Wahl des Berufsfeld-Plus-Kurses

Liebe Schülerinnen und Schüler

Für das dritte Schuljahr wählen alle Schülerinnen und Schüler der FMS zwei Berufsfeld-Plus-Kurse (BF+ Kurse) aus dem untenstehenden Angebot. Ausnahme sind die Schülerinnen und Schüler im Berufsfeld Pädagogik. Dort gibt es nur einen einzelnen und bereits festgelegten BF+ Kurs (Psychologie/Pädagogik).

Alle BF+ Kurse werden mit zwei Wochenlektionen geführt. Im Jahreszeugnis erscheinen die beiden Kurse (resp. ein Kurs im BF PG) als Einzelnoten. Im FMS-Ausweis erscheint die Note, die sich aus dem gerundeten Durchschnitt der beiden BF-Plus-Kurse ergibt. Über die Inhalte der verschiedenen Kurse informieren Sie sich bitte auf den folgenden Seiten.

Wahlregeln:
Für jedes Berufsfeld ist festgelegt, welche BF+ Kurse gewählt werden können.

BF+ Kurse nach Berufsfeldern

Gestaltung und Kunst	Gesundheit/Natur-wissenschaften	Soziale Arbeit	Pädagogik
Gesprächsführung	Einführung Laborarbeit	Bildnerisches Gestalten	Psychologie/Pädagogik (Im BF PG findet nur ein BF+ Kurs statt)
Interkulturalität	Ernährungslehre	Ernährungslehre	
Musik	Interkulturalität	Gesprächsführung	
Psychologie/Pädagogik	Mathe NW	Interkulturalität	
Textiles Gestalten	Psychologie/Pädagogik	Musik	
	Sporttheorie	Textiles Gestalten	

Wahlprozedere:

1. Loggen Sie sich mit Ihren persönlichen Daten auf SAL ein. Das Anmeldeportal ist offen vom **Mittwoch, 3. Dezember 2025, 10:40 Uhr bis zum Mittwoch, 10. Dezember 2025, 10:40 Uhr.**
2. Klicken Sie oben auf den Reiter «eSchool». Anschliessend klicken Sie links in der Navigationsleiste auf «Anmeldemaske» und folgen den Anweisungen in den grün hinterlegten Feldern.
3. Wählen Sie in den Drop-Down-Menüs (unter «Neues Angebot wählen») je einen Kurs aus in der Reihenfolge Ihrer Priorität (von links nach rechts). Bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der Taste «hinzufügen». Erst dann ist die Wahl gespeichert.
4. Schliessen Sie die Anmeldung ab und **drucken Sie das Formular** aus.
5. Geben Sie das unterschriebene Formular bitte **bis Donnerstag, 11. Dezember 2025 um 10:40 Uhr** via Klassenvertretung klassenweise und alphabetisch geordnet auf dem Sekretariat ab.

Annina Stohler / November 2025

BILDNERISCHES GESTALTEN

Wählbar für Schüler:innen aus den Berufsfeldern:

- **Soziale Arbeit**

In diesem Kurs setzen Sie sich durch praktisches Arbeiten mit Bildern auseinander. Es gibt sie zwei- oder dreidimensional, bewegt oder unbewegt, körperlich greifbar oder digital. Bilder zeigen und sagen uns etwas, sie berühren uns, beeinflussen uns und werden gelesen und gedeutet. Mit Bildern kommunizieren wir, mit ihnen erfassen und gestalten wir unsere Welt. Sie sind deshalb so etwas wie eine zweite Sprache.

Der Unterricht des 3. Jahres erweitert und vertieft Ihre bisherigen gestalterischen Fähigkeiten. Die Grundlage des Fachs ist das Weiterentwickeln der eigenen Ausdrucksfähigkeit, der respektvolle Umgang mit eigenen und fremden Bildern sowie die Begegnung mit Originalwerken im Museum.

Hier können Sie Ihre gestalterischen Ideen und Freude am Gestalten sowie die Selbständigkeit stärken und Ihre Wahrnehmung schärfen. Als Lerngebiete werden zum Beispiel verschiedene Drucktechniken, verschiedene grafische Werkzeuge, das Thema Raum und Körper oder der Umgang mit Form und Farbe erprobt. Mit den erlernten Techniken und Kompetenzen setzen Sie eigene Projekte um.

Dieser Berufsfeld-Plus Kurs fördert Ihre Fähigkeiten zu kommunizieren, visualisieren und dem kreativen Prozess mit Offenheit zu begegnen. Er bildet damit eine wichtige Grundlage für die spätere Ausbildung.

EINFÜHRUNG LABORARBEIT

Wählbar für Schüler:innen aus dem Berufsfeld:

- **Gesundheit / Naturwissenschaften**

Im Labor braucht es Übung!

Der Kurs Laborarbeit bietet Ihnen die Möglichkeit, sich weiter mit dem Arbeiten im Labor zu vertiefen. Sie planen und führen Experimente und Untersuchungen selbständig durch. Dabei wenden Sie schon bekannte Arbeitsmethoden an und erlernen gleichzeitig neue. Sie lernen dabei auch, Ihre Arbeit korrekt zu dokumentieren und ein Laborjournal zu führen. Wir werden auch gemeinsam Forschungs- oder Industrielabors besuchen, um Einblick in die wissenschaftliche Arbeit zu erhalten. Im Kurs Laborarbeit werden Sie also optimal auf Praktika im Bereich Gesundheitswesen und Naturwissenschaften vorbereitet.

Wir gehen ganz unterschiedlichen Fragestellungen auf den Grund:

- Wie gewinnt man reine Zitronensäure aus Zitronen?
- Wie stellt man Seifen, Duschgels und Handcremen her?
- Wie wandle ich ein Medikament in einen Duftstoff um?
- Wie bestimmt man den Säuregehalt in Essig?
- Wie arbeitet man mit Bakterien ohne Gefahren einzugehen?
- Wie Untersuche ich die DNA von Lebewesen?

Dabei bleibt das Experiment, also die praktische Arbeit, immer im Vordergrund.
Ausgehend von ersten Laborerfahrungen in den Stammfächern Biologie, Chemie, und Physik ist dieser Kurs besonders für Schülerinnen und Schüler aus dem Berufsfeld Gesundheit gedacht, die später im Bereich der Naturwissenschaften arbeiten wollen (z.B. Studium Life Sciences, Chemie oder Biomedizinische Analytik).

Falls Sie also den oberen Fragen näher auf den Grund gehen möchten und lernen möchten, im Labor selbständiger zu arbeiten, ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie.

ERNÄHRUNGSLEHRE

Wählbar für Schüler:innen aus den Berufsfeldern:

- **Gesundheit / Naturwissenschaften**
- **Soziale Arbeit**

Leitideen

Die Fähigkeit zum Hauswirtschaften ist ein wichtiger Bestandteil für die autonome Alltagsgestaltung. Gesundheitliche, ökologische, wirtschaftliche und soziale Fragestellungen sind wichtige Themen.

Lerninhalte

Das Angebot bietet einen theoretischen und praktischen Teil.

Die Theorie behandelt folgende Aspekte: Produktion, Anbaumethoden, Labels, Gentechnologie, Food Waste, Kreislaufwirtschaft. Diese Schwerpunkte werden am Bespiel eines Nahrungsmittels praxisnah analysiert und ausgeführt.

Kurskosten: CHF 80,-

GESPRÄCHSFÜHRUNG

Wählbar für Schüler:innen aus den Berufsfeldern:

- **Gestaltung und Kunst**
- **Soziale Arbeit**

Wir alle sind in beruflichen und privaten Gesprächssituationen immer wieder gefordert. In Organisationen, Partnerschaften, Familien, in Gesellschaft und Politik, bei Konflikten genauso wie in Lebenskrisen sind ausgewählte und angemessene Gesprächsstrategien hilfreich.

Der Unterricht vermittelt Ihnen das Grundlagenwissen, um unterschiedliche Gesprächssituationen zu bewältigen: Kommunikationspsychologie und Gesprächsführungsmodelle sollen Sie befähigen, unterschiedliche Gesprächsanlässe zu beobachten, zu analysieren und zu steuern.

So lernen Sie unter anderem

- Ihre Selbstwahrnehmung zu entwickeln
- das eigene Gesprächsverhalten zu reflektieren
- aktiv zuhören zu können
- nonverbale und verbale Ausdrucksmöglichkeiten anzuwenden
- Ihre Stimme bewusst einzusetzen und zu führen
- die eigene Auftrittskompetenz zu stärken

In diesem Lernangebot werden gemeinsam thematische Schwerpunkte gesetzt, Neues ausprobiert und reflektiert, um Sie in Ihrer Selbstwahrnehmung, Ihrem Rollenverhalten und Ihren kommunikativen Fähigkeiten zu stärken. Gerade für angehende Lehrpersonen, aber auch in anderen sozialen Berufsfeldern sind bewusstes Sprechen, eine gut geführte Stimme, klares Auftreten und eine sichere Gesprächsführung wichtig.

INTERKULTURALITÄT

Wählbar für Schüler:innen aus dem Berufsfeld:

- **Gesundheit / Naturwissenschaften**
- **Gestaltung und Kunst**
- **Soziale Arbeit**

Kontext

Täglich wird in den Medien über Migration und Integration berichtet und auch gestritten. Unterschiedliche Emotionen prägen die aktuelle Diskussion.

Wir sehen verstörende Bilder von Flüchtlingen, Menschen verlassen ihre Heimat und suchen bessere und sichere Lebensverhältnisse… mit Folgen für die Betroffenen und Auswirkungen in den Aufnahmeländern.

Wir leben in einer komplexen, multikulturellen Gesellschaft, die wir als Bereicherung oder Verunsicherung erleben können. In vielen Berufen gehört der Kontakt mit Menschen aus anderen Ländern und Kulturen zum Alltag.

Interessieren sie sich für kulturelle Vielfalt, beschäftigen sie diese Bilder? Haben Sie Freunde oder Freundinnen aus anderen Kulturkreisen? Kommen Sie selber aus einer anderen Kultur?

Lerninhalte

In diesem BF Plus Kurs suchen wir Antworten auf diese Fragen. Wir beschäftigen uns mit den Themen Heimat und Kultur, Diversität, Religion(en), Migration, Flucht, Menschenrechte und Integration.

Spannende Diskussionen in der Klasse, Exkursionen, direkte Begegnungen mit Menschen aus anderen Kulturkreisen und Institutionsbesuche bereichern unsere Auseinandersetzung.

Ziele und Kompetenzen

Ziel dieses Kurses ist es, globale, nationale aber vor allem auch persönliche Zusammenhänge zu erkennen, die eigenen Werte zu entdecken und die kulturelle Vielfalt als Chance für die persönliche und soziale Entwicklung verstehen zu lernen. In diesem Kurs wird viel Wert auf praktische Erfahrung gelegt.

Interkulturelles Verständnis und interkulturelle Kompetenz werden in Zukunft in allen Bereichen des Lebens gefordert sein. Am Arbeitsplatz, in sozialen Beziehungen, in Freizeit und Politik.

MATHE NW

Wählbar für Schüler:innen aus dem Berufsfeld:

- **Gesundheit / Naturwissenschaften**

Leitideen

Mathematik ist ein wichtiger Bestandteil vieler naturwissenschaftlicher und technischer Studiengänge und der Life Sciences.
Dieser Kurs erschliesst den Schülerinnen und Schülern Lerngebiete, welche gerade in den Einführungsjahren an der Hochschule von Bedeutung sind.
Neben angehenden Studierenden der Life Sciences und anderer Studiengänge im Bereich Technik, Naturwissenschaft und Gesundheit richtet sich dieser Kurs auch an Schülerinnen und Schüler, die ein grosses Interesse am Fach Mathematik haben.
Die Lerninhalte schliessen nahtlos an die Inhalte im Kernfach Mathematik an und fokussieren sich auf den Anschluss an die Fachhochschule, wobei Tempo und Schwierigkeitsgrad sich am Kernfach orientieren.

Kompetenzen und Fertigkeiten

Die Schülerinnen und Schüler

- kennen das Konzept der Steigung einer Funktion. Sie können dieses bei der Modellierung realitätsnaher Anwendungen zielführend einsetzen. Damit wird die Grundlage der Differentialrechnung gelegt.
- können mit Hilfe der Vektorrechnung Problemstellungen im zwei- und dreidimensionalen Raum bearbeiten.
- verstehen die mathematische Sprache, wie sie an der Fachhochschule verwendet wird, und können in mathematischen Problemstellungen ihre Gedanken stringent darstellen und präzise argumentieren.

Lerninhalte

- Einführung in die Differentialrechnung: Steigungsverhalten von Funktionen, Anwendungen
- Einführung in die Vektorgeometrie, Rechnen mit Vektoren
- mathematische Schreibweisen, vor allem am Beispiel von Ungleichungen

MUSIK

Wählbar für Schüler:innen aus den Berufsfeldern:

- **Gestaltung und Kunst**
- **Soziale Arbeit**

Wir beschäftigen uns auf ganz praktische Art und Weise mit der grossen Welt der Musik, ihrer Geschichte und ihrer Klangwelten.

Gemeinsames Singen und Musizieren:

- Stimmbildung
- Erweiterung des Liedrepertoires

Gehörbildung und Musiklehre:

- Festigen der rhythmischen und melodischen Fähigkeiten
- Eigene Melodien und Begleitungen entwerfen

Kennenlernen von Kompositionen aus der Musikgeschichte

Beschäftigung mit Formen in der Musik

PSYCHOLOGIE / PÄDAGOGIK

Wählbar für Schüler:innen aus den Berufsfeldern:

- **Gesundheit / Naturwissenschaften**
- **Gestaltung und Kunst**
- **Pädagogik (verpflichtend)**
- **Musik**

Darum geht es:

- Psychologie und Pädagogik sind praxisnahe Fächer - sind doch wir Menschen das eigentlich Forschungsobjekt in beiden Fächern!
- Im einjährigen Kurs behandeln wir eine *Auswahl an interessanten Themen*, die sich mit dem Erleben & Verhalten (Psychologie) respektive mit der Erziehung (Pädagogik) von uns Menschen befassen (vgl. unten!).
    - Im Fachbereich Psychologie geht es darum, die wichtigsten Grundlagen zu Begriffen, Modellen und Methoden der wissenschaftlichen Psychologie zu erwerben und von der Alltagspsychologie abgrenzen zu können.
    - Im Fachbereich Pädagogik setzen Sie sich mit ausgewählten theoretischen & praktischen Aspekten der Erziehung auseinander, unter anderem, indem Sie das erlangte psychologische Wissen auf verschiedene Erziehungssituationen übertragen.
- Sie sollen am Ende dieses Kurses also *menschliches Erleben und Verhalten*, aber auch *erzieherisches Denken und Handeln* besser verstehen und es neugierig, aber auch kritisch hinterfragen können.
- Spannende Rückschlüsse und Querverbindungen zum eigenen Leben eröffnen Ihnen einen neuen Blick auf den Alltag.

Die Ziele:

- Der Kurs soll Ihnen ausgewählte Skills mit auf den Weg geben und Sie auf Situationen und Tätigkeiten vorbereiten, bei denen der Mensch im Zentrum steht. Auch soll er Ihnen dabei helfen, zwischenmenschliche Situationen besser zu verstehen und bewusster auf Menschen zugehen zu können.
- Der Unterricht in Psychologie und Pädagogik hilft Ihnen u.a. auch
    - eine differenzierte Wahrnehmung des eigenen Erlebens & Verhaltens sowie allgemeiner menschlicher Verhaltensweisen zu erlangen;
    - das Selbst- und Fremdverständnis zu stärken;
    - einen bewussteren Umgang mit sich selbst und anderen zu fördern.
- Allenfalls kann der Kurs eine Entscheidungshilfe für die spätere Berufsausbildung sein.

Diese Themen und Fragestellung erwarten Sie (kursiv: eine Auswahl daraus)

- **Einführung in die Psychologie & Pädagogik**
    - Womit befassen sich die beiden Fächer Psychologie und Pädagogik?
    - Wo treffen wir Psychologie im Alltag an und welches sind die wichtigsten Anwendungsfelder?

    - Worin liegen die Unterschiede zwischen der (naiven) Alltagspsychologie und der wissenschaftlichen Psychologie, und wie funktioniert überhaupt eine wissenschaftliche Untersuchung?
- **Sozialpsychologie:**
    - Warum verhalten wir uns nicht immer so, wie wir wollen oder sollen? Wie verhält sich der Mensch in der Gruppe, und was sind die Mechanismen des «Gruppendrucks»?
    - *Wie funktioniert eigentlich das Miteinander-Reden? Weshalb entstehen Missverständnisse & Streit, und wie kann man erfolgreich kommunizieren?*
    - *Wie erklärt die Psychologie Aggression & Gewalt, und was kann dagegen getan werden?*
- **Menschliche Wahrnehmung und die Psychologie der Gefühle:**
    - Wie funktioniert unsere Wahrnehmung?
    - Weshalb ist unsere Wahrnehmung alles andere als 'objektiv'?
    - Welche typischen „Fehler" machen wir beim Wahrnehmen und was bewirken diese Fehler bei den anderen?
    - *Welche Rolle spielen unsere Gefühle im täglichen Leben für uns, für unseren Lebenserfolg und für die anderen? Und was bedeutet „emotionale Intelligenz"?*
- **Lernpsychologie:**
    - Weshalb verspielen gewisse Menschen ihr Geld im Spielcasino? Was hat das mit «Lernen» zu tun, und nach welchen psychologischen Lerntheorien haben Sie bisher gelernt?
    - Was weiss die Psychologie und die Pädagogik über das Lernen? Wie setzen PädagogInnen Erkenntnisse der Psychologie um, damit Kinder möglichst gut – d.h. motiviert, mit Freude & erfolgreich – lernen?
    - *Wovon hängt es ab, ob Ihr Gedächtnis funktioniert, und wie können Sie es optimieren?*
- **Pädagogik:**
    - Was versteht man unter Erziehung und was bedeutet der Satz „kompetente Eltern haben kompetente Kinder"?
    - Welche Erziehungsstile und Erziehungsmassnahmen sind erfolgreich und haben keine schädlichen Nebenwirkungen?
- **Klinische Psychologie:**
    - Welche psychischen Störungen gibt es? Was sind die häufigsten psychischen Störungen, und woher stammen die Vorurteile gegenüber psychischen Erkrankungen?
    - Was sind die Gründe für deren Entstehung und welche Therapien helfen dagegen?
    - Vertiefung einzelner psychischer Störungen:
        - Z.B. Panik-Störung (mit Agoraphobie) im Rahmen von Angsterkrankungen;
        - Z.B. Bipolare Erkrankung (früher: „Manisch-depressive Störung");
        - Sie wählen zu zweit *eine* psychische Störung aus, vertiefen sich darin und präsentieren diese der Klasse während einer Unterrichtslektion.

SPORTTHEORIE

Wählbar für Schüler:innen aus den Berufsfeldern:

- **Gesundheit / Naturwissenschaften**

Sport und Bewegung ist ein zentraler Ausgleich zur heutigen sitzenden Lebensweise. Bewegungsarmut hingegen wird durch ihre zunehmende Ausbreitung zum ernsthaften Problem in unserer Gesellschaft. Vom Kleinkind bis ins Seniorenalter spielt die Bewegung eine wesentliche Rolle für die Entwicklung und das Wohlbefinden. Auch Sie als Schüler:in sind in Ihrem Alltag verschiedenen Risiken ausgesetzt. Das Wissen über die Funktionsweise unseres Körpers und die Qualität der Bewegung spielt eine zentrale Rolle, um gesund und fit zu bleiben.

Sie lernen deshalb in diesem Berufsfeld Plus Kurs, wie Sie mittels Bewegung Ihre Gesundheit und Fitness stärken und körperliche Risiken mindern können. Im Sporttheorie Kurs lernen Sie Ihre eigene Situation bewusst wahrzunehmen und haben einen Fundus von geeigneten Übungen zur Verfügung. Dies erlaubt Ihnen, Ihren Alltag bewegt und gesund zu gestalten und Andere in dieser Thematik zu beraten.

Sie werden Ihre persönliche Kompetenz in folgenden Bereichen erweitern:

- Körperbewusstsein
- Steuerung von Haltung, Bewegung und Körpersprache
- Ausdauer / Kraft / Beweglichkeit / Koordination
- Trainingsgrundlagen
- Anatomie und Physiologie des Menschen
- Wirkung von Bewegung auf die Gesundheit
- Sitzen als Belastung
- Sport und Ernährung
- Entspannung und Stressmanagement

Voraussetzungen:
Vertieftes Interesse am menschlichen Körper und der Gesundheit in Bezug auf Sport und Bewegung.

TEXTILES GESTALTEN

Wählbar für Schüler:innen aus den Berufsfeldern:

- **Gestaltung und Kunst**
- **Soziale Arbeit**

Leitideen

Im Fach Textiles Gestalten werden die persönlichen und kreativen Fähigkeiten gefördert, Textilien wahrzunehmen und gestalterisch mit ihnen umzugehen. Textilien vermitteln Botschaften, sie verdeutlichen Denkweisen der Vergangenheit und der Gegenwart.
Durch das Begreifen und Erfahren unterschiedlicher Materialien werden feinmotorische, sinnliche und taktile Begabungen unterstützt. Die Schülerinnen und Schüler sollen zu kritischem und verantwortungsvollem Konsum- und Umweltverhalten geführt werden.

Kompetenzen und Fertigkeiten

Förderung der Selbstkompetenz:
Die Schülerinnen und Schüler können

- Organisationsfähigkeit und Flexibilität aufbauen;
- kreative und experimentelle Prozesse erleben und selber gestalten;
- eine Arbeit nach vorgegebenen oder eigenen Kriterien ausführen.

Förderung der Sozialkompetenz:
Die Schülerinnen und Schüler können

- im Team arbeiten, Teamfähigkeit üben;
- den Wert und die Bedeutung des Handwerks erkennen.

Förderung der Sachkompetenz:
Die Schülerinnen und Schüler können

- textile Techniken und Verfahren erproben, planen und zweck- und funktionsgerecht ausführen;
- mit Materialien, Werkzeug und Geräten sachgerecht und umweltbewusst umgehen;
- sich mit gestalterischen Möglichkeiten individuell ausdrücken und ein ästhetisches Empfinden aufbauen;
- Qualitätsunterschiede erkennen und individuelle Qualitätsansprüche entwickeln;
- das eigene Konsumverhalten überdenken.

Lerrninhalte

- Flächen bilden, z.B. filzen, quilten und Patchwork
- Flächen um- und weiterbilden, z.B. drapieren, knüllen, falten
- Flächen verzieren, z.B. bemalen, bedrucken, färben
- Stoff verarbeiten: Hand- und Maschinennähen
- Grundformen der Bekleidung
- Textile Grundmaterialien
- Accessoire/Schmuck
- Bekleidung als Ausdruck der Persönlichkeit

Ergänzungsstoff:

- Besuch von Ausstellungen - Textile Ergänzung des Werkunterrichts
- Kostüme für Schultheater