



Version 2 / 07.18

Modul	Thema	Aspekte/Aufgaben	Kompetenzen	Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21	
TABA	HAUPT-EINHEIT 1-2 Lektionen	<b>Rauchmotive und -rituale</b>  In dieser Haupteinheit werden die Jugendlichen angeregt, aufgrund eigener Erfahrungen, Wahrnehmungen und Beobachtungen den «Nutzen» des Rauchens und des Nichtrauchens zu untersuchen und kritisch zu beurteilen. Die Aufgabenstellung in dieser Einheit soll sie auf die Körpersprache des Rauchens sensibilisieren, indem sie die Rauchrituale spielerisch darstellen und kritisch hinterfragen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler kennen Rauchmotive und -rituale.</li> <li>Sie kennen Alternativen als Ersatzhandlungen für das Rauchen.</li> <li>Sie können cool sein, ohne zu rauchen.</li> </ul>	ERG.5.2.a ERG.5.6.d	
	KURZE EINHEITEN	Dialog <b>Mögliche Gründe</b>	Risikosituation diskutieren und einschätzen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler können in Risikosituationen der Versuchung durch Tabak widerstehen. Sie kennen Gründe für den Einstieg in den Tabakkonsum.</li> </ul>	ERG.5.2.a ERG.5.6.d
		Dialog <b>Warum nicht?</b>	Gründe fürs Nichtrauchen hervorheben Mögliche Risikosituationen bewusst machen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler kennen Gründe für das Nichtrauchen.</li> </ul>	ERG.5.2.a ERG.5.6.d
	HAUPT-EINHEIT 2 Lektionen	<b>Wirkung und Folgen des Tabakkonsums</b> (mit Lernüberprüfung)	Die Wirkung von Tabak ist zwar nicht in dem Ausmass berauschend und die Folgen nicht so unmittelbar wie diejenigen von Alkohol oder Cannabis – trotzdem ist es wichtig, dass sich die Jugendlichen damit auseinandersetzen. Diese Haupteinheit soll webbasiert stattfinden und ein exploratives Lernen ermöglichen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler kennen die wichtigsten Inhalte von <a href="http://www.feel-ok.ch">www.feel-ok.ch</a>, <a href="http://www.smokefree.ch">www.smokefree.ch</a>, <a href="http://www.suchtschweiz.ch">www.suchtschweiz.ch</a>.</li> <li>Sie können eine Webseite beurteilen.</li> <li>Sie können die Risiken des Tabakkonsums erkennen.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NMG.1.2.f NT.7.4.b
	Dialog <b>Rauchverbote</b>	Rauchverbote in der Gesellschaft diskutieren	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler können Verbote und Auswirkungen in der Gesellschaft erkennen.</li> <li>Sie können persönliche Standpunkte finden und vertreten.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a-d ERG.5.6.d NMG.1.2.f	
	Quiz <b>Fakten</b>	3 Aussagen zum Thema «Tabak» einschätzen und jeweils die Antwort begründen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler kennen Fakten zum Tabakgenuss und vertreten ihre Meinung.</li> </ul>	NMG.1.2.f	
Quiz <b>Passivrauchen</b>	3 Aussagen zum Thema «Passivrauchen» einschätzen und Antwort begründen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler haben erweiterte Kenntnisse zum Passivrauchen.</li> <li>Sie können ihre Meinung vertreten.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NT.7.4.b		



Version 2/07-18

Modul	Thema	Aspekte/Aufgaben	Kompetenzen	Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21
<b>TABAK</b> KURZEINHEITEN	Quiz Schadstoffe	3 Aussagen zum Thema «Tabak» einschätzen und sich mit Schadstoffen auseinandersetzen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler wissen, dass Zigaretten schädliche Stoffen enthalten.</li> </ul>	NMG.1.2.f
	Quiz Tatsachen	3 Aussagen zum Thema «Tabak» einschätzen und jeweils die Antwort begründen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler haben erweiterte Kenntnisse zum Tabakkonsum.</li> <li>Sie können ihre Meinung vertreten.</li> </ul>	NMG.1.2.f
	Auftrag Bin ich anfällig für das Rauchen?	Rauchertest ausfüllen und Schlüsse daraus ziehen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler können einschätzen, ob sie anfällig sind für das Rauchen.</li> <li>Sie kennen die Risiken des Rauchens und die Vorteile des Nichtrauchens.</li> </ul>	RZG.5.2.c
	Auftrag Kreuzworträtsel	Text lesen und danach das Kreuzworträtsel lösen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler können Fragen zum Thema «Rauchen» beantworten.</li> <li>Sie kennen die Zusammenhänge von Gesundheit und Rauchen.</li> <li>Sie sind sich der Bedeutung von Unabhängigkeit und Freiheit bewusst.</li> </ul>	NMG.1.2.f
	Bewegung Ausser Atem	Eine Strecke rennen, einmal ohne und einmal mit erschwerten Bedingungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler können den Zusammenhang zwischen Sauerstoffaufnahme und Rauchen herstellen.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NT.7.4.b
	Bewegung Kurzentspannung	Kurzentspannungsübungen durchführen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler können Kurzentspannungsübungen anwenden.</li> <li>Sie erkennen die Zusammenhänge zwischen natürlicher Entspannung und «Rauchentspannung».</li> </ul>	ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d WAH.4.1.c
	Bewegung Pulserhöhung	In einer Lektion 5 Mal 15 Kniebeugen durchführen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler wissen, dass das Suchtverhalten körperliche Auswirkungen hat.</li> <li>Sie erkennen den Zusammenhang zwischen Pulserhöhung, Rauchen und Sucht.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NT.7.4.b



Modul	Thema	Aspekte/Aufgaben	Kompetenzen	Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21
TABA KURZEINHEITEN	HAUPT-EINHEIT 2 Lektionen <b>Selbstbewusst und klar</b> Auf Überredungsversuche reagieren	Überredungsversuchen und Aufforderungen entgegenzutreten, fällt vielen Jugendlichen schwer. In Form eines Interaktionsspiels versetzen sich die Schülerinnen und Schüler zuerst in Überredungssituationen. Danach reflektieren sie die Interaktion. Anhand von konkreten Beispielen trainieren sie in einer zweiten Phase den Praxistransfer unter Anwendung von Ich-Botschaften.	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler können Überredungsversuchen und Aufforderungen klar entgegentreten.</li> <li>&gt; Sie erkennen die Interaktionsmechanismen bei Überredungsversuchen.</li> <li>&gt; Sie können Ich-Botschaften anwenden.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d WAH.4.1.b NMG.1.2.f NT.7.4.b
	Dialog <b>Ausreden</b>	Scheinargumenten für das Rauchen entgegentreten	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler können Ausreden aufdecken und selbstbewusst darauf antworten.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d
	Auftrag <b>Ich weiss, was ich will</b>	Auseinandersetzung mit Gruppendrucksituationen, Druckmitteln und Widerstandsstrategien	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen das Phänomen Gruppendruck.</li> <li>&gt; Sie können sich dem Gruppendruck widersetzen.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d
	Auftrag <b>Kostenfaktor</b>	Die Kosten für das Rauchen berechnen und Alternativen überlegen	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen die langfristigen Kosten des Rauchens.</li> </ul>	NMG.1.2.f
	Bewegung <b>Toleranz und Respekt</b>	Übung «übergehen und übergangen» durchführen Über Toleranz und Respekt in Zusammenhang mit dem Rauchen diskutieren	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen den Unterschied zwischen «übergehen» und «übergangen worden sein».</li> <li>&gt; Sie kennen die Zusammenhänge von Toleranz und Respekt in Bezug auf das Rauchen resp. Passivrauchen.</li> </ul>	ERG.5.2.a ERG.5.6.d
	HAUPT-EINHEIT 1–2 Lektionen <b>Risiken des Konsums von E-Zigaretten, Shishas, E-Shishas, Schnupftabak und Snus</b>	Mit «Wissen A–D» zu den einzelnen Konsumarten werden die Jugendlichen angeregt, sich über deren Wirkungen, Risiken und rechtlichen Aspekte klar zu werden. Sie sollen zu einem Thema «Expertenwissen» erlangen, damit sie in der Lage sind, dieses an ihre Kolleginnen und Kollegen weiterzuvermitteln. Zur Vertiefung und Lernzielsicherung dient die Risikoeinschätzung der verschiedenen Konsumformen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Jugendlichen wissen Bescheid über Wirkung, Gesundheitsschädigungen, rechtliche Situation und können die Risiken der verschiedenen Konsumformen einschätzen.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NT.7.4.b NMG.1.2.f



Version 2/07-18

Modul	Thema	Aspekte/Aufgaben	Kompetenzen	Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21
HAUPT-EINHEITEN 2-3 Lektionen	<b>Tabakindustrie 1</b> Interessen, Strategien, Folgen	Der Zusammenhang zwischen dem Kontakt mit Tabakwerbung und der Wahrscheinlichkeit, mit dem Rauchen zu beginnen, ist untersucht und belegt worden. Diese Haupteinheit baut auf dem Vorwissen auf. Sie soll Erkenntnisse fördern und vor Augen führen, wie die Mechanismen der Tabakwerbung funktionieren.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler kennen die Interessen und Informationsstrategien der Tabakindustrie und hinterfragen sie kritisch.</li> <li>Sie kennen den Zusammenhang von Tabakwerbung und wahrscheinlichem Konsum.</li> </ul>	ERG.2.1.a ERG.2.2.c RZG.2.2.d RGZ.5.2.c WAH.3.2.b NT.7.4.b NMG.2.6.h
	<b>Tabakindustrie 2</b> Machenschaften, Ethik und Moral	Als Ergänzung zum Modul «Tabakindustrie 1» bietet diese Haupteinheit eine ethisch-moralische Reflexion zu den Machenschaften der Tabakindustrie. Um dieses anspruchsvolle Thema den Schülerinnen und Schülern näherzubringen, wird eine Verbindung zu ihrer Lebenswelt hergestellt.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler erkennen die Machenschaften und das unmoralische Verhalten der Tabakindustrie.</li> <li>Sie reflektieren ihre persönlichen ethisch-moralischen Werte und das eigene Konsumverhalten.</li> <li>Sie verstehen, dass es in der Tabakindustrie keine Fairness gibt.</li> </ul>	ERG.2.1.a ERG.2.2.c RZG.2.2.d RGZ.5.2.c WAH.3.2.b NT.7.4.b NMG.2.6.h
TABA KURZEINHEITEN	Dialog Tabakwerbung	Aussagen zur Tabakwerbung einschätzen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler können Werbebotschaften für Jugendliche durchschauen.</li> <li>Sie kennen das eigene Verhalten gegenüber Werbebotschaften.</li> </ul>	ERG.2.1.a ERG.2.2.c RZG.2.2.d RGZ.5.2.c WAH.3.2.b
	Quiz Kinderarbeit	3 Aussagen zur Kinderarbeit einschätzen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler wissen von der Kinderarbeit in der Tabakindustrie und kennen die Gefahren, denen Kinder ausgesetzt sind.</li> </ul>	ERG.2.1.a ERG.2.2.c RZG.2.2.d RGZ.5.2.c WAH.3.2.b
	Auftrag Umwelt	Antworten begründen, Stellung beziehen, diskutieren	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler kennen die Risiken der Bevölkerung im Tabakanbaugebiet.</li> <li>Sie können die Herkunft des Tabaks, die Produktion der Zigaretten und die Zigarettenkippen bewusst mit dem Thema Umweltschutz in Verbindung bringen.</li> <li>Sie können einen Bezug zur eigenen Lebenswelt herstellen.</li> </ul>	ERG.2.1.a ERG.2.2.c RZG.2.2.d RGZ.5.2.c WAH.3.2.b NMG.2.6.h
	Bewegung Tabakkonsum	Die Lehrperson stellt Fragen zum Tabakkonsum. Schülerinnen und Schüler bekennen sich zu einer von 4 Antworten, indem sie sich im Raum entsprechend positionieren. Wie bleibt die Klasse rauchfrei? Ideen suchen und schriftlich festhalten.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler kennen Argumente für das Nichtrauchen.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.2.a ERG.5.4.a-d ERG.5.6.d WAH.4.1.c



Version 2 / 07.18

Modul	Thema	Aspekte/Aufgaben	Kompetenzen	Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21	
ALKOHOL	HAUPTZEINHEIT 1-2 Lektionen	<b>Alkoholkonsum</b> Motive und Rituale	<p>Die Jugendlichen werden angeregt, aufgrund eigener Erfahrungen, Wahrnehmungen und Beobachtungen zu untersuchen und kritisch zu beurteilen, warum Jugendliche Alkohol trinken und warum nicht.</p> <p>Alkoholkonsum ist häufig mit Gewohnheiten und Ritualen verbunden. Die Aufgabenstellung soll die Jugendlichen auf die Gewohnheiten sensibilisieren. Sie listen verschiedene Situationen auf, um eine davon spielerisch darzustellen und sich dabei der Motive und Rituale bewusst zu werden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen Motive und Rituale zum Alkoholkonsum.</li> <li>&gt; Sie können cool sein, ohne sich zu berauschen.</li> </ul>	ERG.5.2.a ERG.5.6.d WAH.4.2.a
	KURZEINHEITEN	Dialog <b>Alkohol bei Feiern</b>	Die Schülerinnen und Schüler überlegen, wie sie sich verhalten sollen, wenn man ihnen bei festlichen Anlässen Alkohol anbietet.	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen unterschiedliche gesellschaftliche Normen im Umgang mit Alkohol.</li> <li>&gt; Sie können eigenverantwortlich entscheiden, ob sie Alkohol trinken wollen.</li> </ul>	ERG.5.2.a ERG.5.6.d WAH.4.2.a
		Dialog <b>Konsumverhalten</b>	Auseinandersetzung mit Trinkverhalten in der Gesellschaft	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen die Unterschiede im Trinkverhalten von Jugendlichen und Erwachsenen.</li> <li>&gt; Sie können unterschiedliche Standpunkte einnehmen.</li> </ul>	ERG.5.2.a ERG.5.4.a-d ERG.5.6.d WAH.4.1.c WAH.4.2.a
	HAUPTZEINHEIT 2 Lektionen	<b>Wirkung von Alkohol und Folgen des Konsums</b> (mit Lernüberprüfung)	Jugendliche berichten immer häufiger davon, Alkoholrausche erlebt zu haben. Sie schätzen die Risiken, die damit zusammenhängen, oft falsch ein. Ebenso kennen sie sich wenig aus mit den Vorschriften bezüglich Alkohol in der Strassenverkehrsordnung.	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen die 4 Phasen eines Alkoholrausches und die damit zusammenhängenden Risiken.</li> <li>&gt; Sie kennen Strategien zur Verhinderung oder Verminderung eines Rauschzustandes.</li> <li>&gt; Sie kennen die wichtigsten Gesetze bezüglich Alkohol und Strassenverkehr.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b WAH.4.2.a
	KURZEINHEITEN	Dialog <b>Rauschtrinken</b>	Herausfinden, was Rauschtrinken bedeutet	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen die Risiken des Rauschtrinkens.</li> <li>&gt; Sie verstehen, was ein Rauschzustand ist.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b WAH.4.2.a
Dialog <b>Problemverhalten</b>		Auf Alkoholprobleme von Freundinnen oder Freunden reagieren	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler können Problemsituationen erkennen.</li> <li>&gt; Sie haben den Mut, die betroffene Person anzusprechen.</li> <li>&gt; Sie können Hilfsangebote in Erinnerung rufen.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b WAH.4.2.a	



Version 2/07-18

Modul	Thema	Aspekte/Aufgaben	Kompetenzen	Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21
<b>ALKOHOL</b> KURZEINHEITEN	Quiz Wirkung	3 Aussagen zum Thema «Alkohol und Wirkung» einschätzen und begründen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler können gängige Fragen zum Alkoholkonsum beantworten und argumentieren.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NMG.1.2.f
	Quiz Risiken	3 Aussagen zum Thema Alkohol und Risiko einschätzen und begründen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler können Fragen zum Thema «Blutalkoholspiegel/Promille» beantworten und argumentieren.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NMG.1.2.f
	Quiz Gesellschaft und Gesetz	3 Fragen zum Thema «Alkohol, Gesellschaft und Gesetz» einschätzen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler kennen Zahlen zur Verbreitung des Alkoholkonsums.</li> <li>Sie kennen einige Gesetzesbestimmungen.</li> </ul>	ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d
	Quiz Jugend und Alkohol	3 Aussagen zum Thema «Jugend und Alkohol» einschätzen und begründen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler können Fragen zum Alkoholkonsum beantworten und argumentieren.</li> </ul>	WAH.4.2.d
	Auftrag Promilleberechnung	Die Schülerinnen und Schüler berechnen den Blutalkoholwert und vergleichen die Wirkung beim Alkoholkonsum von Jugendlichen und Erwachsenen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler kennen die unterschiedliche Wirkung von Alkohol bei Jugendlichen und Erwachsenen.</li> <li>Sie können die Blutalkoholwerte berechnen.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b
	Auftrag Alkoholabhängige Eltern	Kurzgeschichte lesen, Situationen einschätzen, diskutieren	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler können sich in eine belastende Situation einfühlen.</li> <li>Sie wissen, wo Jugendliche Hilfe holen können.</li> </ul>	ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d WAH.4.1.c WAH.4.2.a
	Bewegung Gleichgewicht	Sich um die eigene Achse drehen, anschliessend Gleichgewichtsübungen ausführen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler verstehen, wie ein Rauschzustand die Unfallgefahr erhöht.</li> <li>Sie erkennen den Zusammenhang von Alkoholkonsum und Risikosituation.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b



Version 2 / 07.18

Modul	Thema	Aspekte/Aufgaben	Kompetenzen	Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21
KURZEINHEITEN	Bewegung <b>Röhrenblick</b>	«Röhrenblick» simulieren, Gefühle beschreiben	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler verstehen, wie sich eingeschränktes Sehvermögen auf die Unfallgefahr auswirkt.</li> <li>&gt; Sie erkennen den Zusammenhang von Alkoholkonsum und Risikosituation.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b
	Bewegung <b>Zielwurf</b>	Zielwurf mit einem Ball in einen Kreis: einmal beide Augen geöffnet, einmal ein Auge abgedeckt	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler verstehen, wie sich verminderte Reaktionsfähigkeit und beeinträchtigte Distanzeinschätzung auf die Unfallgefahr auswirkt.</li> <li>&gt; Sie erkennen den Zusammenhang von Alkoholkonsum und Risikosituation.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b
	Bewegung <b>Grenzen</b>	Unterschiedliche Distanzen einnehmen	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler verstehen, dass Alkoholkonsum das Wahrnehmen und das Respektieren von Grenzen beeinflusst.</li> <li>&gt; Sie erkennen den Zusammenhang von Alkoholkonsum und Risikosituation.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d WAH.4.2.d
<b>ALKOHOL</b>	<b>HAUPT-EINHEIT</b> 1 Lektion <b>Selbstbewusst und klar</b> «Gegen-Slogans» als Unterstützung zum Nein-Sagen	Die Zielvorgabe der Konsumgüterwerbung in Zeitschriften, Plakaten, im Fernseher, im Kino usw. ist klar: verkaufen. Dies tut sie mit Überredungsversuchen und indem sie uns zeigt, was wir haben sollten. Permanent erhalten wir Bedürfnisdefizite vor Augen geführt, die man scheinbar nur durch den Konsum bestimmter Produkte befriedigen kann. Dabei wird vermittelt, dass durch das Haben das Sein befriedigt werden kann und man so Achtung erlangt. Ähnlich sehen die Überredungsversuche von Gleichaltrigen aus. Diese Haupteinheit holt die Jugendlichen über die Problematik in ihren Alltagssituationen ab, um dann den Transfer zum Suchtthema herzustellen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass sie Hinterfragen, Nein-Sagen sowie selbstbewusstes Antworten trainieren können.</li> <li>&gt; Sie können den Konsumaufforderungen selbstbewusst und kritisch entgegenzutreten.</li> <li>&gt; Sie erkennen, dass permanente Konsumaufforderungen Suchtverhalten fördern.</li> <li>&gt; Sie kennen den Unterschied zwischen Selbst- und Fremdbestimmung in Bezug auf das Suchtverhalten.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d WAH.4.1.b NMG.1.2.f
KURZEINHEITEN	Auftrag <b>Entscheiden</b>	Die Schülerinnen und Schüler überlegen, wie sie sich verhalten sollen, wenn im Freundeskreis Alkohol angeboten wird.	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen Gründe, warum Jugendliche Alkohol konsumieren.</li> <li>&gt; Sie entscheiden, wie sie sich verhalten wollen und können dem Gruppendruck widerstehen.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4. a–d ERG.5.6.d WAH.4.2.d
	Auftrag <b>Was ist mutig?</b>	Die Schülerinnen und Schüler diskutieren Situationen aus ihrem Alltag und schätzen verschiedene Handlungsmöglichkeiten ein.	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen mutige Antworten, um der Trinkaufforderung zu widerstehen.</li> <li>&gt; Sie sind gegenüber der enthemmenden Wirkung von Alkohol kritisch eingestellt.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d WAH.4.2.d



Version 2/07-18

Modul	Thema	Aspekte/Aufgaben	Kompetenzen	Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21	
CANNABIS	HAUPT-EINHEIT 1-2 Lektionen	<b>Cannabiskonsum Motive und Rituale</b>	<p>Jugendliche werden angeregt, aufgrund eigener Erfahrungen, Wahrnehmungen und Beobachtungen die «Vorteile des Cannabiskonsums und des Nichtkonsums» zu untersuchen und kritisch zu beurteilen.</p> <p>Die Aufgabenstellung in dieser Einheit soll die Jugendlichen auf die «Körpersprache der Kifferinnen und Kiffer» sensibilisieren, indem die Konsumrituale spielerisch dargestellt und kritisch hinterfragt werden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Schülerinnen und Schüler kennen Motive und Rituale beim Cannabiskonsum.</li> <li>➤ Sie können «cool» sein, ohne sich zu berauschen.</li> </ul>	ERG.5.2.a ERG.5.6.d
	KURZ-EINHEITEN	✓ Auftrag <b>Alle tun es (Teil 1)</b>	<p>Diese Aufgabe besteht aus 2 Einheiten</p> <p>Teil 1: Ausfüllen des Fragebogens und Einschätzen von Verhaltensweisen</p> <p>Teil 2: Resultate, Auswertung und Diskussion (an einem anderen Tag)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Schülerinnen und Schüler können das persönliche Risikoverhalten wie auch jenes der Mitschülerinnen und Mitschüler reflektieren.</li> </ul>	ERG.5.2.a ERG.5.6.d NT.7.4.b
	KURZ-EINHEITEN	✓ Auftrag <b>Alle tun es (Teil 2)</b>	<p>Resultate des Fragebogens diskutieren und Schlüsse daraus ziehen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Schülerinnen und Schüler können aus der Diskrepanz zwischen Vorstellungen und Realität Schlüsse ziehen.</li> <li>➤ Sie kennen ihre Grundhaltung.</li> </ul>	ERG.5.2.a ERG.5.6.d NT.7.4.b
	HAUPT-EINHEIT 2 Lektionen	<b>Wirkung von Cannabis und Folgen des Konsums</b> (mit Lernüberprüfung)	<p>Die Jugendlichen sollen sich vertieft mit dem Zusammenhang zwischen Erwartung und Wirkung auseinandersetzen, sich Expertenwissen aneignen und Strategien diskutieren, um Konsum zu vermeiden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Schülerinnen und Schüler kennen die Wirkung von Cannabis.</li> <li>➤ Sie kennen die Faktoren, die die Wirkung beeinflussen.</li> <li>➤ Sie kennen die hauptsächlichen Folgen des Cannabiskonsums.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NMG.1.2.f
	KURZ-EINHEITEN	✕ Dialog <b>Stellung beziehen</b>	<p>2 Fallsituationen einschätzen, Stellung beziehen und begründen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Schülerinnen und Schüler können Risiken erkennen, Stellung beziehen und die eigene Meinung vertreten.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a-d ERG.5.6.d
	KURZ-EINHEITEN	✕ Dialog <b>Cannabis-Mythen</b>	<p>4 Aussagen in Pro- und Kontragruppen diskutieren</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Schülerinnen und Schüler kennen Fakten zu den Cannabis-Mythen.</li> <li>➤ Sie können sich eine Meinung bilden und diese vertreten.</li> <li>➤ Sie können mit Mitschülerinnen und Mitschülern argumentieren.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a-d ERG.5.6.d





Version 2 / 07.18

Modul	Thema	Aspekte/Aufgaben	Kompetenzen	Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21
CANNABIS KURZEINHEITEN	Dialog Wirkung und Verhalten	Wirkung und Verhalten bei Cannabiskonsum erkennen und diskutieren	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler erkennen Symptome von Cannabiskonsum.</li> <li>&gt; Sie kennen ihre Grundhaltung im Kontakt zu Cannabiskonsumierenden.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NMG.1.2.f
	Quiz Gesetzesbestimmungen	Sich mit Gesetzesbestimmungen zu Cannabis auseinandersetzen	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler wissen Bescheid über Gesetzesbestimmungen.</li> <li>&gt; Sie kennen die Folgen von Gesetzesübertretungen.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b
	Quiz Wirkung und Folgen	Hauptsächliche Wirkung von Cannabis und die Folgen des Konsums kennenlernen	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen die kurzfristigen und die langfristigen Folgen von Cannabiskonsum.</li> <li>&gt; Sie können die Risiken abschätzen.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NMG.1.2.f
	Quiz Verschiedene Aspekte	Aussagen einschätzen und Antworten begründen	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler haben Sachkenntnis zu Rauschzustand, Lungentätigkeit und Intelligenzquotient.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NMG.1.2.f
	Quiz Psyche	3 Fremdwörter zum Thema Cannabis und Psyche erklären können	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen die Wirkung von Cannabis auf die Psyche und seine wichtigsten psychoaktiven Substanzen.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b
	Auftrag Gesetzgebung	Diskussion über gesetzliche und gesellschaftspolitische Aspekte von Cannabis	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler kennen verschiedene Modelle der Gesetzgebung.</li> <li>&gt; Sie können argumentieren und sich eine eigene Meinung bilden.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b
	Bewegung Fische im Netz	Gehe um bewegliche Hindernisse, ohne gefangen zu werden 2 Durchgänge (einmal mit Körperdrehung)	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass ein Rauschzustand die Wahrnehmung verändert und die Reaktionsfähigkeit beeinträchtigt.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NMG.1.2.f



Version 2/07-18

Modul	Thema	Aspekte/Aufgaben	Kompetenzen	Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21
KURZEINHEITEN	Bewegung Kurzeitgedächtnis	Akustisch wahrgenommene Begriffe im Normal- und im Rauschzustand wiedergeben	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler erkennen einen Zusammenhang zwischen Rausch und Gedächtnisleistung.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NT.7.4.b
	Bewegung Klares Denken	Arbeitsblatt lösen und Übungen dazu machen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler können einen Zusammenhang erkennen zwischen klarem Denken, Konzentration und Cannabisrausch.</li> </ul>	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NMG.1.2.f
	Bewegung Selbstbewusst sein	Verschiedene Körperhaltungen einnehmen und das Gefühl dazu wahrnehmen sowie äussern	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass sich regelmässiger Cannabiskonsum auf die Arbeitshaltung und die Leistungsmotivation auswirkt.</li> <li>Sie erkennen, dass die Körperhaltung die innere Haltung widerspiegeln kann.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d
HAUPT-EINHEIT 1–2 Lektionen	<b>Selbstbewusst und klar</b> Eindeutiges/mehrdeutiges Verhalten	Zweideutige Kommunikation kommt in ritualisierten Umgangsformen wie auch in den «Beziehungsspielen» von Jugendlichen häufig vor. Bei Jugendlichen, die auf der Suche nach dem eigenen Selbst sind, können zweideutige Aussagen ihre Unsicherheit verstärken und risikoreiches Verhalten provozieren.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler verstehen, dass ein eindeutiges Ja oder Nein hilft, Risiken zu vermeiden.</li> <li>Sie erkennen, dass Ausreden und Ausweichmanöver nur zur Not verwendet werden dürfen.</li> <li>Sie erkennen den Zusammenhang zwischen dem klaren Ja- bzw. Neinsagen im Alltag und der Suchtproblematik.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d NMG.1.2.f
KURZEINHEITEN	Dialog Entscheiden	Vorgegebene Situation als Szene spielen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler verstehen den Einfluss von Gruppendruck.</li> <li>Sie kennen ihr Verhalten gegenüber Konsum und Nichtkonsum von Cannabis.</li> </ul>	ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d WAH.4.1.c
	Auftrag Was hilft mir?	Selbstbeurteilung vornehmen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Schülerinnen und Schüler kennen Möglichkeiten, sich in Problemsituationen zu entlasten.</li> <li>Sie können das Risiko von Ausweichverhalten vermindern.</li> </ul>	ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d WAH.4.1.c

CANNABIS



Version 2 / 07.18

Modul	Thema	Aspekte/Aufgaben	Kompetenzen	Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21	
<b>SUCHT UND RISIKO</b> HAUPT-EINHEITEN	1 Lektion	<b>Risikokompetenz</b> Risikotypen, Rausch- und Risikoerfahrung, Teak a break»	Die Übung «Risikotyp» gibt den Jugendlichen die Möglichkeit, sich zu positionieren und über das Thema zu reflektieren. Wichtig ist, dass die Diskussion so nahe wie möglich am Alltag der Jugendlichen stattfindet. Deshalb soll auch auf die eigenen Rausch- und/oder Risikoerfahrungen eingegangen werden. Solche Erlebnisse folgen meistens einem bestimmten Ablauf. Dabei spielt die «Take-a-break»-Option d. h. eine Pause zu machen, bevor eine Handlung vollzogen wird, eine zentrale Rolle. Den Jugendlichen soll aufgezeigt werden, dass sie selbstverantwortlich entscheiden müssen, egal ob sie ein Risiko eingehen oder nicht.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Schülerinnen und Schüler kennen ihren eigenen Risikotyp und wissen, dass das Verhalten von bestimmten Situationen abhängt.</li> <li>➤ Sie können eigene Rausch- und/oder Risikoerlebnisse reflektieren und aus den Erfahrungen lernen.</li> <li>➤ Sie verstehen, dass «Take a break» hilft, selbstbewusst zu handeln.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.2.a ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d WAH.4.1.b NMG.1.2.f
	2 Lektionen	<b>Umgang mit Druck</b> Umgang mit Druck, Gruppendruck, Selbstsicherheit	Die Stärkung der Persönlichkeit, insbesondere des Selbstwertgefühls, ist ein wichtiger Aspekt der Suchtprävention. Das Vertreten der eigenen Meinung in der Gruppe (personale Kompetenz) und die Fähigkeit, andere Meinungen gelten zu lassen (soziale Kompetenz), können im Dialog und spielerisch in der Klasse oder in einer Gruppe eingeübt werden.  Der Schulalltag, die Eltern oder Freundinnen und Freunde können bei Jugendlichen Stress auslösen. Es ist wichtig zu wissen, wie solche Situationen bewältigt werden können.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Lernenden kennen mögliche eigene Gefühle der Gruppe gegenüber.</li> <li>➤ Sie können besser mit Gruppendruck und Ausgrenzung umgehen.</li> <li>➤ Sie können selbstsicherer vor der Gruppe die eigene Meinung vertreten.</li> <li>➤ Sie kennen Reaktionsmöglichkeiten und Anlaufstellen bei allgemeinem Druck.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d WAH.4.1.c NMG.1.2.f
	2–3 Lektionen	<b>Erste Hilfe</b> Erste Hilfe in Akutsituationen	Jugendliche können mit der Situation konfrontiert werden, dass ein Freund, eine Freundin oder eine unbekannte Person in ihrer Nähe massiv betrunken, handlungsunfähig oder gar ohnmächtig ist. Wie sollen sie in einer solchen Situation reagieren? Eine Frage, die nicht leicht zu beantworten ist.  Am Ende dieser Einheit soll den Jugendlichen eine Checkliste zur Verfügung stehen, die ihnen hilft, in einer solchen Situation bestmöglich zu handeln.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Schülerinnen und Schüler können in einer Akutsituation Hilfe leisten.</li> <li>➤ Sie können Informationen reflektieren, strukturieren und in geeigneter Form festhalten.</li> <li>➤ Sie können ihre selbst gestaltete Erste-Hilfe-Taschencheckliste nutzen.</li> </ul>	ERG.5.1.c ERG.5.4.a–d ERG.5.6.d WAH.4.1.c NMG.1.2.f