



Angebot eines P-Seminars im Schuljahr 2025/2026

Lehrkraft: Anne Tauer

Leitfach: Biologie

Projektthema: Fit & Vital – Die gesunde Pause für mehr Energie im Schultag

Kurzbeschreibung des Projekts (unter Bezugnahme auf die Methoden des Projektmanagements):

Das Projekt "Fit & Vital" zielt darauf ab, das Bewusstsein der Schüler*innen für die Bedeutung einer gesunden Pausengestaltung zu schärfen. Es soll gezeigt werden, wie eine ausgewogene Ernährung und Bewegung während der Pausen die Konzentration, das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit im Schulalltag steigern können. Dabei können praktische Tipps für gesunde Snacks, Entspannungsübungen und Bewegungsspiele vermittelt, die in den Schulalltag integriert werden können.

Umsetzung der beruflichen Orientierung:

- Reflexion der eigenen Stärken, Schwächen und Interessen bei verschiedenen Tätigkeiten im Rahmen des Projekts
- Die Schüler*innen recherchieren themenbezogene Studiengänge und Berufsfelder die im Zusammenhang mit dem Projekt stehen
- Individuelle Beratungsgespräche unter Berücksichtigung der persönlichen Fortschritte bei der beruflichen Orientierung

Mögliche Studiengänge bzw. Berufsfelder (mind. 3):

Medizin, Biologie, Sportwissenschaften, Ernährungswissenschaft, Psychologie, Lebensmitteltechnologie, Sozialwissenschaften, Bildungswissenschaften, Lehramt

Art und Anzahl der Leistungserhebungen:

- Kompetenzen im Bereich der Berufsorientierung anhand der Vorstellung und Bewertung von Persönlichkeitsmodellen
- Präsentation möglicher Berufsfelder bzw. Studiengänge
- Kompetenzen im Bereich der Projektarbeit
- Portfolio

Mögliche externe Partner sowie deren Rolle im Projekt:

Lokale Bäckereien oder Bioläden, Ernährungsberater*Innen, Krankenkassen

Voraussetzungen / erforderliche Sprachkenntnisse:

Interesse an gesunder Lebensweise von Vorteil

A. Tauer

Unterschrift der Lehrkraft

D. S.

Unterschrift der Schulleitung