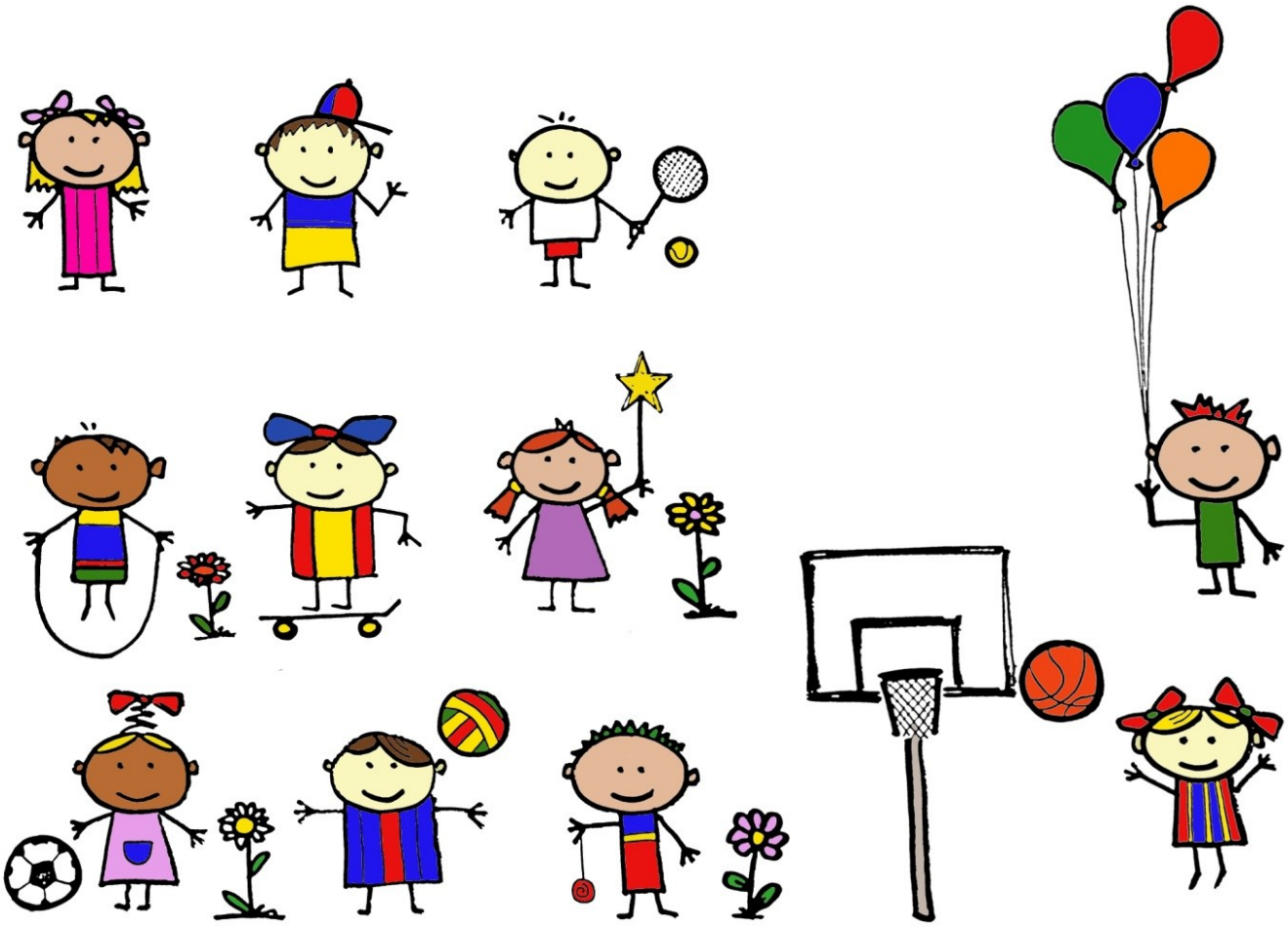

PORTFOLIO

von

SociaLink e.V.

SociaLink e.V.
Igelweg 21
21337 Lüneburg
info@socialink.de
Telefon: 0177 4229619
Vorstand: David Hoffmann, Katja Henkel, Hans Vierjahn

Sehr geehrte Mitarbeiter*innen der Schulen,

wir freuen uns, Ihnen unser Portfolio mit verschiedenen Projektideen zu präsentieren.

Die Angebote wurden von unseren pädagogischen Mitarbeiter*innen konzipiert und haben sich bereits in der Praxis bewährt. Das Portfolio wächst mit unserer Arbeit und wird laufend um neue Projekte ergänzt.

Auf den letzten Seiten stellen wir Ihnen unsere Kurz-Projekte (KP) vor, deren Inhalte sich besonders für einen Projekttag oder eine Projektwoche eignen.

Alle Projekte können in Absprache an die Bedingungen Ihrer Schule in Bezug auf Zeiten, Räumlichkeiten und Inhalte angepasst werden. Welche Angebote aktuell umgesetzt werden können, besprechen wir gerne persönlich mit Ihnen.

Wir freuen uns über Ihr Interesse und einen persönlichen Kontakt!

Viele Grüße

David Hoffmann, Katja Henkel und Hans Vierjahn
Vorstand SociaLink e.V.

Inhaltsverzeichnis

Angebot	Seite
Theater in Bewegung	4
Impro-Theater	5
Do-it-Yourself – das Angebot für Mädchen	6
SchnittMuster – wir nähen unser eigenes Unikat	7
Action am Nachmittag – Ballsport & Fun Games für alle	8
Natur-Erforscher und Umwelt-Entdeckerinnen	9
Outdoor Action	10
Videobearbeitung und -produktion	11
Fairer Kochlöffel – das Angebot rund ums Kochen	12
Kräuterzauber – dafür ist ein Kraut gewachsen	13
Kreatives Töpfern – alles ist möglich	14
Bewegte Pause – ein vielfältiges Sport- und Spielangebot für drinnen und draußen	15
Mutig – ich bin mutig?!	16
Erzählende Objekte	17
Journalismus – ist das gut oder kann das weg?	18
Fake News und Social Media – wieso, weshalb, warum	19
Ich mach Wissenschaft!	20
Demokratie – kein Plan	21
In der Gruppe – entscheiden, streiten, sein	22
Psychologie ganz praktisch	23
Yoga, Meditation, Entspannung – Wir gehen es locker an	24
Kurzzeitprojekte und Projektwochen	25

Konzept für ein außerschulisches Angebot
im Themenbereich
Theater / Bewegung

„Theater in Bewegung“

1. Warum „Theater in Bewegung“ als außerschulisches Angebot

Theater spielen heißt nicht nur, in andere Rollen schlüpfen, Texte auswendig zu lernen oder laut sprechen zu üben, sondern verschiedene Methoden des sich Ausdrückens kennenzulernen. Im Angebot wollen wir besonders die der Bewegung erforschen und ausprobieren. Selbst zu erleben, wie es sich anfühlt, bestimmte Emotionen mit dem Körper darzustellen und auch bei anderen zu erkennen, ist gerade in der heutigen Zeit ein wichtiges Element in der Entwicklung der Wahrnehmung.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Spielerisch Bewegungsformen auf der Bühne erlernen
- Den Körper in seiner Beweglichkeit kennenlernen und erfahren
- Entwicklung kurzer Geschichten, die hauptsächlich über Bewegungen / Tanz dargestellt werden
- Anregung der eigenen Kreativität

3. Für wen ist das Projekt

Vorschule und 1.-2. Klasse; bis zu 15 Teilnehmer*innen

4. Projektziele

- Freude an Bewegung
- Förderung der Körperwahrnehmung und des Körperbewusstseins
- Schaffung kreativer und schöpferischer Prozesse
- Ausdrucksmöglichkeiten erlernen
- Wahrnehmung der Gruppe

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

In einem geschützten Rahmen soll der Schwerpunkt auf Bewegung und Körperwahrnehmung liegen. Über verschiedene Spiele aus dem Theater- und Tanzbereich sollen Bewegungsformen erfahrbar werden. Dafür gibt es immer ein Warm-Up und Rituale, die den Kindern einen Rahmen bieten. Dabei ist die Mischung aus angeleiteten Spielen und Freiraum für die eigene Kreativität im Umgang mit Bewegung ein zentrales Thema.

6. Rahmenbedingungen

Benötigt wird ein ruhiger Raum, in dem man sich gut bewegen kann.

Konzept für ein außerschulisches Angebot
im Themenbereich
Ästhetische Bildung

„Impro-Theater“

1. Warum Theater spielen als Angebot

Theater bietet jungen Menschen die Möglichkeit vielfältige Erfahrungen mit ihrer Beweglichkeit, ihrem Ausdruck und ihrer Emotionalität zu machen. Besonders das Improvisationstheater ermöglicht es aktuelle Themen aufzunehmen und zu verarbeiten; es motiviert dazu spontan und kreativ zu sein. Mit dem eigenen Ausdruck zu experimentieren bedeutet auch seine Individualität zu entdecken – eine der wichtigsten Entwicklungsaufgaben von jungen Menschen.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Training der körperlichen Beweglichkeit und Ausdrucksmöglichkeit
- Anregung der Spielfreude durch Improspiele und Theatersport (z.B. von Keith Johnstone, Augusto Boal)
- Inszenieren von eigenen, improvisierten Geschichten
- Erlernen von Theatertechniken u. -prinzipien (z.B. Freeze, Zug-um-Zug, Statusarbeit)

3. Für wen ist das Projekt

Altersgruppe: ab der 5. Klasse; 5 – 15 Teilnehmer*innen

4. Projektziele

- Förderung der Körperwahrnehmung und des Körperbewusstseins
- Schaffung kreativer und schöpferischer Prozesse
- Die Teilnehmenden sind motiviert ihre Arbeitsergebnisse in der Gruppe zu präsentieren
- Kooperative Zusammenarbeit innerhalb der Gruppe

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Im Mittelpunkt der Arbeit steht das ganzheitliche Körpertraining. Über ein regelmäßiges Warm-Up und Theaterübungen soll die Spielfreude und Kreativität geweckt werden. Die Spieler*innen haben im Laufe des Angebots immer wieder die Möglichkeit eigene Theaterübungen einzubringen und mit der Gruppe durchzuführen. Eine Aufführung des Erlernten soll nicht im Fokus des Angebots stehen, kann jedoch in geeigneter Form erfolgen.

6. Rahmenbedingungen

Es wird ein ruhiger Raum für das Angebot benötigt.

Konzept für ein außerschulisches Angebot
im Themenbereich
Kreativität / Mädchen

„Do-it-Yourself – das Angebot für Mädchen“

1. Warum eine Mädchengruppe als Angebot

Das Angebot verstehen wir als einen Schutzraum für Mädchen, in dem sie die Möglichkeit haben, sich auszuprobieren, ohne einem gesellschaftlich tradierten Rollenverständnis gerecht werden zu müssen. Sie können hier lernen ihren Kompetenzen und Fähigkeiten zu vertrauen und in einen künstlerisch-gestalterischen Prozess eintauchen.

2. Was wir in dem Projekt machen

Die Aktivitäten werden zu Beginn des Angebots mit den Mädchen u.a. gemeinsam erarbeitet. Mögliche Aktivitäten sind:

- Körperpflege Do-it-Yourself (eigene Herstellung von Pflegeprodukten)
- Upcycling (Aus Alt mach Neu – Handwerken mit ungewöhnlichen Materialien)
- Illustration von (eigenen) Geschichten

3. Für wen ist das Projekt

Ab der 5. Klasse; 5 – 12 Teilnehmerinnen

4. Projektziele

- Reflexion und Wahrnehmung der eigenen Kompetenzen und Fähigkeiten
- Alltagspraktische Fähigkeiten aus dem künstlerischen und handwerklichen Bereich erlernen und ausbauen
- Kooperation und ein wertschätzender Umgang innerhalb der Gruppe
- Unterstützung einer altersgerechten Identitätsfindung

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Das Konzept der Mädchengruppe basiert auf dem Mitwirken der Teilnehmerinnen. Zu Beginn werden verstärkt Inputs von unserem Team gegeben. Im Laufe der Zeit können die Teilnehmerinnen immer mehr Selbstwirksamkeit erfahren durch das Einbringen eigener Ideen und Themen.

6. Rahmenbedingungen

Die Möglichkeit zur Nutzung schuleigener Werkstätten oder PC-Räume ist vorteilhaft.

Konzept für ein außerschulisches Angebot
im Themenbereich
Künstlerisches Gestalten

„SchnittMuster – wir nähen unser eigenes Unikat“

1. Warum „Nähen an der Nähmaschine“ als außerschulisches Angebot

In der heutigen Konsumgesellschaft ist es wichtig den Kindern aufzuzeigen, dass viele Dinge auch selber hergestellt werden können. Gleichzeitig erhöht sich das Bewusstsein für den Wert der Kleidung, wenn der Aufwand für die Entstehung eines textilen Stückes selbst aufgebracht wird.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Kennenlernen der Nähmaschine
- kleine Materialkunde
- Stoffe richtig zuschneiden
- eigene Werkstücke nähen (z.B. Portemonnaie, Turnbeutel, Utensilo, Federtasche)

3. Für wen ist das Projekt

Ab 5. Klasse; bis zu 12 Kinder

4. Projektziele

- Grundkenntnisse an der Nähmaschine
- Mindestens ein fertig genähtes Unikat

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Der Kurs besteht im Wesentlichen darin den Kindern den Umgang mit Schneider-typischen handwerklichen Betriebsmitteln nahe zu bringen. Darunter fallen der Umgang mit der Nähmaschine, mit Schere, verschiedenen Stoffen, Schnittmustern sowie mit Messwerkzeugen wie Lineal und Maßband. Mit der fachgerechten Bedienung der Werkzeuge haben die Kinder die Möglichkeit ihr eigenes, selbst geplantes Unikat herzustellen. Um dieses Ziel zu erreichen vertiefen die Kinder ihre Fähigkeiten wie logisches Denken, Konzentration, Geduld und motorische Fertigkeit. Wesentlich ist auch der Spaß an Kreativität, mit den eigenen Händen Materialien hin zu einem Gebrauchsgegenstand zu gestalten.

6. Rahmenbedingungen

Für das Angebot wird ein Textilraum mit Nähmaschinen benötigt.

Vorgesehen ist eine Umlage für Materialkosten.

Konzept für ein außerschulisches Angebot
im Themenbereich
Bewegung / Sport

„Action am Nachmittag – Ballsport & Fun Games für alle“

1. Warum ein außerschulisches Angebot mit Ballsport und Fun Games

Bewegung, nach einem langen Tag, der viel mit Sitzen verbunden war, macht (wieder) aktiv und bereitet viel Spaß. Mannschaftssport wie Basketball, Fußball, Volleyball und andere Freizeitspiele wie Slackline, Kubb oder Frisbee fördern gleichzeitig die körperliche Beweglichkeit und Ausdauer sowie das soziale Miteinander. Durch die angebotene Vielfalt an Spielen können die Kinder und Jugendlichen ihren Interessen nachgehen und ihre Fähigkeiten und Stärken weiter ausbauen.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Unterschiedliche Ballsportarten, wie Fußball, Basketball, Badminton, Volleyball, Brennball, Völkerball
- Gruppenspiele zur Förderung der Gruppendynamik, bspw. Kooperationsspiele oder Abenteuerspiele
- Fun Games, wie Ogo Sports, Slackline, Frisbee oder Mashoonga

3. Für wen ist das Projekt

Ab der 1. Klasse; 6 - 30 Teilnehmer*innen

4. Projektziele

- Förderung von motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten
- Förderung der sozialen Kompetenzen, u.a. Geduld, Durchhaltevermögen, der gelingende Umgang mit Frustration, Konfliktlösefähigkeit, Fairplay
- Die aktive und faire Beteiligung an Auswahlverfahren und Förderung der Gruppendynamik

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Zu Beginn des Projektes werden durch unser Team die Sportspiele angeleitet. In der Kennenlernphase stehen besonders gruppendynamische und integrative Spiele im Vordergrund. Im Laufe des Projektes sollen die Kinder und Jugendlichen lernen sich gleichberechtigt auf bestimmte Sportspiele je nach ihrem Interesse zu einigen. Die Teilnehmenden können und sollen ebenfalls Ideen mit einbringen bzw. die Spiele anleiten. Die Sportspiele sollen je nach Wetterlage auch draußen auf dem Sportplatz stattfinden. Das Handlungskonzept der Psychomotorik ist Basis dieses außerschulischen Angebotes und wird durch unser Team berücksichtigt.

6. Rahmenbedingungen

Für das Projekt wird eine ausgestattete Turnhalle benötigt.

Konzept für ein außerschulisches Angebot
im Themenbereich
Bildung für nachhaltige Entwicklung

„Natur-Erforscher und Umwelt-Entdeckerinnen“

1. Warum „Natur-Erforscher“ als außerschulisches Angebot

In diesem Angebot werden wir zu Naturforscher*innen. Wir erkunden unsere Umgebung mit Herz, Hand und Verstand und erfahren so Neues über die Natur. Wir begeben uns gemeinsam auf die Suche nach Spuren und spannenden Naturerscheinungen. Außerdem überlegen wir uns wie wir unsere Umwelt schützen können. So können wir uns im Freien bewegen, ganz nebenbei etwas lernen und vor allem viel Spaß haben.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Energiedetektive (Wasser, Strom und Klimaschutz)
- Experimente mit und in der Natur
- Bewegungs-, Sinnes- und Gruppenspiele
- Kennenlernen von heimischen Pflanzen und Tieren
- Entspannung und (Selbst-)Wahrnehmung in der Natur
- Upcycling und Do-it-Yourself: Nützliches selber machen statt Müll draus machen
- Survival - Überleben im Freien, Spurenlesen

Macht auch gerne eigene Vorschläge! Bestimmt mit, was ihr gerne machen wollt.

3. Für wen ist das Projekt

Ab Grundschule. Teilnehmer*innenzahl: etwa 5 - 10.

4. Projektziele

- Sensibilisierung für einen ressourcenschonenden Umgang mit der Natur
- Kenntnisse über natürliche und von uns Menschen gemachte Prozesse
- Förderung unserer Wahrnehmung (visuell, haptisch, auditiv)
- Reflexion der eigenen Wirksamkeit (Wir können etwas bewegen.)

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Dieses Bildungsangebot orientiert sich am Konzept der Bildung für nachhaltige Entwicklung. Die Kinder und Jugendlichen können individuell wie auch in der Gruppe ganzheitliche Naturerfahrungen sammeln. Dafür ist es besonders wichtig, die Inhalte den Interessen und Bedürfnissen der Schüler*innen anzupassen. Ebenso sollen schulische Bildungsinhalte und die Jahreszeiten Berücksichtigung finden. Ausflüge in die nahe Umgebung können das Angebot abrunden.

6. Rahmenbedingungen

Wir sind möglichst immer draußen! Schulgelände; Ausflüge nach Absprache

Ggf. Bastelutensilien (z.B. für Kescher, Becherlupe)

Konzept für ein außerschulisches Angebot oder Kurz-Projekt
im Themenbereich
Bildung für nachhaltige Entwicklung / Bewegung

„Outdoor Action“

1. Warum ein Angebot im Bereich BNE / Umwelt / Bewegung

Im Kontrast zur medialisierten Welt können Kinder und Jugendliche in diesem Angebot sinnliche Erfahrungen mit ihrer Umwelt machen. Mit Herz, Hand und Verstand soll die Natur (wieder-)entdeckt werden. Wir begeben uns gemeinsam auf die Suche nach spannenden Naturerscheinungen direkt vor unserer Haustür. In diesem Angebot werden Naturwissenschaften mit aktuellen Themen und Abenteuer verbunden.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Gruppen-, Bewegungs- und Sinnesspiele
- Energiedetektive (Wasser, Strom und Klimaschutz)
- Kennenlernen von heimischen Pflanzen und Tieren
- Survival Tricks und Kniffe (z.B. Knoten)
- Experimente und Kreatives (z.B. schnitzen, malen, basteln)
- Naturerlebnisse und Entspannungsmomente in der Natur

3. Für wen ist das Projekt

3. - 8. Klasse; 5 - 30 Teilnehmer*innen

4. Projektziele

- Sensibilisierung für einen ressourcenschonenden Umgang mit der Natur
- Kenntnisse über biologische und anthropogene Prozesse in der Natur
- Förderung der visuellen, haptischen und auditiven Wahrnehmung
- Bewegung als Ausgleich
- Reflexion der eigenen Wirksamkeit

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Dieses Angebot orientiert sich am Konzept der Bildung für nachhaltige Entwicklung. Die Kinder und Jugendlichen können individuell wie auch in der Gruppe ganzheitliche Naturerfahrungen sammeln. Dafür ist es besonders wichtig die Inhalte den Interessen und Bedürfnissen der Schüler*innen anzupassen. Ausgewählte Spiele tragen zu einer positiven Gruppendynamik bei, fördern die Bewegung und bieten einen spielerischen Zugang zur Thematik. Im Einklang mit den Jahreszeiten können kleine Exkursionen den Erlebnishorizont erweitern.

6. Rahmenbedingungen

Wir sind möglichst immer draußen! Schulgelände; Ausflüge ins nahe Schulumfeld nach Absprache.

Auch möglich als Kurz-Projekt.

Konzept für ein außerschulisches Angebot oder Kurz-Projekt
im Themenbereich
Künstlerische Bildung

„Videobearbeitung und -produktion“

1. Warum Videobearbeitung und -produktion als Angebot

Durch das Bearbeiten von Filmsequenzen, bzw. das Erstellen eigener kleiner Filme, werden die kreativen Potenziale der Kinder durch technologische Hilfsmittel unterstützt. So wird die künstlerische Kapazität der Teilnehmenden gefördert, während gleichzeitig ein Verständnis für die Werkzeuge der Filmgestaltung entsteht. Neben den grundlegenden Kenntnissen der verschiedenen Filmgestaltungsmittel, wie Kameraeinstellung, Licht, Kostüme und Filmeffekte, werden konkrete Kenntnisse der unterschiedlichen Anwendungen für den Videoschnitt vermittelt.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Kurze theoretische Vermittlung von Grundlagen der Filmgestaltung
- Einführung in die Arbeit mit einer Videobearbeitungssoftware
- Gemeinsame Erstellung eines Konzeptes für ein eigenes Videoprojekt
- Überführung der Filmidee in ein Drehbuch mit anschließendem Dreh
- Technische Nachbearbeitung des Films

3. Für wen ist das Projekt

Ab der 5. Klasse; 5 - 15 Teilnehmer*innen

4. Projektziele

- Schaffung eines Grundverständnisses verschiedener Filmarten und deren Möglichkeiten
- Kennenlernen verschiedener Kameraeinstellungen, Schnitttechniken und weiterer filmischer Gestaltungsmöglichkeiten
- Erlernen des Umgangs mit einer Videobearbeitungssoftware
- Kooperative Zusammenarbeit innerhalb der Gruppe bzw. innerhalb der Kleingruppen

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Der Kurs besteht im Wesentlichen aus vier Elementen. Zunächst geht es um eine kurze Einführung in die theoretischen Grundlagen, sowie ein spielerisches Erlernen der Möglichkeiten der technischen Filmbearbeitung. Im Rahmen dieser Phase bekommen die Teilnehmenden immer wieder kleinere Aufgaben, um das Erlernte in der Praxis anzuwenden. Nach Abschluss dieser „Grundlagenphase“ beginnt die kreative Arbeit. Zunächst steht hier die Ideenfindung im Mittelpunkt, denn ein guter Film steht und fällt mit einer guten Idee. Die Idee wird anschließend in einem Drehbuch konkretisiert. Es folgt die Planung der Dreharbeiten, sowie die filmische Arbeit selbst. Im Anschluss wird das gefilmte Material bearbeitet, so dass die Schüler*innen am Ende einen eigenen Film vorstellen können.

6. Rahmenbedingungen

Es wird ein Computerraum mit mindestens einem Rechner pro Kleingruppe benötigt. Auf den Rechnern muss eines der Videobearbeitungsprogramme für Videoschnitt wie beispielsweise „Adobe Premiere“, „Magix Video Deluxe“ oder „Final Cut“ installiert sein.

Konzept für ein außerschulisches Angebot oder Kurz-Projekt
im Themenbereich
Lebensmittel / Ernährung

„Fairer Kochlöffel – das Angebot rund ums Kochen“

1. Warum ein außerschulisches Angebot rund um Kochen und Nahrungsmittel

Essen ist ein Grundbedürfnis. Aber wie bereite ich mir eigentlich selbst leckere und einfache, gesunde Speisen zu? Was steckt in unserer Nahrung, wo kommt sie her? Was bedeuten Bio und Fair Trade? Welchen Einfluss haben verschiedene Lebensmittel auf unsere Gesundheit und unsere Umwelt und was bedeutet klimafreundliche Ernährung? Vor allem wollen wir Freude am gemeinsamen Kochen und den Mahlzeiten haben.

2. Was wir in dem Projekt machen

Wir kochen gemeinsam leckere – möglichst gesunde – Gerichte und erfahren nebenbei:

- Was tut mir gut? – Ernährungspyramide, unterschiedliche Ernährungsformen
- Was und wie isst man in anderen Ländern?
- Was steckt in meinem Essen? – Nähr-, Ballast-, Zusatzstoffe
- Kann ich das noch essen? – Umgang mit abgelaufenen Lebensmitteln
- Was wächst zu dieser Jahreszeit? Wo kommt das Obst/Gemüse usw. her?

3. Für wen ist das Projekt

Ab Grundschule, bis zu 12 Teilnehmer*innen

4. Projektziele

- Freude an der selbständigen Zubereitung von Lebensmitteln
- Sensibilisierung für gesunde Ernährung u. hygienischen Umgang mit Lebensmitteln
- Förderung motorischer Fähigkeiten und der Kreativität
- Kennenlernen nachhaltiger Ernährungsweisen
- Einblick in die Prinzipien Ökologischer Landbau und Fairer Handel

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Wir lernen die Welt der Küche und des Kochens kennen. Je nach Interesse und Wünschen der Kinder werden Schwerpunkte gesetzt. So lernen wir uns durch unsere Speise-Vorlieben besser kennen und schauen über unseren kulinarischen Tellerrand; werfen einen Blick in andere Kulturen und Länder und lassen uns zum Experimentieren und Nachmachen begeistern. Prozessbegleitend wird angeregt das eigene Konsumverhalten zu reflektieren, u.a. Produktionsprozesse von Lebensmitteln. Eine Möglichkeit ist die Zubereitung selbstgezogener Kräuter oder von Gemüse aus dem Schul-Garten.

6. Rahmenbedingungen

Eine ausgestattete Schul-Küche.

Eine Kostenbeteiligung/Umlage für Lebensmittel ist vorgesehen.

Konzept für ein außerschulisches Angebot oder Kurz-Projekt
im Themenbereich
Bildung für nachhaltige Entwicklung

„Kräuterzauber – dafür ist ein Kraut gewachsen“

1. Warum „Kräuterzauber“ als außerschulisches Angebot

Mit dem Projekt schaffen wir einen Ausgleich zum Schulalltag: Bewegung, frische Luft, die Hände in der Erde, und leckere, duftende Wild-Kräuter! Unser eigener Kräutergarten ist eine gute Möglichkeit unsere Sinne anzuregen, etwas mit den eigenen Händen zu erschaffen und zu entspannen. Schließlich haben wir unsere eigenen selbst gezogenen Kräuter, worauf wir stolz sein können.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Gemeinschaft und Kraft stärken: Anlegen einer Kräuterspirale
- Verantwortung übernehmen: Anziehen von Saatgut
- Riechen: Duftsäckchen (Kräuter trocknen)
- Schmecken: unseren eigenen Kräuterquark zubereiten
- Entspannen: Chillen bei einer Kräutertee-Zeremonie, Traumreise
- Kreativ sein: mit Naturmaterialien gestalten, z.B. Herbarium, Insektenhotel

3. Für wen ist das Projekt

Alle Altersstufen, ab Grundschule; empfohlene Teilnehmer*innenzahl: 8

4. Projektziele

Kennenlernen der Vielfalt an (Wild-)Kräutern und ihrer zahlreichen Verwendungsmöglichkeiten, u.a. als Gewürze, Heilmittel, Duft, in der Kosmetik. Übernahme von Verantwortung. Sinnliches Wahrnehmen und Selbstwirksamkeit erfahren.

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Eine Möglichkeit ist das gemeinsame Planen und Anlegen einer Kräuterspirale: jede*r hat eine Funktion in der Gruppe, gemeinsam sind wir stärker, wir lernen uns abzustimmen, in Gemeinschaft ein Ziel zu erreichen. Wir lernen Verantwortung zu übernehmen und geduldig zu sein. Wir bekommen ein Gefühl dafür wie die Natur im Laufe der Jahreszeiten funktioniert, wie sich ein kleines Samenkorn zu einer Pflanze entwickelt und welche Rolle wir Menschen dabei spielen. Zwischendurch spielen wir Gemeinschaftsspiele, um als Gruppe enger zusammenzuwachsen, Freude und Bewegung zu haben.

6. Rahmenbedingungen

Falls vorhanden: Schulgarten, Gartengeräte, Steine zum Anlegen einer Kräuterspirale und/oder Pflanzgefäße, Erde, Saatgut

Konzept für ein außerschulisches Angebot oder Kurz-Projekt
im Themenbereich
Kreativität / Natur

„Kreatives Töpfern – alles ist möglich“

1. Warum Töpfern und Natur als Angebot

Es ist immer gut kreativ zu sein, Ideen zu entwickeln und sie dann gestalterisch zu verwirklichen.

Wir werden uns neben dem Töpfern auch im Freien aufhalten, um zu schauen, wie wir uns von der Natur inspirieren lassen können, um sie dann in unsere schöpferischen Ideen mit einfließen zu lassen. Wir zeichnen und sammeln Naturmaterialien, um diese für unsere Töpferarbeiten zu verwenden.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Entspannen in der Gruppe: Dazu eignen sich die Arbeit mit Ton und kleine Exkursionen in die Natur besonders gut.
- Fühlen: Arbeiten mit unseren Händen schult unsere Feinmotorik.
- Kreativ sein: Mit Naturmaterialien arbeiten
- Selbstwertgefühl stärken: Freude über das eigene geschaffene Projekt

3. Für wen ist das Projekt

Für Grundschüler*innen und 5.- 6. Klasse; empfohlene Teilnehmer*innenzahl: max. 8

4. Projektziele

- Den Kindern vermitteln, dass das Herstellen von Gegenständen aus Keramik zu den ältesten Handwerkstechniken der Menschheit gehört
- Fingerfertigkeit, Konzentration und Kreativität fördern
- Etwas gestalten, das für längere Zeit Bestand hat

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Wir werden uns langsam an den Ton heranfühlen, einfache Gegenstände herstellen, und im Laufe der Zeit die Techniken erweitern. Auch soll gelernt werden über einen längeren Zeitraum an einer Keramik zu arbeiten. Um unser Gemeinschaftsgefühl zu stärken werden wir zwischendurch Gemeinschaftsspiele spielen.

6. Rahmenbedingungen

Idealerweise gibt es in der Schule einen Brennofen für Keramik. Ggf. kann die Nutzung eines Brennofens gegen Gebühr organisiert werden.

Konzept für ein Angebot
im Themenbereich
Bewegung

„Bewegte Pause – ein vielfältiges Sport- und Spielangebot für drinnen und draußen“

1. Warum eine Bewegte Pause

Kinder benötigen vielfältige Bewegungsangebote für ihre gesunde körperliche, emotionale und kognitive Entwicklung. Bewegung, nach einem langen Tag, der viel mit Sitzen verbunden war, macht (wieder) aktiv und bereitet viel Spaß. Unser Angebot der Bewegten Pause kommt dem physiologischen Bedürfnis von Kindern nach Bewegung entgegen. So können wir gemeinsam einem zunehmenden Bewegungsmangel begegnen.

Durch Einbezug von Schüler*innen als Multiplikatoren wird das soziale Miteinander an der Schule klassen- und altersübergreifend gefördert.

2. Was wir in dem Projekt machen

Von Montag bis Freitag oder an Ihrem Wunschtag werden wir in der Mittagspause an einer festen Anlaufstelle auf dem Schulhof oder in der Turnhalle mit unseren Spielgeräten und einer Menge an Spielideen zu finden sein.

Um der Interessenvielfalt der Schüler*innen Rechnung zu tragen und Abwechslung und Spannung zu erhalten, kann jede Woche oder jeder Monat unter einem anderen Themenschwerpunkt stehen. Je nach Thema werden Spielgeräte ausgegeben, Spiele und Spieleketten angeleitet und nach Möglichkeit Schüler*innen als Multiplikatoren mit einbezogen.

- Thema 1: Go Green – Naturerlebnisspiele von „Energiedetektive“ bis „Survival vor der Haustür“ richtet sich an Schüler*innen, die ihrer Umwelt gerne mit offenen Augen begegnen
- Thema 2: Fun Games – von Slackline, Mashoonga bis Trick-Jojo können Schüler aktuelle Trendsportarten kennenlernen
- Thema 3: Alles dreht sich – mit Einrad, Waveboard, Longboard und Co. testen die Schüler*innen unterschiedlichste Fortbewegungsmittel
- Thema 4: Die Zirkuskiste – Jonglierbälle, Diabolos, Devil Sticks und Pois erwachen unter unserer Anleitung zum Leben. Aus Erfahrung nutzt sich dieses Thema auch bei zweimal pro Woche nicht ab.
- Thema 5: Ballsportarten, wie Fußball, Basketball, Volleyball, Brennball, Völkerball bieten eine gute Möglichkeit klassenübergreifend Schüler zum gemeinsamen Spielen zu motivieren.

3. Für wen ist das Projekt

Ab der 1. Klasse. Teilnehmer*innen: bis zu 30

4. Projektziele

Die körperliche Beweglichkeit und Ausdauer, wie auch das soziale Miteinander werden gefördert. Durch die Vielfalt der angebotenen Spiele und Spielgeräte können die Kinder und Jugendlichen ihren jeweiligen Interessen und Fähigkeiten nachgehen.

- Unterbrechung der Sitzbelastung
- Verbesserung der Durchblutung des Gehirns
- Aktivierung oder Entspannung des Organismus je nach Bedarf
- Erhöhung der Motivation zum Weiterlernen
- Abbau von Stress und Anspannung

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Die Bewegte Pause ist ein freies und offenes Angebot für alle Schüler*innen. Die Teilnehmenden müssen sich nicht im Vorfeld festlegen oder auf Listen anmelden. Dadurch wird ihnen die Teilnahme am Mittagsangebot erleichtert. Zudem setzen wir bewusst einen Gegenpol zum oft sehr strukturierten Alltag der Schüler*innen.

6. Rahmenbedingungen

Für das Projekt wird ein Schulhof bzw. bei schlechtem Wetter eine ausgestattete Turnhalle benötigt.

Die Bewegte Pause findet regelmäßig bis zu fünfmal die Woche für 1 Stunde statt. Günstig ist eine Kombination mit einem anschließenden außerschulischen Angebot.

Konzept für ein Kurz-Projekt
im Themenbereich
Theater, Tanz & Performance

„Mutig – ich bin mutig?!“

1. Kurzbeschreibung des Projekts

Sich auf eine Bühne zu stellen ist für die meisten von uns aufregend und manchmal auch etwas beängstigend. Sich auf eine Bühne zu stellen ist mutig. Doch was heißt es eigentlich mutig zu sein? Für die eine bedeutet es, vor anderen in der Klasse zu sprechen, für den anderen heißt es seine Meinung zu sagen, auch wenn alle anderen anders denken oder es heißt für manche vom 3-Meter-Turm im Freibad zu springen. Mut hat viele Gesichter. Dies bei anderen zu erkennen und somit auch ihre Ängste zu sehen, ist für eine Gemeinschaft wertvoll, denn so können wir einander unterstützen.

In diesem Workshop wollen wir mutig sein und durch Übungen aus dem Theaterbereich spielerisch kleine Szenen zum Thema Mut entwickeln und als Collage am Ende präsentieren.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Theatergrundlagen erlernen
- spielen, mutig sein
- Standbilder entwickeln
- Szenen erarbeiten und vor der Gruppe präsentieren

3. Für wen ist das Projekt

Klassenstufen: 3. - 6.

Anzahl Teilnehmer*innen: 12-15

4. Projektziele

- miteinander Freude an Theater erleben
- kreative und schöpferische Prozesse ermöglichen
- Selbstbewusstsein stärken
- erste Ideen für szenische Strukturen entwickeln
- wertschätzendes Feedback geben und annehmen lernen
- mutig sein

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Im Fokus des Workshops steht das Thema Mut, welches durch Übungen aus dem Theaterbereich entdeckt wird. Dabei sind zunächst Übungen zur Gruppendynamik wichtig, um einen Rahmen zu schaffen, in dem die Teilnehmenden sich sicher fühlen und mutig sein können. Diese Übungen kommen aus den Bereichen des Sprech-, Impro-, und zeitgenössischen Theaters. Sie werden durch Tanz- und Performance-Elemente ergänzt. So ist ein Einstieg für jede teilnehmende Person gewährleistet.

6. Rahmenbedingungen

Benötigt wird ein ruhiger Raum mit ausreichend Platz, in dem man sich gut bewegen kann.

Das Projekt ist als Workshop angelegt und kann für 2 oder 3 Tage gebucht werden. Spezielle Anfragen bzgl. Gruppengröße, Alter oder zeitlichem Rahmen können gerne in Absprache erfolgen.

Konzept für ein Kurz-Projekt
im Themenbereich
Theater / Bewegung

„Erzählende Objekte“

1. Warum „Erzählende Objekte“ als Angebot

Das Puppenspiel ist eine besondere Form des Theaters und des Geschichtenerzählens. Aber nicht jeder hat entsprechende Puppen. Doch mit Kreativität und Fantasie können wir auch alltägliche Gegenstände zum Leben erwecken!

Geschichten vor anderen zu erzählen und sein Schauspiel zu zeigen erfordert Mut und Selbstbewusstsein. All dies sind wichtige Elemente für die Entwicklung eines jeden Kindes. Gemeinsam zu lernen, wie man z.B. eine Taschenlampe eine Geschichte erzählen lassen kann, ist eine Möglichkeit, all diese Komponenten zu erfahren und zu lernen damit umzugehen.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Spielerischer Umgang mit Gegenständen
- Geschichten ausdenken und erzählen
- Übungen zu Grundlagen des Theaters kennenlernen
- Kleine Szenen mit erzählenden Objekten entwickeln
- Mit Bühnensituationen vertraut machen

3. Für wen ist das Projekt

Ab 5. Klasse

4. Projektziele

- Freude am Geschichtenerzählen
- Förderung des Körperbewusstseins
- Schaffung kreativer und schöpferischer Prozesse
- Selbstbewusstsein stärken
- erste Ideen für szenische Strukturen entwickeln

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Zu Beginn des Workshops stehen grundlegende Theater- und Erzähltechniken im Fokus, die mittels spielerischer Übungen erlernt werden. Im weiteren Verlauf sollen die Teilnehmer*innen immer wieder kleine Szenen mit Objekten entwickeln und der Gruppe präsentieren. So wird Präsenz auf der Bühne und auch Feedback zu geben geübt. Eine Präsentation am Ende des Workshops ist möglich, jedoch nicht grundlegendes Ziel.

6. Rahmenbedingungen

Es wird ein ruhiger Raum benötigt, in dem man sich gut bewegen kann.

Konzept für ein Kurz-Projekt
im Themenbereich
Medienkompetenz

„Journalismus – ist das gut oder kann das weg?“

1. Warum „Journalismus“ als Angebot

Hier vereint sich kreatives Schreiben in verschiedenen journalistischen Textformen mit der Neugierde zu verstehen, wie Journalismus in Deutschland funktioniert, wie ich gute journalistische Texte erkenne und welche spannenden Medien es zu entdecken gibt! Neben einer Menge Spaß wird die Medienkompetenz geschult und das kreative Schreiben gefördert.

2. Was wir in dem Projekt machen (Auswahl)

- Recherche und Schreibübungen für journalistische Texte
- Kennenlernen verschiedener journalistischer Textformen
- Bewerten der Qualität verschiedener journalistischer Texte
- Kennenlernen verschiedener Medien und Plattformen
- Beschäftigung mit den eigenen Lieblingsthemen
- Überblick über das Rundfunksystem in Deutschland
- Bei Projektwochen: Erstellen einer eigenen Zeitschrift oder Textsammlung

3. Für wen ist das Projekt

7.-13. Klasse, ca. 10-30 Teilnehmer*innen

4. Projektziele

- neugierig machen auf das Lesen journalistischer Texte
- eigenes Schreiben spielerisch ausprobieren
- ein selbst gewähltes Thema aussuchen und erforschen
- einen Überblick über die bunte Landschaft an (analogen und digitalen) Medien vermitteln
- Qualität journalistischer Texte zu beurteilen lernen

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Im Workshop wechseln sich eigenes kreatives Schreiben und Recherche ab mit kurzen Input-Teilen seitens der Workshopleitung. Die Wissensvermittlung soll jeweils direkt einfließen in die anschließende Übung und Feedback wird über Partner- und Gruppenarbeit gegeben. Altersangemessene journalistische Texte geben Ideen für die eigene Textkreation.

6. Rahmenbedingungen

Raum mit Tischen, Stühlen und Beamer sowie ein Anschluss für einen Laptop werden benötigt. Flipcharts, Stifte, Metaplankarten und WLAN werden ebenfalls benötigt, können nach Absprache aber auch von der Leitung organisiert werden.

Konzept für ein Kurz-Projekt
im Themenbereich
Medienkompetenz

„Fake News und Social Media – wieso, weshalb, warum“

1. Warum „Fake News und Social Media“ als Angebot

Das Leben vieler Kinder und Jugendlicher spielt sich zunehmend online ab und wir Erwachsenen sind außen vor, mitunter weil uns die Erfahrung und Kompetenz im Umgang mit Social Media fehlt. Gleichzeitig ist dieser kaum überwachte Raum der Ort, wo Informationen, Wissen, Ansichten, Meinungen und eben auch Fake News ausgetauscht werden. In diesem Workshop geht es darum, die Medienkompetenz der Kinder und Jugendlichen zu stärken.

2. Was wir in dem Projekt machen (Auswahl)

- Hinterfragen der eigenen Medienquellen
- Grundlegendes Verstehen des Geschäftsmodells von Social Media
- Sammeln von Fake News und Verschwörungstheorien
- Prüfung von Fakten und Wissen
- Kennenlernen grundsätzlicher Standards im Journalismus
- Diskutieren von Meinungsfreiheit und der Frage nach Wahrheit

3. Für wen ist das Projekt

7.-13. Klasse, ab 5-30 Teilnehmer*innen; größere Gruppen nach Absprache

4. Projektziele

- eigene Online-Quellen und deren Glaubwürdigkeit hinterfragen
- Antennen für Fake News entwickeln
- Fakten online überprüfen lernen
- Überblick über gängige Medien (analog und digital) bekommen
- Neugierde auf Wissen und Nachrichten fördern

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Der Workshop setzt an der Lebenswelt der Teilnehmer*innen an und arbeitet mit der Intelligenz und Vielfalt der Gruppe. Durch Fragen und Aufgabenstellungen werden die Teilnehmer*innen angeregt, alleine und in der Gruppe, einzelne Medien, Personen und Informationen zu hinterfragen. Der Verlauf wird interaktiv gestaltet und die Gruppe wird regelmäßig animiert, selbst Inhalte und Verlauf des Workshops mitzubestimmen. Spiele lockern das Ganze auf.

6. Rahmenbedingungen

Raum mit Tischen, Stühlen und Beamer sowie ein Anschluss für einen Laptop werden benötigt. Flipcharts, Stifte, Metaplankarten und WLAN werden ebenfalls benötigt, können nach Absprache aber auch von der Leitung organisiert werden.

Konzept für ein Kurz-Projekt
im Themenbereich
Lernen und Verstehen

„Ich mach Wissenschaft!“

1. Warum „Wissenschaft“ als Angebot

Im Grunde ist die Wissenschaft so neugierig wie Kinder. Warum ist das so und nicht anders? Wie kann ich das herausfinden? Was ist denn jetzt richtig? In diesem Wochenprojekt stellen Kinder und Jugendliche ihre eigene Forschungsfrage, denken sich Wege aus, sie zu beantworten und führen ihr eigenes kleines Experiment durch. Dabei sind sie in der Gruppe selbst Forscher*innen und Testpersonen. In kleinen thematischen Blöcken wird das Nötigste an Wissen für den jeweils nächsten Schritt vermittelt und am Ende stehen sie stolz mit ihren eigenen Forschungsergebnissen und wahrscheinlich noch viel mehr Fragen da.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Eigene Forschungsfragen zu den Dingen stellen, die die Teilnehmer*innen interessieren
- Forschungsmethoden kennenlernen und eigene Wege finden, die Forschungsfragen zu beantworten
- Das eigene Experiment kreativ planen und durchführen
- An Experimenten teilnehmen und Spaß haben
- Die Ergebnisse (und neue Fragen!) zusammen feiern

3. Für wen ist das Projekt

5.-13. Klasse, ca. 10-30 Teilnehmer*innen

4. Projektziele

- Kreative Wege finden, sich die eigenen Fragen zu beantworten
- Lernen, wie Wissen entsteht und überprüft wird
- Verstehen, dass Wissen „unsicher“ ist
- Hinterfragen von Fakten
- Lust auf Wissenschaft

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Das Prinzip hier heißt „learning by doing“, egal für welche Altersstufe. Das Projekt knüpft an die Lebenswelt und Fragen der Kinder und Jugendlichen an und setzt auf Schwarmintelligenz durch Gruppenarbeit und gegenseitiges Feedback. Sie lernen am eigenen Projekt und auch durch die Projekte der anderen. Die Leitung gibt den Rahmen vor und leitet durch die nächsten Schritte, schaut auf das Machbare und gibt Hilfestellung so weit, dass die Kinder und Jugendlichen am Ende ein Erfolgserlebnis für sich und ihr erstes, eigenes Experiment verbuchen können.

6. Rahmenbedingungen

Raum mit Tischen, Stühlen und Beamer sowie ein Anschluss für einen Laptop werden benötigt. Flipcharts, Stifte, Metaplankarten und WLAN werden ebenfalls benötigt, können nach Absprache aber auch von der Leitung organisiert werden.

Konzept für ein Kurz-Projekt
im Themenbereich
politische Bildung

„Demokratie – kein Plan“

1. Warum „Demokratie“ als Angebot

Es sieht durchwachsen aus, wenn man einen Blick wirft auf Demokratie als Konzept und Gesellschaftsform in verschiedenen Ländern. Junge Menschen haben kaum oder keinen Kontakt mit ihr und sind prompt überfordert, sobald sie volljährig werden und sich als gute Bürger*innen politisch beteiligen sollen. Wie geht das und warum sollen sie das überhaupt machen? Dies soll in diesem Workshop im Zentrum stehen. Die Inhalte der einzelnen Module können den Schwerpunktwünschen der Gruppe und der verfügbaren Zeit angepasst werden.

2. Was wir in dem Projekt machen (Auswahl)

- Wahlprogramme und Parteien erforschen sowie Inhalte diskutieren
- Verschiedene Formen von Gerechtigkeit kennenlernen und anwenden
- Medien und Medienformen kennenlernen und ausprobieren
- verschiedene Formen politischer Beteiligung recherchieren
- Schwerpunktthema verstehen: Umweltkrise, Rassismus, Rechtspopulismus, RAF.

3. Für wen ist das Projekt

7.-13. Klasse, ca. 10-30 Teilnehmer*innen

4. Projektziele

- Seine eigene politische Haltung allgemein und zu verschiedenen Themen finden
- Einen Überblick über die politischen Parteien und ihre Inhalte in Deutschland gewinnen
- Den Einfluss von Medien in Deutschland verstehen und hinterfragen
- Lust machen auf eigene politische Beteiligung
- Ein Schwerpunktthema tiefgehender kennenlernen und diskutieren

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Die Methodik und Didaktik hängen von den jeweiligen Modulen ab. Grundsätzlich wird sehr auf Interaktion, abwechslungsreiche Medien und Formate wie auch auf Gruppendiskussionen gesetzt. Jedes Thema wird ausgehend von der Lebenswelt der Kinder und Jugendlichen behandelt. Es wird darauf geachtet, Methoden für alle Lern- und Verhaltenstypen zu verwenden. Die Teilnehmer*innen werden aktiv eingebunden und aufgefordert, die Inhalte mitzugestalten, sowie ermächtigt, spontane Parlamente einzuberufen und im Konsens den Verlauf der Veranstaltung – in bestimmtem Rahmen – auf ihre aktuellen Bedürfnisse anzupassen.

6. Rahmenbedingungen

Raum mit Tischen, Stühlen und Beamer sowie ein Anschluss für einen Laptop werden benötigt. Flipcharts, Stifte, Metaplankarten und WLAN werden ebenfalls benötigt, können nach Absprache aber auch von der Leitung organisiert werden.

Konzept für ein Kurz-Projekt
im Themenbereich
Persönlichkeitsentwicklung

„In der Gruppe – entscheiden, streiten, sein“

1. Warum „In der Gruppe“ als Angebot

Gruppen sind ein Sammelsurium einzelner Wünsche, Bedürfnisse und Ansichten. Sie formen sich, verhandeln Werte, Ziele und Wege, müssen Konflikte klären und Entscheidungen treffen. Wir arbeiten dauernd in Gruppen, lernen aber nie bewusst, wie das gut funktioniert. Das alles wollen wir mehrere Tage praktisch ausprobieren und üben. Wir treffen eine Woche lang gemeinsame Entscheidungen darüber, was wir mit unserer Gruppenzeit anfangen. In der so entstehenden Gruppendynamik lernen wir uns selbst kennen und anderen zuzuhören, Konflikte anzusprechen und zu lösen, Entscheidungen zu treffen und niemanden zurückzulassen.

2. Was wir in dem Projekt machen (Auswahl)

- Als Gruppe die gemeinsame Gruppenzeit selbst bestimmen
- Konflikte austragen und lösen
- Feedback geben
- Gemeinsam Entscheidungen treffen
- Situationen reflektieren

3. Für wen ist das Projekt

5.-13. Klasse, ca. 8-16 Teilnehmer*innen

4. Projektziele

- Verschiedene Arten der Entscheidungsfindung kennenlernen und verstehen
- Konflikte konstruktiv ansprechen und lösen
- Gewaltfrei kommunizieren lernen
- Als Gruppe zusammenwachsen
- Kommunikation und Gruppendynamik reflektieren lernen

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Das Projekt bedient sich des Formats der T-Gruppen (Trainingsgruppen in der Gruppendynamik) und verschiedener Methoden der Entscheidungsfindung (Konsensfindung, Mehrheitsabstimmung „Diktatur“ und „Revolution“, ungleiche Stimmrechte etc.). Die Anleitung besteht in jedem Fall aus 2 Personen, die während der gesamten Veranstaltung den Rahmen halten, in dem die Gruppe Entscheidungen treffen darf. Sie intervenieren, um Dinge zu veranschaulichen, auf die Regeln hinzuweisen oder in vertrackten Situationen Möglichkeiten aufzuzeigen.

6. Rahmenbedingungen

Raum mit Tischen, Stühlen und Beamer sowie ein Anschluss für einen Laptop werden benötigt. Flipcharts, Stifte, Metaplankarten, Lautsprecher und WLAN werden ebenfalls benötigt, können nach Absprache aber auch von der Leitung organisiert werden.

Konzept für ein Kurz-Projekt
im Themenbereich
Persönlichkeitsentwicklung

„Psychologie ganz praktisch“

1. Warum „Psychologie“ als Angebot

Am liebsten würden wir Psychologie als festes Fach im Stundenplan einführen, um in der gesamten Gesellschaft für einen besseren Umgang mit sich selbst, mit anderen und der Umwelt zu sorgen. Diese Veranstaltung, ein- oder mehrtägig, soll einen Anstoß für jede*n bieten, die eigene Wahrnehmung und Gefühlswelt kennenzulernen und zu verstehen, dass die von anderen in der Regel ganz anders aussieht. Dazu werden praktische Brücken gebaut, wie wir gut mit anderen Menschen zurechtkommen können.

2. Was wir in dem Projekt machen (Auswahl)

- Bedürfnisse und Grenzen kennenlernen, Ja sagen und Nein sagen
- Kommunikation in Modellen darstellen und analysieren
- Feedback geben und nehmen
- Eigene Antreiber kennenlernen und sich „Erlauber“ setzen
- Wertschätzend kommunizieren lernen
- Persönlichkeitstypen kennenlernen und sich selbst einordnen
- Gewaltfrei kommunizieren
- Gefühle kennenlernen und ausdrücken

3. Für wen ist das Projekt

7.-13. Klasse, ca. 5-15 Teilnehmer*innen; größere Gruppen auf Anfrage

4. Projektziele

- Das eigene Denken, Fühlen und Handeln kennen- und ausdrücken lernen
- Wertschätzend und zielführend kommunizieren lernen
- Wünsche, Bedürfnisse und Grenzen formulieren lernen
- Die Unterschiedlichkeit der anderen sehen
- Besser in Kontakt mit anderen treten können
- Probleme in Gesprächen abbauen

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Practice what you preach – hier wird vor allem gemacht. In verschiedensten Übungen probieren wir verschiedene Formen aus, sich auszudrücken, kleine Inputs für die Analyse danach oder zur Einleitung der Übungen ergänzen das Ganze. Den Teilnehmer*innen wird viel Raum gegeben auszuprobieren, zu reflektieren und voneinander zu lernen.

6. Rahmenbedingungen

Raum mit Tischen, Stühlen und Beamer sowie ein Anschluss für einen Laptop werden benötigt. Flipcharts, Stifte, Metaplankarten, Lautsprecher und WLAN werden ebenfalls benötigt, können nach Absprache aber auch von der Leitung organisiert werden.

Konzept für ein Kurz-Projekt
im Themenbereich
Bewegung / Entspannung

„Yoga, Meditation, Entspannung – Wir gehen es locker an“

1. Warum Yoga, Meditation, Entspannung

Yoga ist die Kunst eines glücklichen Lebens. In diesem Sinne schaffen wir uns eine Pause vom Schulalltag, einen Ort, wo wir zur Ruhe kommen können. Rituale helfen uns dabei mental Abstand zu schaffen. Mit Körperübungen, sogenannten Asanas, lockern wir verspannte Muskeln und stärken uns gleichzeitig. Atemübungen können uns dabei helfen besser mit stressigen Situationen zurechtzukommen.

2. Was wir in dem Projekt machen

- Yoga spielerisch und altersgerecht; Gruppenspiele
- Übungen zur Körperwahrnehmung und Achtsamkeit
- Massage (falls gewünscht)
- Entspannen durch Traumreisen
- Asanas wie den Sonnengruß
- Atemübungen

3. Für wen ist das Projekt

Ab Grundschule; empfohlene Teilnehmer*innenzahl: 8

4. Projektziele

- Ausgleich und Entspannung
- Förderung der Bewegungskoordination
- Erlernen von Techniken zur Selbstwahrnehmung und Entspannung
- Freude an Bewegung fördern und das Selbstbewusstsein stärken

5. Methodisch-Didaktische Umsetzung

Erwartungen und Wünsche (an die Stunde/die Gruppe)

Gespräche zur Reflexion (Was entspannt/stresst mich)

Rituale wie ein Anfangskreis und Stundenaufbau mit Phasen zum Auf- und Abwärmen geben einen vertrauten Rahmen. Gemeinschaftsspiele lockern die Stunde auf, kommen dem Bewegungsbedürfnis entgegen und fördern die soziale Kompetenz. Den Abschluss bilden kann eine Massage und/oder Traumreise zu ruhiger Musik.

6. Rahmenbedingungen

Ruhiger, abdunkelbarer Raum, (Yoga)Matten, ggf. Musikanlage

Erfahrungsgemäß kommt eine homogene Gruppe den Kindern mehr entgegen: denn ambitionierte, selbstmotivierte Kinder haben andere Bedürfnisse an die Stunde als Kinder, die sich schwer auf ruhige, konzentrierte Sequenzen einlassen können.

Kurzzeitprojekte und Projektwochen

Aus unseren bestehenden Angeboten entwickeln wir auch gerne Kurzzeitprojekte in Form von Projektwochen, Projekttagen oder Thementagen. Inhalte und Dauer stimmen wir dabei auf Ihre Schule ab.

Sprechen Sie uns gerne an, wenn Sie ergänzende Wünsche haben!

Mit herzlichen Grüßen

Ihr Team von SociaLink e.V.