (AB 3-5):

<https://studieninteressierte.cct-germany.de/selbsterkundung>

Klischeesalat lösen (AB 7):

<https://learningapps.org/watch?v=pnw4vpjmc23>

Was verbirgt sich hinter dem Klischee? (AB 8-11):

1. https://www.auer-verlag.de/media/ntx/auer/sample/07985_Musterseite.pdf
2. <https://www.sueddeutsche.de/karriere/klischee-und-wirklichkeit-lehrer-ist-ein-schoener-und-erfuellender-beruf-1.556407>
3. <https://www.spiegel.de/lebenundlernen/schule/faktencheck-wie-viel-arbeiten-lehrer-und-wie-viel-freizeit-haben-sie-a-874089.html>
4. [Lehrer haben es schwer - Vorurteile und Erwartungen an Lehrer/innen \(beamten-infoportal.de\)](#)

Mini-Quiz (AB 12-17):

1. <https://www.uni-rostock.de/wirtschaftspaedagogik-1/>
2. <https://www.uni-rostock.de/berufspaedagogik/>
3. <https://www.uni-rostock.de/wirtschaftspaedagogik-1/>
4. <https://www.ibp.uni-rostock.de/studium/berufspaedagogik-bedmed/bachelor-berufspaedagogik-bed/bachelor-berufspaedagogik/>

Kreuzworträtsel (AB 18-19):

https://www.ibp.uni-rostock.de/storages/uni-rostock/Alle_PHF/IBP/Filme/Imagefilm/IBP_uni-web-qualitaet.mp4

Überblick

AB	Titel und Kurzerklärung	Lernziel	Arbeitsform	Online-Zugang nötig?	Zeitaufwand
	„Icemberker fürs Plenum“ Mittels dieser Einführung sollen die SuS zur Teilnahme motiviert werden.	Die SuS sollen ihre eigene Persönlichkeit einschätzen, indem sie verschiedene Fragenstellung nach eigenem Charakter selektieren.	Plenum	Nein	5 Minuten
Station 1: Auf den Spuren der Berufsschullehrer*innen					
1	„Im Alltag einer Lehrkraft“ Überlegungen zu Alltagsaufgaben einer Berufsschullehrkraft. Veröffentlichung dieser Überlegungen auf AnswerGarden.	Die SuS benennen den Berufsalltag einer Lehrkraft und schätzen ihn ein.	Einzelarbeit	Ja	5 Minuten
2	„Spiegelbild“ Die eigene Persönlichkeit wird in Vergleich zur Lehrkraft gesetzt.	Die SuS können mit Hilfe der Ergebnisse im AnswerGarden die eigene Persönlichkeit mit der Persönlichkeit einer Lehrkraft auf Grundlage von vorausgehender Reflexion begründet vergleichen.	Partnerarbeit	Nein	10 Minuten
3-4	„Selbsterkundungstest“ SuS testen anhand eines Online-tools, ob sie als Lehrkraft geeignet sind.	Die SuS bewerten ihre individuelle Lehrerpersönlichkeit, indem sie eine Eigenreflexion auf verschiedenen Ebenen innerhalb von Selbsterkundungstests durchführen.	Einzelarbeit	Ja	10 Minuten
Station 2: Alles Klischee oder was?					
5	„Klischeesalat lösen“ Klischees des Lehrerdaseins mittels App in Wahrheit und Lüge unterteilen.	Die SuS sollen die Vorurteile gegenüber dem Lehrkraftdasein auf Grundlage eigener Vermutungen und Erfahrungen zuordnen können.	Einzelarbeit	Ja	2 Minuten
6-7	„Was verbirgt sich hinter dem Klischee?“ Wahl mehrerer Klischees mit tiefgründigerer Erarbeitung und Präsentation in Gruppen.	Die SuS sollen präzise Vorurteile des Lehrkraftberufs auf Grundlage gegebener Quellen zusammenfassen können. Im Anschluss erklären die SuS sich gegenseitig gewählte Klischees, indem sie diese innerhalb einer Gruppenarbeit vorstellen.	Einzel- sowie Gruppenarbeit	Ja	13 Minuten
Station 3: Alle Wege führen nach Rom, und welche zum Berufsschullehramt?					
8-10	„Mini-Quiz“ Beantwortung mehrerer Fragen zum Studium einer Berufsschullehrkraft.	Die SuS sollen die Bedingungen eines Studiums einer Berufsschullehrkraft auf Grundlage der vorgegebenen Quellen feststellen können. Die SuS können anschließend mit Hilfe der Quellen gewisse Rahmengenheiten des Studiums einer Berufsschullehrkraft und Voraussetzungen auf Grundlage des erarbeiteten Wissens schlussfolgern.	Einzel-, Partner- oder Gruppenarbeit	Nur für Recherche	30 Minuten
11-12	„Minikreuzwörterrätsel“ Beantwortung mehrerer Rätsel zum Studium einer Berufsschullehrkraft.				

Überblick

AB	Titel und Kurzerklärung	Lernziel	Arbeitsform	Online-Zugang nötig?	Zeitaufwand
Station 4: Stress als Begleiter des Alltags					
13	„Stressoren“ Überlegungen zu persönlichen Stressoren im Alltag sowie gemeinsamer Austausch.	Die SuS benennen Stressoren und erläutern diese innerhalb der Gruppe. Dadurch erweitern sie ihr eigens genanntes Repertoire an Stressoren.	Einzelarbeit sowie Gruppenarbeit	Nein	5 Minuten
14	„Mindmap“ Vorschläge zum Umgang und Reaktionen in stressigen Situationen.	Die SuS entwickeln eine Mindmap zum Thema: Umgang mit stressigen Situationen.	Gruppenarbeit	Nein	7 Minuten
15-16	„5-Finger-Methode“ Die SuS beschäftigen sich mit Entspannungstechniken. Fokus liegt auf der 5-Finger-Methode.	Die SuS benennen Entspannungstechniken, welche sie bereits kennen. Anschließend erproben sie die 5-Finger-Methode im Selbstexperiment. Anschließend werten die SuS die Entspannungstechnik aus, indem sie ihre Erfahrungen interpretieren.	Einzelarbeit	Nein	8 Minuten
	Abschlussdiskussion SuS beantworten verschiedene Fragen zum Flipchart und AnswerGarden-Ergebnis.	Die SuS interpretieren ihre Einschätzungen und Vermutungen, indem sie anhand des Flipcharts und des AnswerGardens ihre Verschriftlichungen reflektieren und im Plenum diskutieren.	Plenum	Nein	15 Minuten

Einführung ins Thema: Icebreaker fürs Plenum

Aufgabe 1

Mittels eines Flipcharts werden verschiedene Fragen an die Tafel geheftet. Die Schülerinnen und Schüler (SuS) sollen sich nun einen Stift nehmen und bei den Fragen einen Strich machen, mit welchen sie sich identifizieren können. Das Ergebnis sollte anschließend festgehalten werden. Am Ende der Stunde wird diese Plenumsaufgabe wieder aufgegriffen.

Folgende Fragen stehen hierfür zur Verfügung:

- Wer von Ihnen ist extrovertiert?
- Wem fällt es nicht schwer, vor der Klasse zu stehen?
- Wer kann sich eine Arbeit mit Menschen vorstellen?
- Wer kann gut Konflikte lösen?
- Wer würde gern mal Noten vergeben?
- Wer ist kreativ?
- Wer nimmt sich aktiv Zeit für ‚me-time‘?
- Wer kann sich vorstellen zu studieren?
- Wer würde gern im Lehrerzimmer sitzen?
- Wer würde sich als neugierig bezeichnen?
- Wer bevorzugt Sicherheit?

Aufgabe 2 (Abschlussdiskussion)

Im Anschluss an die einzelnen Stationen kann dieses Flipchart wieder aufgegriffen werden. Die SuS sollen final einschätzen, ob sie diese Eigenschaften für eine Lehrkraft als notwendig erachten oder doch noch andere Charakterzüge als Voraussetzung sehen.

Zusätzlich dazu sollen die Ergebnisse des AnswerGardens* in der finalen Diskussion wieder aufgegriffen werden. Hier kann nochmal auf die Antworten der Schüler*innen aus der ersten Station eingegangen werden.

Arbeitsblatt 1; Aufgabe 2: Erstellung eines AnswerGardens*

Anleitung:

1. Im Internet auf die Seite <https://answergarden.ch/> gehen.
2. Oben rechts auf der Website das „+“ anklicken.
3. Anschließend gelangt man auf die Seite, auf der man den AnswerGarden erstellen kann.
4. Hier gibt man nun zuerst die Frage: „**Was gehört zum Alltag einer Berufsschullehrkraft?**“ ein, um anschließend den Modus „Brainstorm“, sowie 40 Buchstaben in einer Antwort einzustellen.
5. Nun kann noch ein Passwort gewählt und die Email eingetragen werden, um den AnswerGarden später per Emallink aufrufen zu können.
6. Letztendlich muss man den Link oder QR-Code herunterladen, um ihn den Schülern*innen vorzulegen.

Was gehört zum Alltag eines/r Berufsschullehrers*in?

Thanks! Type another answer here...

submit

40 characters remaining

Elterngespräche
führen
Vor- und
Nachbereitung
Problemlösung
Pünktlichkeit
Unterricht
vorbereiten
Unterricht
geben
Tests
korrigieren
Lehrerversammlungen
Austausch
mit Kollegen
Stunde
vorbereiten
Konflikte
zwischen
Schülern*innen
klären

Aufgabe (Abschlussdiskussion)

Die Übersicht kann während der Erarbeitung durch die Schüler*innen aktualisiert und am Ende der Stunde zusätzlich zum Flipchart wieder aufgegriffen werden. Somit wird eine Auswertung der jeweiligen Ergebnisse ermöglicht.

Arbeitsblatt 11-12: Vorbereitung des Kreuzworträtsels

Vorbereitung:

1. Umsetzung mithilfe von Karteikarten.
2. Alle Lösungsbegriffe auf einzelne Karteikarten schreiben.
3. Einige Karteikarten leer lassen.
4. Nun alle Lösungswörter und leeren Karteikarten umgedreht im Raum an einer Stelle auf den Boden legen.
5. Somit entsteht ein Pool aus Karteikarten.
6. Die SuS müssen während der Station einzelne Karteikarten aufdecken und entscheiden, zu welchem Kreuzworträtsel diese Wörter gehören.
7. Darauf achten, dass die Karteikarten durch den Stationsprozess hinweg mit der leeren Seite nach oben zeigen und wieder zurückgelegt werden.

Abschluss: Diskussion

In der abschließenden Diskussion des Workshops kann/können:

1. das Flipchart (Icebreaker vom Anfang der Stunde) sowie
2. der AnswerGarden (Station 1/ Aufgabe 2),
3. die Präventionsmaßnahmen bei Stress,
4. die Reaktionen in stressigen Situationen,
5. und die Erprobung der 5-Finger-Methode (Entspannungstechnik) wieder aufgegriffen werden.

Mögliche Fragen hierzu können lauten:

1. Was haben Sie für sich aus der Stunde mitgenommen?
2. Was war die wichtigste Erkenntnis?
3. Was fällt Ihnen nach Bearbeitung der einzelnen Stationen auf?
Finden Sie die genannten Alltagstätigkeiten/Charakterzüge einer Lehrkraft noch immer ausschlaggebend oder doch andere wichtiger?
4. Welche Gemeinsamkeiten und Unterschiede gibt es?
5. Wie gut hat für Sie die Entspannungstechnik funktioniert oder bevorzugen Sie eine andere? Wenn ja, welche?
6. Haben Sie nun das Gefühl, besser auf stressige Situationen reagieren zu können?

Mögliche Hausaufgabe für Schüler*innen:

Fragen Sie jemanden aus der Familie oder dem Freundeskreis, wie er*sie Ihre Lehrpersönlichkeit einschätzen würde und notiere Sie sich kurze Stichworte. Bringen Sie Ihr Ergebnis zur nächsten Stunde mit.



Lernen in Uni und Schule

TEIL 2:
STATIONSÜBERSICHT
ARBEITSBLÄTTER

FÜR SCHÜLER*INNEN

Alles auf einen Blick



Die Bedeutung der Symbole:

EINZELARBEIT



PARTNERARBEIT



GRUPPENARBEIT



Station 1: Auf den Spuren der Berufsschullehrkräfte

Im Alltag einer Lehrkraft



Aufgabe 1

Schreiben Sie 3 Dinge auf, von denen Sie vermuten, dass sie zum Alltag einer Berufsschullehrkraft gehören.

(Tipp: Falls es Ihnen schwerfällt, Ideen zu finden, überlegen Sie erstmal, welches Verhalten oder welche Charakterzüge für eine Lehrkraft wichtig sind und mit welchen Situationen sie im Alltag konfrontiert wird.)

1

2

3



Aufgabe 2

Scannen Sie den QR-Code, den Ihnen Ihre Lehrkraft zur Verfügung stellt und posten Sie Ihre 3 Vermutungen.

Station 1: Auf den Spuren der Berufsschullehrkräfte

Spiegelbild



Aufgabe 1

Schauen Sie nun, was Ihre Mitschüler*innen als Alltagstätigkeiten von Berufsschullehrkräften vermuten.

Tauschen Sie sich kurz mit einem*r Mitschüler*in aus. Welche der alltäglichen Aufgaben von Berufsschullehrkräften würden Sie sich selbst zutrauen?

Beispiel zur Verdeutlichung:

A: Ich glaube, mir würde das Vorbereiten vom Unterricht keine Probleme bereiten, da wir uns als Auszubildende ebenfalls auf den Unterricht mit Hausaufgaben vorbereiten müssen. Was hältst du (B) davon?

B: Ich denke eher nicht, dass ich da viel Gefallen dran finden würde. Ich denke, ich würde lieber an Konferenzen teilnehmen wollen. Der Austausch macht mir mehr Spaß.

Station 1: Auf den Spuren der Berufsschullehrkräfte

Selbsterkundungstest



Aufgabe 1

Nachdem Sie sich jetzt über Ihre eigenen Charakterzüge und den Alltag einer Lehrkraft ausgetauscht haben, starten Sie eine kleine Selbsterkundung.

Klicken Sie hierfür auf den Link oder scannen Sie den QR-Code und füllen Sie danach den „Allgemeinen Interessenfragebogen“ unter <https://studieninteressierte.cct-germany.de/selbsterkundung> aus.



The screenshot shows the website interface for CCT Career Counselling for Teachers. The main navigation bar includes 'INFORMATIONEN', 'SELBSTERKUNDUNG' (highlighted), 'GEFÜHRTE TOUREN', and 'REPORTAGEN'. Below the navigation, the 'SELBSTERKUNDUNG' section is displayed, featuring three questionnaires: 'Allgemeiner Interessenfragebogen', 'Berufsbezogener Interessenfragebogen', and 'Persönlichkeitsfragebogen'. Each questionnaire has a brief description of its purpose and a link to access it. A mouse cursor is visible over the 'Allgemeiner Interessenfragebogen' link.



Aufgabe 2

Lesen Sie sich das Ergebnis des Tests durch und fassen Sie es in zwei Sätzen zusammen.



Station 1: Auf den Spuren der Berufsschullehrkräfte

Selbsterkundungstest



Aufgabe 5

Werte nun deine Ergebnisse aus, indem du folgende Fragen beantwortest:

1. *Hat Sie Ihr Ergebnis überrascht? Begründen Sie.*
2. *Was nehmen Sie daraus für sich mit?*

Notieren Sie sich Ihre Ergebnisse.

1. Hat Sie Ihr Ergebnis überrascht? Begründen Sie.



2. Was nehmen Sie für sich daraus mit?

Station 2: Alles Klischee, oder was?

Klischeesalat lösen



Aufgabe 1

Wissen Sie, was Klischee ist und was nicht?

*Ein Klischee bezeichnet eine eingefahrene Vorstellung, welche nicht immer der Wahrheit entsprechen muss. Zum Beispiel, dass Lehrer*innen immer den Nachmittag frei haben.*

Scannen Sie den QR-Code. Sie werden danach auf eine Seite geleitet, auf der Sie mittels eines Lernspiels verschiedene Klischees des Lehrkraftalltags in Wahrheit und Lüge unterteilen müssen.

Sie werden zwei Felder vor sich sehen. Eins für „Wahrheit“ und eins für „Lüge“. Nun ziehen Sie die einzelnen Klischees jeweils in das passende Feld. Wenn Sie alle Klischees verteilt haben, klicken Sie unten rechts auf das Häkchen.

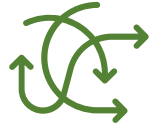
Nun sollten Sie sehen können, welche Aussagen Sie richtig (grün) und welche Sie falsch (rot) zugeordnet haben.

Sind Sie überrascht oder war das Spiel einfach für Sie?



Station 2: Alles Klischee, oder was?

Was verbirgt sich hinter dem Klischee?



Aufgabe 1

Arbeiten Sie nun in Vierergruppen zusammen.

Recherchieren Sie, was Sie zu den typischen Klischees des Berufs einer Lehrkraft herausfinden könnt. Warum stimmen sie oder warum nicht? Besprechen Sie sich in der Gruppe.

Eine Person aus der Gruppe notiert währenddessen auf dem nachfolgenden Blatt (Nummer 7), welche der Klischees Sie als Gruppe besprechen.

Nutzt folgende 4 Quellen zur kurzen Recherche.

1. https://www.auer-verlag.de/media/ntx/auer/sample/07985_Musterseite.pdf
2. <https://www.sueddeutsche.de/karriere/klischee-und-wirklichkeit-lehrer-ist-ein-schoener-und-erfuellender-beruf-1.556407>
3. <https://www.spiegel.de/lebenundlernen/schule/faktencheck-wie-viel-arbeiten-lehrer-und-wie-viel-freizeit-haben-sie-a-874089.html>
4. [Lehrer haben es schwer - Vorurteile und Erwartungen an Lehrer/innen \(beamten-infoportal.de\)](https://www.beamten-infoportal.de/Lehrer-haben-es-schwer-Vorurteile-und-Erwartungen-an-Lehrerinnen)



Station 2: Alles Klischee, oder was?

Was verbirgt sich hinter dem Klischee?



Notieren Sie hier, über welche Klischees Sie in der Gruppe gesprochen haben.

1.



2.

3.

4.

Station 3: Alle Wege führen nach Rom, und welche zum Berufsschullehramt?



Aufgabe 1

Mini-Quiz



Prüfen Sie Ihr Wissen anhand folgender Fragen. Nutzen Sie zur Beantwortung der jeweiligen Frage die darunter aufgelisteten Quellen. (Auf Seite 10 finden Sie auch QR-Codes zu den Quellen.)

1. Wie heißen die passenden Studiengänge zum Berufsschullehramt?

1.

2.

Notwendige Quellen zur Beantwortung der Frage:

1. <https://www.uni-rostock.de/wirtschaftspaedagogik-1/>

2. <https://www.uni-rostock.de/berufspaedagogik/>

2. Braucht man unbedingt Abitur, um Berufsschullehramt an der Universität Rostock zu studieren? Und falls nicht, womit geht es noch?

1.

2.

3.

4.

5.

Notwendige Quelle zur Beantwortung der Frage:

1. <https://www.uni-rostock.de/studium/deutsche-studieninteressierte/zugangsvoraussetzungen/allgemeine-voraussetzungen/>

3. Welche Fachrichtungen der Berufspädagogik kann man in Rostock studieren?

1.

2.

3.

4.

Notwendige Quelle zur Beantwortung der Frage:

1. <https://www.ibp.uni-rostock.de/studium/berufspaedagogik-bedmed/bachelor-berufspaedagogik-bed/bachelor-berufspaedagogik/>

Station 3: Alle Wege führen nach Rom, und welche zum Berufsschullehramt?

Mini-Quiz



4. Welche Studienfelder/Wissenschaftsbereiche erwarten einen im Wirtschaftspädagogikstudium?



1.

2.

3.

5. Welche Studienrichtungen/ Ausrichtungen gibt es im Studium der Wirtschaftspädagogik?

1.

2.

6. Welche Zweitfächer kann man im Studium der Wirtschaftspädagogik für die Studienrichtung II wählen?

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

Notwendige Quelle zur Beantwortung der 3 Fragen:

1. <https://www.uni-rostock.de/wirtschaftspaedagogik-1/>

Station 3: Alle Wege führen nach Rom, und welche zum Berufsschullehramt?

Mini-Quiz



7. Welche Zweitfächer kann man im Studium der Berufspädagogik wählen?

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

Notwendige Quelle zur Beantwortung der Frage:

1. <https://www.ibp.uni-rostock.de/studium/berufspaedagogik-bedmed/bachelor-berufspaedagogik-bed/bachelor-berufspaedagogik/>

8. Wie heißt der jeweilige Abschluss der Wirtschafts- und Berufspädagogik im Bachelor?

1.

2.

Notwendige Quellen zur Beantwortung der Frage:

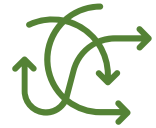
1. <https://www.uni-rostock.de/wirtschaftspaedagogik-1/>
2. <https://www.uni-rostock.de/berufspaedagogik/>

QR-Codes für die Quellen:



Station 3: Alle Wege führen nach Rom, und welche zum Berufsschullehramt?

Minikreuzworträtsel



Aufgabe 1



Als nächstes steht ein Minikreuzworträtsel an. Auf der nachfolgenden Seite finden Sie 3 Kreuzworträtsel.

Finden Sie die fehlenden Wörter und das jeweilige Lösungswort eines Kreuzworträtsels heraus.

Und so funktioniert's:

1. Nutzen Sie die im Raum auf dem Boden ausgebreiteten Karteikarten.
2. Auf der Rückseite jeder Karteikarte finden Sie einen Begriff.
3. Lesen Sie ihn sich durch und überlegen Sie, bei welchem Rätsel er eingetragen werden kann.
4. Nachdem Sie das Wort richtig eingetragen haben, können Sie die Karteikarte wieder umgedreht zurücklegen, sodass auch andere Gruppen sie nutzen können.
5. Nehmen Sie sich nun eine neue Karteikarte und finden Sie Stück für Stück alle restlichen Antworten.
6. Zum Abschluss können Sie die Lösungswörter entziffern.

War das Rätsel einfach für Sie? War eine Information neu für Sie?

Station 3: Alle Wege führen nach Rom, und welche zum Berufsschullehramt?

Rätsel 1:

Welche Fachrichtungen der Berufspädagogik kann man in Rostock studieren?

Legend: U 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Rätsel 2:

Wie heißen die passenden Studiengänge zum Berufsschullehramt?

Legend: 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Rätsel 3:

Welche Studienfelder/Wissenschaftsbereiche erwarten einen im Wirtschaftspädagogikstudium?

Legend: B 2 3 U 5 6 7 8 9 U 11 12 13 14 15 16 17 18

Station 4: Stress als Begleitfaktor des Alltags

Stressoren



Aufgabe 1

Stress ist ein komplexes Thema. Im Alltag spielt er eine wichtige Rolle, auch im Berufsalltag.

Schreiben Sie zum Einstieg 3 Dinge auf, die Sie persönlich im Alltag stressen.

Beispiel: *Ich fühle mich gestresst, wenn ich viele Hausaufgaben machen muss..*

1	
2	
3	



Aufgabe 2

Tauschen Sie sich kurz mit Ihrer Gruppe darüber aus, was sie stresst. Können Sie Gemeinsamkeiten erkennen? Notieren Sie den Faktor/Grund, welcher bei den meisten in der Gruppe Stress auslöst.

Station 4: Stress als Begleitfaktor des Alltags

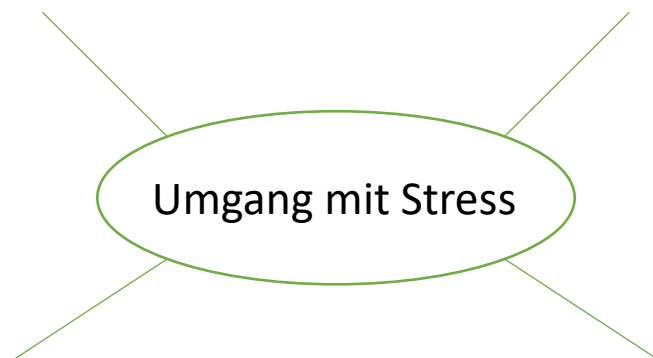
Mindmap



Aufgabe 1

Überlegen Sie kurz, wie Sie mit stressigen Situationen umgehen und darauf reagieren.

Erstellen Sie anschließend als Gruppe gemeinsam eine Mindmap zum Thema, wie Sie mit Stress umgehen.



Station 4: Stress als Begleitfaktor des Alltags

5-Finger-Methode



Aufgabe 1

Nachdem Sie sich nun bereits mit dem Thema der Stressbewältigung beschäftigt haben, wollen wir uns mit Entspannungstechniken beschäftigen.

Kennen Sie zufällig bereits eine Entspannungstechnik? Dann notieren Sie diese hier:



Aufgabe 2

Setzen Sie sich konkret mit der 5-Finger-Methode als Entspannungstechnik auseinander.

Diese werden Sie im nächsten Schritt einmal selbst ausprobieren können.

Die Vorgehensweise ist simpel und geht wie folgt:

1. Setzen Sie sich gemütlich hin und wählen Sie eine Hand aus.
2. Sie werden nun jeden der Finger einzeln massieren.
3. Zu jedem Finger gibt es eine Frage.
4. Schließen Sie die Augen und achten Sie auf Ihre Atmung.
5. Stellen Sie sich jetzt zu jedem dieser Finger eine der Fragen und beantworten Sie diese leise im Unterbewusstsein.

Wofür sind Sie heute dankbar?

Welcher Mensch ist Ihnen wichtig, wen oder was schätzen Sie?

Welche Stärken machen Sie stolz? Welche Talente haben Sie?

Welche Aspekte möchten Sie an sich ausbauen?

Gibt es etwas, das Sie inspiriert oder begeistert?

Fragen für Schritt 5:

Station 4: Stress als Begleitfaktor des Alltags

5-Finger-Methode



Aufgabe 3

Werten Sie jetzt, nachdem Sie die Methode ausprobiert haben, Ihre Erkenntnisse aus.

1. Hat Ihnen die Methode geholfen, sich zu entspannen? Begründen Sie.
2. Würden Sie die Methode wieder anwenden?
3. Was nehmen Sie daraus für Ihre nächste stressige Situation für sich mit?



1

2

3



Lernen in Uni und Schule

TEIL 3:
LÖSUNGSVORSCHLÄGE

FÜR DIE LEHRKRAFT

Station 1: Lösungsvorschläge

Aufgabe 1

- ✓ Tests korrigieren
- ✓ Unterricht geben
- ✓ Unterrichtsstunden vor- und nachbreiten
- ✓ Elterngespräche führen
- ✓ Konferenzen beiwohnen
- ✓ Weiterbildungen
- ✓ Schulhofaufsicht
- ✓ Konflikt-/Problemlösung
- ✓ Austausch mit Kolleg*innen sowie gegenseitige Unterstützung
- ✓ Vertretungsunterricht geben
- ✓ Pünktlichkeit
- ✓ ...

Aufgabe 2

Was gehört zum Alltag eines/r Berufsschullehrers*in?

Thanks! Type another answer here...

submit

40 characters remaining

Elterngespräche
führen
Vor- und
Nachbereitung
Problemlösung
Pünktlichkeit
Unterricht
Unterricht
vorbereiten
geben
Tests
korrigieren
Lehrerversammlungen
Austausch
mit Kollegen
Stunde
vorbereiten
Konflikte
zwischen
Schülern*innen
klären

Station 2: Lösungsvorschläge - Klischeesalat

Aufgabe 1

Wahrheit

Lüge

Sichere Altersvorsorge bei Verbeamtung

Hohe psychische Beanspruchung

Freie Zeiteinteilung nebst Unterrichtsstunden

Lehrkräfte sind in der Regel faul

Lehrkräfte kämpfen für sich allein

Wenig Stress

Man muss studieren, um Lehrkraft zu werden

Lehrkräfte haben viele Ferien

Lehrkräfte haben den Nachmittag immer frei

Quellen:

1. https://www.auer-verlag.de/media/ntx/auer/sample/07985_Musterseite.pdf
2. <https://www.sueddeutsche.de/karriere/klischee-und-wirklichkeit-lehrer-ist-ein-schoener-und-erfuellender-beruf-1.556407>
3. https://issuu.com/stiftungderdeutschenwirtschaft/docs/studie_lehrerumfrage?backgroundColor=%23222222
4. <https://www.spiegel.de/lebenundlernen/schule/faktencheck-wie-viel-arbeiten-lehrer-und-wie-viel-freizeit-haben-sie-a-874089.html>
5. <https://beamten-infoportal.de/magazin/beruf/lehrer/lehrer-haben-es-schwer-vorurteile-und-erwartungen-an-lehrerinnen/>

Tiefgründigeres Wissen:

https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-86226-988-4_4

Station 2: Lösungsvorschläge – Klischeesalat

(Stand 11.06.2023)

Lehrkräfte haben viele Ferien

Tatsächliche Ferien sind für Lehrerinnen meist nur die Sommerferien. Andere unterrichtsfreie Zeiten werden zu großen Teilen mit Korrekturarbeiten belegt. Die Osterferien sind z. B. meist arbeitsintensive Ferien. Auch die erste und die letzten beiden Sommerferienwochen werden oft für Abschluss- und Vorbereitungsarbeiten beansprucht. Außerdem haben viele Lehrerinnen während der Ferien Präsenzzeiten in der Schule. Aber auch hier gilt wieder: Die Möglichkeit, sich die Zeit selbst einzuteilen, ist ein riesengroßer Vorteil, weil ich in den kurzen Ferien verreisen kann, wenn ich entsprechend vorarbeite, aber auch eine Falle, wenn ich nicht richtig abschalte. Quelle: https://www.auer-verlag.de/media/ntx/auer/sample/07985_Musterseite.pdf

Lehrkräfte haben den Nachmittag immer frei

Bildungsforscher und Gewerkschaften sind sich einig, dass die tatsächliche Arbeitszeit der Lehrer oft weit über die Pflichtstunden hinausgeht. Bundesweite Statistiken dazu gibt es nicht. Die Frankfurter Bildungsforscherin Mareike Kunter schätzt, dass Aufgaben wie das Vorbereiten von Schulstunden, das Korrigieren von Klassenarbeiten, Elterngespräche, AGs und Verwaltung mehr als 40 Prozent der Arbeitszeit ausmachen. "Studien zeigen, dass Vollzeitlehrer zwischen 30 und 70 Stunden pro Woche arbeiten", sagt Kunter. Das hänge unter anderem von der Schulform, vom Fach und der Erfahrung des Lehrers ab. Quelle: [Faktencheck: Wie viel arbeiten Lehrer und wie viel Freizeit haben sie - DER SPIEGEL](#)

Lehrkräfte verdienen viel

Als bundesweites Durchschnittsgehalt gibt die Kultusministerkonferenz an, dass Realschullehrer am Berufsbeginn 45.000 Euro brutto, nach 15 Jahren Dienst knapp 55.000 Euro und am Ende ihrer Laufbahn fast 60.000 Euro verdienen. Die tatsächlichen Gehälter klaffen weit auseinander, je nach Schultyp, je nach Bundesland, abhängig davon, ob man verbeamtet ist oder nicht. Der Anfang ist mit Sicherheit eher dürrig bezahlt. Als Referendarin muss man mit 900 bis 1.000 Euro auskommen, weniger als ein Lehrling im dritten Lehrjahr Bau bekommt. Quelle: https://www.auer-verlag.de/media/ntx/auer/sample/07985_Musterseite.pdf

Lehrkräfte kämpfen für sich allein

„Laut der Studie „Lehrerkooperation in Deutschland“ der Unis Berlin und Wuppertal tauschen sich zwei Drittel der Lehrer regelmäßig mit Kollegen aus, sprechen über einzelne Schüler, geben sich Tipps, tauschen Arbeitsmaterialien aus. Ein deutliches Signal für einen gemeinschaftlichen Veränderungswillen in den Lehrerzimmern. 97 % gibt an, dass die Zusammenarbeit im Team für Lehrer heute wichtig ist.“ Quelle: https://www.auer-verlag.de/media/ntx/auer/sample/07985_Musterseite.pdf

Lehrkräfte sind einer hohen psychischen Belastung ausgesetzt

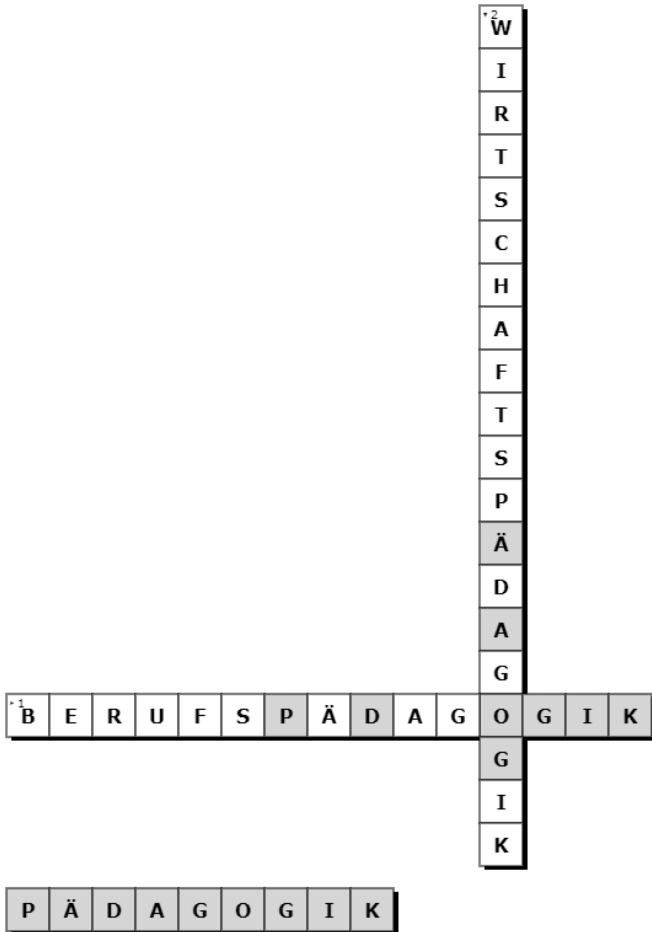
Der Lehrerberuf gehört zu den nervlich aufreibendsten Berufen, die Frühpensionierungsraten sprechen Bände. Die extreme Belastung ist in zahlreichen wissenschaftlichen Studien nachgewiesen worden, s. Homepage des Deutschen Lehrerverbands. Quelle: https://www.auer-verlag.de/media/ntx/auer/sample/07985_Musterseite.pdf)

Lehrkräfte sind grundlegend faul

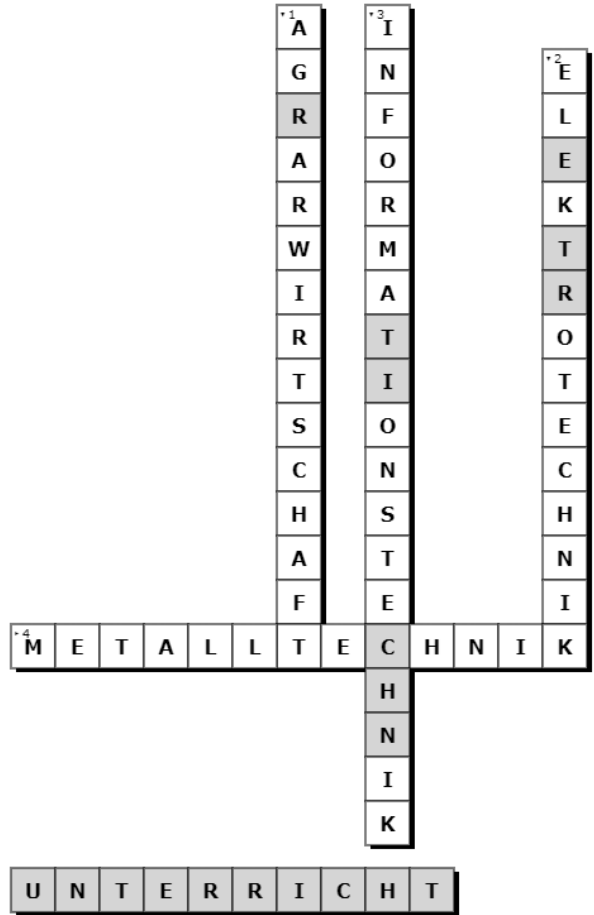
His-Umfrage 2010: genannte Studie enthält noch eine wunderbare Nachricht: Die große Mehrheit der Lehrer unterrichtet gern und glaubt an die eigenen Fähigkeiten. Vier von fünf Befragten geben sogar an, ihre Arbeit mit „hohem Enthusiasmus“ auszuführen. Quelle: [Plettcher : Was Schönes für mich! \(978-3-403-07985-9\) \(auer-verlag.de\)](#)

Station 3: Lösungsvorschläge - Minikreuzworträtsel

Welche Fachrichtungen der Berufspädagogik kann man in Rostock studieren?



Wie heißen die passenden Studiengänge zum Berufsschullehramt?



Welche Studienfelder/Wissenschaftsbereiche erwarten einen im
Wirtschaftspädagogikstudium?



Station 3: Lösungsvorschläge - Mini-Quiz

Aufgabe 1

1. Wie heißen die passenden Studiengänge zum Berufsschullehramt?

Berufspädagogik und Wirtschaftspädagogik

2. Braucht man unbedingt Abitur, um Berufsschullehramt an der Universität Rostock zu studieren? Und falls nicht, womit geht es noch?

Für ein Studium an der Universität Rostock muss eine der folgenden

Hochschulzugangsberechtigungen vorliegen:

- Allgemeine Hochschulreife (Abitur)
- Fachgebundene Hochschulreife
- erster berufsqualifizierender Studienabschluss
- berufliche Aufstiegsfortbildungen, die zu einer allgemeinen Hochschulzugangsberechtigung führen (z.B. Meister, Techniker, Fachwirte o.ä.)
- Zugangsprüfung (Studieren ohne Abitur)

Hinweis: Die Fachhochschulreife berechtigt nicht, ein Studium an der Universität Rostock aufzunehmen.

3. Welche Fachrichtungen der Berufspädagogik kann man in Rostock studieren?

Als berufliche Fachrichtung kann gewählt werden:

Agrarwirtschaft

Elektrotechnik

Informationstechnik

Metalltechnik

4. Welche Studienfelder/Wissenschaftsbereiche erwarten einen im Wirtschaftspädagogikstudium?

Wirtschafts-/ Sozial-/ Rechtswissenschaften, Lehramt

5. Welche Studienrichtungen/ Ausrichtungen gibt es im Studium der Wirtschaftspädagogik?

Für die Studienrichtung II (berufsschulische Ausrichtung) ist hingegen ein allgemeinbildendes Fach aus dem nachfolgenden Angebot zu wählen: Chemie, Deutsch, Englisch, Französisch, Informatik, Mathematik, Philosophie, Physik, Religion, Sozialkunde, Spanisch und Sport.

6. Welche Zweitfächer kann man im Studium der Wirtschaftspädagogik für die Studienrichtung II wählen?

Für die Studienrichtung II (berufsschulische Ausrichtung) ist hingegen ein allgemeinbildendes Fach aus dem nachfolgenden Angebot zu wählen: Chemie, Deutsch, Englisch, Französisch, Informatik, Mathematik, Philosophie, Physik, Religion, Sozialkunde, Spanisch und Sport.

7. Welche Zweitfächer kann man im Studium der Berufspädagogik wählen?

Die Auswahl der allgemeinbildenden Zweitfächer umfasst:

Deutsch, Englisch, Französisch, Informatik, Mathematik, Philosophie, Physik, Spanisch und Sportwissenschaft (Eignungstest notwendig)

8. Wie heißt der jeweilige Abschluss der Wirtschafts- und Berufspädagogik im Bachelor?

Berufspädagogik: Bachelor of Education

Wirtschaftspädagogik: Bachelor of Arts

Station 4: Lösungsvorschläge

Stressoren

Aufgabe 1

- Zu viele Hausaufgaben
- Lärm, Hitze
- Die Bahn zu schaffen, um pünktlich zu sein
- Laptopschwierigkeiten (technische Probleme)
- Streit in der Familie oder mit dem/r Partner*in
- Zu hohe Ansprüche, geringe Belastbarkeit der eigenen Person
- Leistungsdruck, Konkurrenzdruck
- ...

Aufgabe 2 (beispielhaft)

Die meisten Mitglieder der Gruppe sind der Meinung, dass viele Hausaufgaben zum meisten/größten Anteil an Stress führen.

Etc...

Mindmap

Aufgabe 1

Reaktionen auf Stress könnten sein:

- Konzentrationsschwierigkeiten
- Schlechte Laune
- ...

Umgang mit stressigen Situationen könnte sein:

- Spazieren gehen
- Sport treiben
- Backen/kochen
- Streit anfangen
- Um Hilfe bitten
- Kreativ werden
- Aufschieben
- Duschen
- Musik hören
- Sich ablenken
- Weinen/sich zurückziehen
- Aus Fehlern lernen/ zukünftig besser planen
- ...

Station 4: Lösungsvorschläge

5-Finger-Methode

Aufgabe 1

Mögliche Entspannungstechniken:

- EFT-Methode
- Schulter-Klopfer-Methode
- Abgrenzungsstrategien/Prioritäten setzen
- Hatha-Yoga
- Meditation/Body Scan
- Atemübungen
- 5-Finger-Methode
- Autogenes Training
- Tai Chi
- Qigong
- ...