

Kurstitel	Trägerfach	Kategorie	Inhalt
Ballschule	BESP	Sport	<p>„Spielen macht den Meister“</p> <p>Vielseitige Spiel- und Übungsformen zur motorischen (Weiter-)Entwicklung:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Kleine Spiele bzw. vorbereitende Spielformen 2) Ballkoordination (Ballgefühl, koordinative Übungen mit unterschiedlichen Bällen, etc.) 3) Große Sportspiele (Fußball, Basketball, Badminton, Hockey, etc.)
Bei Nacht und Nebel - Geschichte(n) der Kriminalität	GPB	WELT	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>"Im Schutze der Dunkelheit" trieben Diebe ihr Unwesen, "bei Nacht und Nebel" versuchten Schatzgräber ihr Glück und "selbst am helllichten Tage" war man in Kriegszeiten seines Lebens nicht sicher, "weil marodierende Soldaten im Rauben und Saufen allzu gierig" waren.</p> <p>Strafprozessakten und Verhörprotokolle geben nicht nur Aufschluss über die vergangene Rechtsauffassung, sondern bieten vor allem einen interessanten Einblick in die Lebenswelt der "einfachen Leute". Verhörprotokolle sind eine der raren Quellen, in denen diese sonst recht anonyme Bevölkerungsmehrheit zu Wort kommt, sodass wir daraus Schlüsse auf ihre Lebensrealität in der vorindustriellen Zeit ziehen können.</p> <p>Fragestellungen, die im Kurs thematisiert werden:</p> <p>Was trieb die Menschen in die Kriminalität? Welche Handlungen wurden von wem kriminalisiert? Auf welchen Rechtsgrundlagen basierte der Strafvollzug? Was erfährt man über das Leben der Akteure und Beschuldigten? Welchen Wahrheitsgehalt haben Darstellungen über das historische Rechtssystem in Film und Computerspiel?</p>
Cambridge C1 Advanced Certificate	E	Sprachen	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>C1 Advanced is an internationally recognised English language certificate. Obtaining this certificate can be a great advantage in your future career. This course prepares you for taking this exam which certifies that your English language skills are at level C1. (C1 is one level above B2, the level of your Matura.) With some preparation and practice, this certificate is achievable for those of you who are fluent in speaking and writing English and have a keen interest in the language. The structure of C1 Advanced is very similar to your English tests: reading comprehension and use of English, listening comprehension, writing and speaking. In this course we will practise the different test formats and work on strategies for the different parts of the exam.</p>

Die Hölle, das sind die anderen	PUP	WELT	<p>Schwerpunkte: Sozialpsychologie und Kriminalpsychologie</p> <p>„Mir hat dieser Kurs geholfen, in meinem Tun freier zu werden und nicht mehr so viel darüber nachzudenken, was die Anderen über mich denken oder sagen!“ (teilnehmende Schülerin) Wer bin ICH, wer sind die ANDEREN?</p> <p>„Der Mensch ist eine Insel“ – geht das überhaupt? Wie abhängig sind wir von anderen Menschen? Warum ist es für uns von Bedeutung, was andere Menschen über uns denken. Wer hat Einfluss auf mich und wieso? Die wahre Hölle, so Jean Paul Sartre, machen wir uns selbst, indem wir unsere Meinung von uns selbst zu sehr von dem Urteil anderer Menschen abhängig machen. Die Bedeutung von anderen Menschen für unser Tun und unser Denken kann gar nicht hoch genug eingeschätzt werden – wenn man jedoch darüber Bescheid weiß, erlangt man ein Stück Freiheit zurück.</p> <p>Dazu beschäftigen wir uns mit folgenden Themen:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Grundlagen der Sozialpsychologie – zwischenmenschliche Prozesse •Neid •Die Macht der Kränkung •Wertschätzung als Waffe gegen das Böse •Kriminalpsychologie: Amoklauf, Serienmörder, tödliches Schweigen– wenn Menschen Höllen schaffen •Terrorismus
Ernährung - alles rund um Lebensmittel	BU	Naturwissenschaften, Sport	<p>Kursbeschreibung:Kurslehrplan und Lernziele:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Der menschliche Körper und die Zufuhr von Nahrung. Grundlegende Konzepte aus den Ernährungswissenschaften / Nährstoffgruppen. 2) Stoffwechsel (Ernährung und Sport) 3) Ernährung und Umwelt (Auswirkung der menschlichen Ernährungsweise - Viehzucht / Waldrodung / Monokulturen / Nachhaltige Lebensmittelproduktion - Entstehung/Produktion/Vertrieb von Nahrungsmitteln 4) Ernährungsformen und Lebenseinstellungen - Vegan, Vegetarisch, Paleo, ... 5) Diäten und Krankheitsbilder welche im Zusammenhang mit Ernährung stehen 6) Nahrungsergänzungsmittel - was benötigen wir wirklich und was ist bloß "Geldmacherei" 7) Grundlagen in der Küche / Ernährung in der Praxis - "Gesunde Ernährung die auch schmeckt" 8) Ernährung in der Zukunft / die Zukunft von Fleisch

Film - Kurzfilme drehen und schneiden	KG	Kunst-Design-Medien	Kursbeschreibung: Filme drehen, schneiden und Einblicke in die wesentlichen Gestaltungsmittel des Films kennen und anwenden lernen. Filme lesen lernen, sowie die einzelnen Bausteine der Filmanalyse, der Gestaltungselemente, der Montagetechniken, visueller Konzepte und Kameraperspektiven praktisch erarbeiten.
Forschungsfelder und Arbeitsmethoden der Geistes- und Sozialwissenschaften	GPB	WELT	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>Die Geistes- und Sozialwissenschaften bieten ein reichhaltiges Spektrum an bereits vielfach erforschten, aber auch noch kaum behandelten Themen. In diesem Kurs werden bekannte Forschungsfelder, Themen und Arbeitsmethoden aus den Bereichen Philosophie, Psychologie, Ethik sowie Politik- und Geschichtswissenschaften vorgestellt und erprobt. Primär richtet sich dieser Kurs an Schülerinnen und Schüler, die planen, ihre VWA in einem der genannten Bereiche zu verfassen. Im Zuge dieses Kurses werden die Teilnehmenden die Gelegenheit erhalten, für ihren Interessensbereiche Arbeitstechniken zu erproben, Literatur zu recherchieren und eine wissenschaftliche Fragestellung zu entwickeln und auszuformulieren.</p>
Geld und Recht im Alltag	GWB	WELT	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>In diesem Kurs werden Gebiete aus dem Bereich Finanz (Banken, Aktien, Versicherungen, allgemeiner Konsum – Konsumkredite, Verträge) und Recht (Fachrichtungen, Grundlagen des Rechtsstaates (Gewaltenteilung / Föderalismus) etc.), Konsumentenschutz, Datenschutz, Familienrecht besprochen. Im Regelunterricht ist kein oder nur wenig Platz für diese Themen, welche jedoch im späteren Leben von immenser Bedeutung sind.</p> <p>In Form von Einzel- und Gruppenarbeit, Vorträgen von externen Experten, e-learning, Workshops und Exkursionen werden diese Inhalte behandelt. Der Kurs soll auch dazu beitragen Einblicke in die Materie Recht und Betriebswirtschaft zu schaffen und somit unterstützend bei der Entscheidungsfindung für spätere mögliche Studienrichtungen wirken.</p> <p>Beispiele:</p> <p>Grundbegriffe rund um Börse, Aktien, Depot und Investitionen, Seriosität von Mietverträgen bei Maklerabschlüssen, Ankauf von größeren Konsumgütern (z.B. Autokauf, Garantie/Gewährleistung), Versicherungen, Verstehen von Verträgen z. B. Handy, Clubmitgliedschaften, Ratengeschäfte (Zinsen) bei Nicht-Barzahlung, Studentenkonto und Lohnsteuerfragen (z.B. bei geringfügiger Beschäftigung als Student/in).</p> <p>Allgemeine Bürgerrechte (ABGB), Aufgaben des Verfassungsgerichtshofes, Volksanwaltschaft, Transparenzdatenbank etc.</p>

Glückswerkstatt – Glück und Sinn als Schulfach	PUP	WELT	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>Der antike Philosoph Aristoteles beschrieb das Glück als das höchste Ziel all unseres Tuns und Denkens. Höchste Zeit also, mehr Glücksgefühle in die Schule zu bringen.</p> <p>Glücksforschung ist ein wesentlicher Bereich moderner Wissenschaft geworden und wir sollten die faszinierenden Erkenntnissen kennenlernen und davon profitieren. Willkommen in der Glückswerkstatt!</p> <p>Was macht den Menschen glücklich? Was macht mich im Moment glücklich? Was macht mich langfristig zufrieden? Was ist mir wirklich wichtig? Wie schaffe ich es, mit negativen Gefühlen umzugehen?</p> <p>Es gibt ein paar Werkzeuge, die du für ein glückliches Leben selbst in die Hand nehmen und bewusst nutzen musst: Handeln, Leidenschaft, Klarheit, Selbstwert, Beziehungen und Gesundheit. All diesen Themen wollen wir in diesem Kurs besondere Aufmerksamkeit schenken und uns auch praktisch mit ihnen auseinandersetzen.</p> <p>In diesem Kurs bastelst du an deinem Glück! Denn wenn es um dein Glück geht, bis du gefragt. Es geht also in diesem Kurs nicht nur um Erkenntnisse aus der Glücksforschung, sondern es geht auch um persönliche Bewusstseinsarbeit.</p>
Grafikdesign 1 - Layout und Illustration	GD	Kunst-Design-Medien	<p>Ziel dieses Kurses ist es, Inhalte im Bereich Werbe- und Gebrauchsgrafik (Logodesign, Layout, Typografie und Plakatgestaltung) zu vertiefen und um künstlerische Elemente, die analoge Zeichnung und Grafikdesign verbinden (wie Illustration, Line Art, ...), zu erweitern.</p> <p>Gemeinsam realisieren wir dein Grafikdesignprojekt mithilfe der erlernten Techniken und selbst gewählten Schwerpunkten.</p>
Grafikdesign 4 - Webdesign	INF	Kunst-Design-Medien	<p>Kurslehrplan und Lernziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen des WWW (World Wide Web) - Technische Voraussetzungen, Webserverkonfiguration - Syntax der Seitenbeschreibungssprache HTML (Hypertext Markup Language) inkl. CSS (Cascaded Style Sheets) - Entwicklungsumgebungen - Ausarbeitung mehrerer Projekte im Team

How to Become a Tyrant – Die Geschichte der Diktatur. Vom Römischen Reich bis ins 21. Jh.	GPB	WELT	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>„Sic semper tyrannis – so immer den Tyrannen“, sollen die Worte von Brutus bei der Ermordung von Julius Caesar gewesen sein, nachdem dieser sich zum Diktator auf Lebenszeit ernennen ließ. Dabei war das Amt des Diktators im alten Rom sogar noch ein wesentlicher Bestandteil der römischen Republik. Heute haben wir aber eine ganz andere Vorstellung von dem Begriff des Diktators und den von ihm ausgehenden Machtsystemen. In diesem Kurs werden wir uns im Längsschnitt mit Diktaturen von der Antike bis in die Moderne auseinandersetzen. Ein besonderes Augenmerk wird dabei bei den Aspekten Wandel und Kontinuität sowie den zentralen Charakteristiken der Diktaturen ab dem 20. Jh. liegen. Wie haben sich im Laufe der Zeit Diktaturen verändert? Welche Gemeinsamkeiten lassen sich finden? Wie wird man überhaupt Diktator? Diese Fragen und viele mehr werden wir im Zuge dieses Kurses gemeinsam erarbeiten.</p>
Kitchen (Im)possible: Alles rund ums Kochen.	KO4A	WELT	<p>Kurslehrplan und Lernziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Lerne verschiedene Möglichkeiten der Lebensmittelverarbeitung kennen. -Lerne unterschiedliche Zubereitungsarten kennen und wie Lebensmittel gelagert werden können. -Lerne, was alles rund um das Kochen zu beachten ist. (Putzen, Tischdecken, Essen...)
Kraftsport in Theorie und Praxis	BESP	Sport	<p>Kursbeschreibung:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Kennenlernen unterschiedlicher Kraftsportdisziplinen in Theorie und Praxis 2) Aktive Gestaltung einer Übungssequenz zu einer bestimmten Disziplin (Kraftdreikampf) 3) Analyse über die Geschichte und Tradition unterschiedlicher Kraftsportdisziplinen 4) Bodybuilding als Variante des Kraftsports 4) Aktive Teilnahme
Künstlerische Photographie	KG	Kunst-Design-Medien	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>Künstlerische Photographie: Eigenständiges Arbeiten am photographischen Bild Auseinandersetzung mit Theorie und Praxis der Photographie</p>
Lautsprecherbau	TD	Kunst-Design-Medien	<p>Eine Kompaktanlage bzw. Boombox eigenhändig herzustellen und das Klangbild auf den persönlichen Geschmack abzustimmen ist neben der Gestaltung und dem Bau des Gehäuses Hauptziel des Kurses. Durch die handwerkliche Auseinandersetzung mit dem Thema sollen die notwendigen physikalischen, elektrotechnischen und elektronischen Grundlagen erschlossen werden und ein voll funktionsfähiger Alltagsgegenstand entstehen.</p>

Leichtathletik in Theorie und Praxis	BESP	Sport	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>Dieser Kurs bietet die Möglichkeit der Vertiefung in den verschiedenen Disziplinen der Leichtathletik. Von Lauf über Sprung bis hin zu Wurf und Stoß wirst du in jedem Bereich intensive Erfahrungen sammeln und deine athletischen Fähigkeiten weiterentwickeln.</p> <p>Neben der Verbesserung des Eigenkönnens steht auch die theoretische Auseinandersetzung mit den jeweiligen leichtathletischen Disziplinen im Fokus. Die Kursinhalte reichen von der Koordinations- und Konditionsschulung über die Kenntnis, Planung und Durchführung von Team-Leichtathletikeinheiten bis hin zum methodischen Aufbau spezifischer Disziplinen und der Fehlerkorrektur mittels Videoanalyse. Zusätzlich wird ein gezieltes Training für Sportaufnahmeprüfungen angeboten.</p> <p>Egal, ob du ein:e erfahrene:r Athlet:in bist oder gerade erst in die Welt der Leichtathletik eintauchst, dieser Kurs bietet dir die Möglichkeit, deine Fähigkeiten zu erweitern, neue Techniken zu erlernen und dich in einem unterstützenden Umfeld sportlich zu entfalten.</p>
Lumos maxima – Latein in Filmen, Serien und Videospielen	LAT	Sprachen	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>In zahlreichen Videospielen, Filmen und Serien kommt Latein vor, um Zaubersprüche oder Ähnliches zu formulieren. In diesem Kurs beschäftigen wir uns damit, inwiefern das verwendete Latein grammatikalisch richtig ist oder ob sich die Produzenten und Spieleentwickler etwaige Freiheiten erlaubt haben. Dabei werden wir viele verschiedene Filme und Videospiele näher beleuchten: „Barbaren“, „Vikings“, „Minecraft“ und „The Chilling Adventures of Sabrina“ sind nur einige Beispiele dafür.</p>
MedUni-Vorbereitung Biologie	BU	Naturwissenschaften	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>Dieser Kurs soll auf den Teil Biologie des Medizin-Aufnahmetests vorbereiten.</p>
MedUni-Vorbereitung Chemie	CH	Naturwissenschaften	<p>Kursbeschreibung: Vorbereitungskurs gemäß BMS-Breaker und weiteren Kursunterlagen</p> <p>Kurs für angehende Medizin- und Pharmaziestudenten</p>
MedUni-Vorbereitung Physik	PH	Naturwissenschaften	<p>Kursbeschreibung: Dieser Kurs soll auf den Teil Physik des Medizin-Aufnahmetests vorbereiten. Darüber hinaus eignet sich der Kurs zur Wiederholung/Auffrischung wichtiger Themen der Physik, die auch für andere Studienrichtungen relevant sind: Grundzüge der Mechanik, Optik, Elektrizitätslehre, Atom- und Kernphysik, Wärmelehre, Schwingungen und Wellen</p>

Methoden der praktischen Biologie	BU	Naturwissenschaften	<p>Mikroskopieren von Fixpräparaten und selber hergestellten pflanzlichen und tierischen Präparaten.</p> <p>Sezieren diverser Organe.</p> <p>Durchführung von physiologischen und sinnesphysiologischen Versuchen (z.B. zu Atmung, Kreislauf, Sinnesorgane).</p> <p>Verhaltensbeobachtungen an wirbellosen Tieren.</p> <p>Einfache Pflanzenbestimmungsübungen</p>
Modellieren mit Ton – Dreidimensionale Köpfe, Tiere, Objekte	KG	Kunst-Design-Medien	<p>Kursbeschreibung: In diesem Kurs geht es um das dreidimensionale Modellieren mit Ton. Zum Beispiel bei einem Kopf oder Körper die Proportionen räumlich umzusetzen. Mit den Händen die haptische Wahrnehmung erfassen und die Oberflächen bearbeiten. Eigene Vorstellungen praktisch umsetzen. Die künstlerische Plastik in verschiedenen Stilen der Kunstgeschichte kennen lernen.</p>
Monochrome Photographie	KG	Kunst-Design-Medien	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>Gestaltungspraxis monochrome Photographie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Landschaft - Stilleben - Portrait - Schein oder Sein???
Projekt Stadtarchiv: Leben in der Stadt der Frühen Neuzeit	GPB	WELT	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>Hinter dem Titel „Projekt Stadtarchiv“ eröffnet sich ein breites Themenspektrum über die Geschichte der Stadt in der (Frühen) Neuzeit im Allgemeinen. Am Beispiel von Steyr lässt sich veranschaulichen, wie Städte organisiert waren, wie das Alltagsleben der Bürger und jener, die es noch werden wollten, ausgesehen hat, welche Herausforderungen die Bevölkerung zu meistern hatte oder wie die Obrigkeit stets um Recht und Ordnung bemüht war, um ein paar Aspekte zu nennen.</p> <p>Was es mit der sprichwörtlichen „Torschlusspanik“ auf sich hat, warum die Nacht eines besonderen Rechtsrahmens bedurfte oder jugendliche Gäste aus halb Europa hohes Konfliktpotenzial in sich bargen, wird genauso behandelt wie erste Versuche, in Kurrentschrift verfasste Urkunden zu entschlüsseln oder mit der Stadtarchivarin über ihre Arbeit zu sprechen.</p>
Russisch 1	RS4	Sprachen	<p>2. Teil des Jahreskurses Russisch 1</p> <p>Einführung in die russische Schrift, Sprache und Kultur.</p> <p>Vermittlung und Ausbau von Grundfertigkeiten und Kenntnissen, Bewältigung diverser Alltagssituationen</p>

Russisch 2	RS4	Sprachen	DIES IST EIN JAHRESKURS - BITTE BEIDE SEMESTER BUCHEN - , DER BEI INTERESSE VERLÄNGERT WERDEN KANN UND IN 3 JAHREN (6 SEMESTER) ZUR MÜNDLICHEN MATURA BEFÄHIGT. Einführung in die russische Schrift, Sprache und Kultur. Vermittlung und Ausbau von Grundfertigkeiten und Kenntnissen, Bewältigung diverser Alltagssituationen
Spiel mit Buchstaben und Schrift	TD	Kunst-Design-Medien	Kursbeschreibung: -Grundlagen der Schriftgestaltung -Grundlagen des Handlettering -Handlettering in Kombination mit Bildern -Handlettering auf außergewöhnlichen Materialien -Buchstaben und Schrift in 3d Individuelle Schwerpunktsetzung ist möglich.
Sporttheorie 1 - Sportphysiologie	SPTH	Sport	Kursbeschreibung:Grundlagen der Anatomie, Physiologie und Ernährung
Sporttheorie 2 - Organisation und Geschichte des Sports	SPTH	Sport	Kurslehrplan: Gebrauch und Missbrauch diverser Substanzen im Sport Organisationen und Strukturen im Sport Historische Aspekte im Sport
Sporttheorie 4 - Psychologie und Ökologie des Sports	SPTH	Sport	Kursbeschreibung: 1. Phänomene der Bewegungskultur- Erscheinungen der Bewegungskultur-Gewalt,Aggression,Angst Fairness Werte im Sport-Sportmotivation, Sportemotion und Kognition 2. Wirtschaft, Umwelt, Politik: Sport als Wirtschaftsfaktor, Bezüge zw. Medien und Sport Sport und Ökologie
Taste and Tradition	KO4A	Sprachen, WELT	Kursbeschreibung: Dieser Kurs richtet sich an alle sprachfaszinierten Feinschmeckerinnen und Feinschmecker im Werndlpark und jene, die es noch werden wollen. Gemeinsam begeben wir uns auf eine Reise, um herauszufinden, was bei den Schülerinnen und Schülern in englischsprachigen Ländern täglich auf den Tisch kommt, und was das österreichische Pendant dazu wäre. In einem abwechselnden und abwechslungsreichen Modus werden wir Rezepte zu unterschiedlichen Themen, einmal in der anglo-amerikanischen Version, auf Englisch und einmal in der österreichisch-deutschen Version, auf Deutsch zubereiten, verkosten und (hoffentlich) auch genießen.
Uno, dos, tres - Spanisch sprechen ohne Stress	SPA4	Sprachen	"Reden, reden, reden" - in diesem Wahlmodul können Schülerinnen und Schüler, die ab der 5. Klasse Spanisch lernen, ihre mündliche Kommunikationsfähigkeiten trainieren (dialogisches und monologisches Sprechen, Rollenspiele, Übungen aus dem Improtheater, Zusammenfassen von Filmsequenzen usw.).

Ver/rückt - Psychische Krankheiten und Störungen	PUP	WELT	<p>Kursbeschreibung:</p> <p>Die psychische Gesundheit ist ein Thema, das alle betrifft. Psychische Krankheiten und Störungen sind Teil der Lebenswelt vieler Österreicherinnen und Österreicher, die tagtäglich mit ihrer psychischen Gesundheit zu kämpfen haben und darunter leiden. Dabei sind es nicht nur die psychischen Störungen selbst, sondern auch die Angst vor Stigmatisierung und Ausgrenzung aufgrund der Krankheit. In diesem Kurs werden wir uns gemeinsam mit der Thematik auseinandersetzen und versuchen Antworten auf grundlegende Fragen zu finden:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Was ist eine psychische Störung/Krankheit? -Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es? -Welchen Stigmatisierungen sind psychisch kranke Menschen ausgesetzt? -Wie wird gesellschaftlich mit diesem Thema umgegangen? <p>Wir werden uns diesen Fragen in drei Phasen langsam nähren:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Phase: Überblick zur Geschichte der Psychiatrie und dem Umgang mit psychischen Krankheiten und Störungen im 19. und 20. Jahrhundert. 2. Phase: Auseinandersetzung mit Vorurteilen und medialen Darstellungen von psychischen Krankheiten und Störungen. 3. Phase: Erarbeitung einzelner psychischer Krankheiten und Störungen, deren Klassifizierungen sowie deren Behandlungs- und Therapiemöglichkeiten.
Volleyball	BESP	Sport	Kursbeschreibung:Grundtechnik des Volleyball, Regelkunde für Halle und Beachvolleyball.
Webdesign - Erstellung von Webseiten	INF	Kunst-Design-Medien, Naturwissenschaften	<p>Kurslehrplan und Lernziele:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen des WWW (World Wide Web) - Technische Voraussetzungen, Webserverkonfiguration - Syntax der Seitenbeschreibungssprache HTML (Hypertext Markup Language) inkl. CSS (Cascaded Style Sheets) - Entwicklungsumgebungen - Ausarbeitung von Projekten im Team
Yoga, Entspannung, Achtsamkeit	BESP	Sport	<p>Fachkompetenz: Yoga, Entspannungstechniken, Kenntnisse über den Körper</p> <p>Sozial- und Selbstkompetenz: Achtsamkeit, gesundheitsförderliche Körperarbeit in den Schulalltag integrieren, reflexives Verfassen von Gedanken im persönlichen Kursbuch</p>