

## Kurzbeschreibung zur Wahl eines P-Seminars durch die Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufe 10

**Lehrkraft: Andrea Felser-Friedrich, Gerlinde Kufner**

**Leitfach: Religionslehre**

### 1. Allgemeine Studien- und Berufsorientierung

### 2. Projektthema: Chillst du schon oder surfst du noch?

Wir leben in einer Welt, in der es vor allem darum geht, immer mehr Geld zu machen, Erfolg zu haben, Leistung zu bringen, ohne Rücksicht auf Verluste. Die 24/7-Möglichkeiten moderner Medien lassen den Stresslevel steigen.

Im Gegensatz dazu stehen Ressourcenorientierung, Entschleunigung, Nachhaltigkeit.

Wesentlicher Bestandteil des Seminars wird es sein, Meditations- und Entspannungstechniken kennen zu lernen, die es ermöglichen, sich in der modernen, digitalisierten Leistungsgesellschaft nicht zu verlieren.

Außerdem soll der Blick dafür geschärft werden, dass Profit immer auch bezahlt werden muss, wenn auch vielfach von anderen. Es werden Initiativen vorgestellt, die unserer Konsumgesellschaft eine Absage erteilen und den Menschen in den Mittelpunkt rücken.

Halb-jahre	Monate	Tätigkeit der Schülerinnen/Schüler und der Lehrkraft	geplante Formen der Leistungserhebung (mit Bewertungskriterien) und Beobachtungen für das Zertifikat
11/1	Sept. - Feb.	Allgemeine Studien- und Berufsorientierung Kennenlernen verschiedener Meditationstechniken	Erstellung von Recherchebögen im Zusammenhang mit der Berufswahl und von Bewerbungsunterlagen
11/2	März - Juli	Einüben verschiedener Entspannungstechniken Kennenlernen von unterschiedlichen Initiativen, die Entschleunigung und Nachhaltigkeit leben Evtl. eigene Experimente mit Smartphoneverzicht	Beobachtung des persönlichen Engagements Bewertung von Beiträgen in der Planungsphase
12/1	Sept. - Feb.	Durchführung von Projekten, z.B. Planung und Durchführung von Entspannungskursen, Planung und Durchführung einer Fair-trade-Aktion, Gestaltung einer Ausstellung zu nachhaltigem Handeln,	Bewertung des Projekts

Externe Partner, die voraussichtlich beteiligt sind:

Frau Karin Rackelmann, Yoga-Lehrerin; Buddhistisches Zentrum Erlangen; Kloster Plankstetten; missio; kath. Pfarrgemeinden bzw. ev. Kirchengemeinden vor Ort und deren Eine-Welt-Initiativen; Geflügelhof Schubert, Bio-Laden Eschenau

Weitere Bemerkungen zum geplanten Verlauf des Seminars:

Es muss die Bereitschaft bestehen, an den Besinnungstagen der Q11 und einer Wallfahrt teilzunehmen.