




Andreas Krenner

140 SPIELE & ÜBUNGEN ZUM SOZIALEN LERNEN

Persönlichkeit stärken
Empathie schulen
Toleranz fördern





140 SPIELE & ÜBUNGEN ZUM SOZIALEN LERNEN

Persönlichkeit stärken
Empathie schulen
Toleranz fördern

Titel

140 Spiele und Übungen zum Sozialen Lernen
Persönlichkeit stärken – Empathie schulen – Toleranz fördern

Autor

Andreas Krenner

Titelbildmotiv und Kapiteldeckblatt S. 17

© anatoliycherkas – stock.adobe.com

Icons und Illustrationen

soweit nicht anders vermerkt: Johannes Krenner

Gestaltung, Layout und Satz

ebene N, Mülheim an der Ruhr

Druck

Heenemann GmbH & Co. KG, Berlin, DE



Verlag an der Ruhr
Mülheim an der Ruhr
www.verlagruhr.de

Geeignet für die Klassen 1–13

Urheberrechtlicher Hinweis: Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen oder außerhalb dieser Bedingungen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages. Im Werk vorhandene Kopiervorlagen dürfen vervielfältigt werden, allerdings nur für Schüler*innen der eigenen Klasse/des eigenen Kurses. Die dazu notwendigen Informationen (Buchtitel, Verlag und Autor) haben wir für Sie als Service bereits mit eingedruckt. Diese Angaben dürfen weder verändert noch entfernt werden. Die Weitergabe von Kopiervorlagen oder Kopien (auch von Ihnen veränderte) an Kolleg*innen, Eltern oder Schüler*innen anderer Klassen/Kurse ist nicht gestattet.

Der Verlag untersagt ausdrücklich das Herstellen von digitalen Kopien, das digitale Speichern und Zurverfügungstellen dieser Materialien in

Netzwerken (das gilt auch für Intranets von Schulen und sonstigen Bildungseinrichtungen), per E-Mail, Internet oder sonstigen elektronischen Medien außerhalb der gesetzlichen Grenzen. Kein Verleih. Keine gewerbliche Nutzung.

Näheres zu unseren Lizenzbedingungen können Sie unter www.verlagruhr.de/lizenzbedingungen/ nachlesen.

Bitte beachten Sie zusätzlich die Informationen unter www.schulbuchkopie.de.

Soweit in diesem Produkt Personen fotografisch abgebildet sind und ihnen von der Redaktion fiktive Namen, Berufe, Dialoge u. Ä. zugeordnet oder diese Personen in bestimmte Kontexte gesetzt werden, dienen diese Zuordnungen und Darstellungen ausschließlich der Veranschaulichung und dem besseren Verständnis des Inhalts.

Vorwort	5	
Kurze theoretische Einleitung		
Warum Soziales Lernen?.....	6	
Positive Aspekte des Sozialen Lernens	8	
Hinweise zur Übungssammlung		
Aufbau und Kennzeichen	10	
Tipps für Lehrkräfte	15	
Praxisteil mit der Beschreibung aller Übungen, Methoden und Spiele		17
Tabellarische Übersicht der Übungen		
Alphabetische Sortierung	198	
Sortierung nach Kategorien und Bereichen	203	
Literatur und Medientipps	208	

Liebe Kollegen ✖,

wir alle werden tagtäglich daran erinnert, wie sehr sich die Gesellschaft wandelt, wie sich die Umgangsformen und der Ton im Klassenzimmer ändern. Wir Lehrer stehen jeden Tag aufs Neue vor der Aufgabe, nicht nur den Lehrstoff an die Schüler zu bringen, sondern auch die Persönlichkeitsentwicklung der jungen Menschen zu unterstützen sowie das Miteinander und den Gemeinschaftssinn zu fördern.

Um Sie dabei zu unterstützen, habe ich nach meinen beiden Spielsammlungen für Schule und Jugendarbeit, die bereits im Verlag an der Ruhr erschienen sind, nun ein weiteres praxisbezogenes Buch mit vielen Übungen, Methoden und Spielen speziell zum Sozialen Lernen zusammengestellt. Diese haben sich im Praxiseinsatz immer wieder bewährt, sie sind schnell und unkompliziert umsetzbar, nur wenige benötigen eine gewisse Vorbereitung. Es geht zusammengefasst um Gewaltprävention, um Menschen- und Herzensbildung, um Selbstwertgefühl und Sozialkompetenz.

Ein besonderer Dank gilt wieder meiner Frau, die mich in meinem Ansinnen, dieses Buch zu schreiben, stets unterstützt hat. Sie war mir auch beim Überarbeiten der Texte, im Sinne der Vereinfachung und des besseren Verständnisses, eine wichtige Hilfe. Weiters möchte ich mich bei meinem Sohn Johannes, der Grafiker und Spieleerfinder ist, für seine grafischen Beiträge bedanken.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Schülern viel Erfolg beim Umsetzen dieser Übungen und hoffe, sie sind Ihnen eine wertvolle Unterstützung.

Andreas Krenner

✖ Aus Gründen der besseren Lesbarkeit haben wir in diesem Buch durchgehend die männliche Form verwendet. Natürlich sind damit auch immer Frauen und Mädchen gemeint, also Lehrerinnen, Schülerinnen etc.

Warum Soziales Lernen?

Schule war neben dem Elternhaus schon immer der Ort, an dem junge Menschen eine Vielfalt an sozialen Lernerfahrungen machen konnten, und wo ihnen Kompetenzen vermittelt wurden. Aufgrund einer zutiefst veränderten Freizeitkultur ist auch das soziale Lernen einem tief greifenden Wandel unterworfen. Die vielen digitalen und medialen Angebote mit oft unkontrolliertem Umgang sowie „Social Media“, wie Facebook, Whatsapp, Instagram, Twitter und Co., haben erwiesenermaßen eine enorme Wirkung auf Kinder und Jugendliche.

Dazu kommt die Tatsache, dass immer mehr junge Menschen aus Familien mit nicht genau definierten Wertvorstellungen, unklaren Regeln und inkonsequentem Erziehungsverhalten in die Schule kommen und in ihren Klassen Schwierigkeiten haben, sich sozial zu orientieren. Die Familienstrukturen haben sich ebenso verändert wie die Lebenswelt der jungen Menschen. Kinder mit alleinerziehenden Müttern und Vätern, Scheidungskinder, Patchwork-Familien, „Schlüsselkinder“ sind keine Ausnahme mehr.

Diese veränderte Lebenswelt bringt eine Vielzahl an Herausforderungen an uns Lehrer mit sich, und dieses Buch will Ihnen Unterstützung im Umgang damit geben. Es richtet sich an Sie – engagierte Lehrkräfte (vor allem jene, die eine Klassenführung innehaben), die das Soziale Lernen aktiv in ihren Unterricht einbauen möchten, denn die positiven Aspekte sind zahlreich:

Soziales Lernen ...

- ❖ gibt Einblicke in demokratische Prozesse (z. B. Erarbeiten von Klassenregeln) und verbessert das Einhalten von Abmachungen.
- ❖ fördert den Aufbau von Beziehungsfähigkeit.
- ❖ baut Vertrauen und Verantwortungsgefühl auf.
- ❖ fördert die Fähigkeit, mit anderen Menschen respektvoll, wertschätzend und rücksichtsvoll umzugehen.
- ❖ verbessert durch die offene, wertschätzende und freundliche Atmosphäre allgemein das schulische Zusammenleben und bringt somit mehr Freude in das Klassenzimmer.
- ❖ fördert die Bereitschaft, andere in ihrer Verschiedenartigkeit zu erkennen, anzunehmen und zu akzeptieren, und leistet somit einen wertvollen Beitrag zum großen Thema Toleranz.
- ❖ entwickelt Teamgeist und das Zusammengehörigkeitsgefühl in der Gruppe.
- ❖ bedeutet, dass sich alle als Teil des Ganzen sehen (Klasse, Schule oder Gruppe), jeder dazugehört und einen passenden Platz darin findet.

>>

KURZE THEORETISCHE EINLEITUNG

- ❖ aktiviert eigene Gefühle und Emotionen und fördert den Erwerb der Fähigkeit, diese auch auszudrücken.
- ❖ bringt Erkenntnisse über das Ich, die eigene Identität.
- ❖ hilft mit, sich besser wahrzunehmen, und schafft so ein positives Selbstwertgefühl.
- ❖ baut Vorurteile ab und hilft mit, Außenseiter einzugliedern.
- ❖ wirkt sich förderlich auf das Lernklima aus.
- ❖ trainiert die Fähigkeit, Feedback zu geben und Kritik annehmen zu können.
- ❖ sensibilisiert die Gruppenmitglieder im Umgang miteinander, wodurch Konflikte früher wahrgenommen, Probleme angegangen und somit Eskalationen vermieden werden können.
- ❖ beinhaltet Schlüsselqualifikationen, die heute in unserer Gesellschaft und in der Berufswelt von großer Bedeutung sind (kommunikative Fähigkeiten, Selbst- und Sozialkompetenz, Kooperationsbereitschaft u. a.).
- ❖ bereitet die jungen Menschen auf ihr zukünftiges Leben und die sich permanent verändernde Berufswelt und Gesellschaft vor.
- ❖ ermöglicht Lernen mit Kopf und Herz und ist zusammengefasst ein wichtiger und wertvoller Baustein für die Persönlichkeitsbildung.

KURZE THEORETISCHE EINLEITUNG

Viele von uns setzen bereits auf Soziales Lernen. In diesen Einheiten haben wir die Möglichkeit, auf das Verhalten der Kinder Einfluss zu nehmen, uns mit brennenden Themen auseinanderzusetzen, Ungerechtigkeiten anzusprechen und im besten Fall zu verhindern. Wir sehen es als unsere Aufgabe an, das Klassenklima zu verbessern, Spaß mit unseren Schülern zu haben, ihnen als Mensch nahe zu sein, sie spüren zu lassen, dass sie und ihre Probleme wichtig sind – kurz gesagt, wir nehmen die Schüler ernst. Idealerweise sollte an allen Schulen während der gesamten Primar- und Sekundarstufe I je eine Stunde pro Schulstufe fix für das Soziale Lernen bereitstehen – als ein Plädoyer für Menschen- und Herzensbildung. Damit diese nicht bei der Klassentür endet, wäre eine Verankerung an der Schule ebenso sinnvoll wie die Einbindung aller Mitglieder der Schulgemeinde – Eltern, Lehrer und Schüler – gleichermaßen. Zudem wäre permanente Öffentlichkeitsarbeit wünschenswert. Die Lehrkräfte der Schule sollten sich einig sein, sie müssen gemeinsam hinter den vereinbarten Regeln und Abmachungen stehen und sich auch für deren Einhaltung verantwortlich fühlen. Diese soziale Grundstimmung würde sich schließlich auch in den Nachmittags- und außerunterrichtlichen Bereich übertragen – bei gemeinsamen Festen, Wandertagen, Exkursionen, Klassenfahrten, Projekttagen und Schullandwochen.

Da dies aber an den meisten Schulen aktuell (noch) nicht der Fall ist, soll dieser Fundus eine Hilfestellung sein, mit der Sie selbst tätig werden können. Und vielleicht gelingt es Ihnen ja sogar, einen Stein ins Rollen zu bringen und die Kollegen ebenfalls von der Sinnhaftigkeit des Sozialen Lernens zu überzeugen!

Aufbau und Kennzeichen

Das vorliegende Buch bietet eine methodische Sammlung von 140 Übungen und Spielen zum großen Thema „Soziales Lernen“. Was Sie nicht finden werden, ist eine modulare, aufeinander aufbauende Struktur von Übungen zu gewissen Themenbereichen oder Interessensfeldern. Zum einen wird das in anderen Büchern bereits sehr gut gemacht, zum anderen bin ich der Meinung, dass es ganz selten der Fall ist, dass wir uns als Lehrkräfte so strikt an eine fixe Vorgangsweise, an den genauen Ablauf in einer Folge halten wollen. Meist ist es so, dass von Woche zu Woche ganz andere, völlig unterschiedliche Dinge in der Klasse im Vordergrund stehen und daher behandelt werden sollten. Aus diesem Grund habe ich, wie bei meinen beiden anderen Spielesammlungen auch, in diesem Buch die alphabetische Auflistung gewählt und hinten im Index die Übungen, Methoden und Spiele kategorienweise zusammengefasst.

Art der Übungen und Spiele

Sie können daher aus einem reichhaltigen Fundus an Kooperations-, Team-, Bewegungs-, Aufwärm- und Kennenlernspielen ebenso schöpfen wie aus Wahrnehmungs-, Sinnes-, Entspannungs- und Kommunikationsübungen. Außerdem gibt es Unterrichtsmaterialien, Vorschläge und Ideen, wie man Konflikte in der Klasse bearbeiten kann, sowie Übungen zum Aggressionsabbau oder solche zur Förderung der sozialen Kompetenz. Ein paar ausgewählte Spiele und Übungen, die besonders gut zur Thematik passen, stammen aus meinen beiden Spielesammlungen und ergänzen das methodisch-praktische Repertoire.

Auswahl

Sie als Lehrkraft entscheiden, was Ihre Klasse gerade am meisten braucht, welche Inhalte anstehen, welche Themen behandelt werden sollen. Die Kategorien können Ihnen helfen, Übungen und Spiele zu finden, die für den jeweiligen Anlass geeignet sind.

Einfachheit

Es wurde versucht, die Anleitungen und Erklärungen kurz und verständlich zu halten und durch eine einfache Gliederung leicht nachvollziehbar zu machen. Für die meisten Übungen braucht es wenig bis gar keine Vorbereitungszeit, weshalb sie größtenteils auch spontan durchführbar sind.

Materialbedarf

Dieser beschränkt sich bis auf wenige Ausnahmen auf ein Minimum. Bei einigen braucht man einfache Gegenstände, die für ein Spiel notwendig sind, oder Dinge, die in der Klasse zu finden sind. Nur bei ganz wenigen Übungen bedarf es eines etwas größeren Aufwands und einer intensiven Vorbereitung.

Dauer

Viele der methodischen Übungen sind mit einer Unterrichtsstunde zu 45 Minuten veranschlagt. Die tatsächliche Dauer hängt aber natürlich immer von der Schülergruppe, der Klassengröße, der gruppenspezifischen Entwicklung und anderen Faktoren ab. Einige einfache Spiele für zwischendurch dauern oft nur 10 Minuten. Im Praxisteil steht dann neben der Zahl ein Plus. „10 +“ heißt daher 10 Minuten und mehr.

Ort und Raum

Prinzipiell genügt in den meisten Fällen ein normaler Klassen- oder Seminarraum. In einigen Fällen (v. a. bei den Kooperations- und Bewegungsspielen) ist das Ausweichen in die Sporthalle oder nach draußen von Vorteil. Darauf wird aber bei der Erklärung explizit hingewiesen.

HINWEISE ZUR ÜBUNGSSAMMLUNG

Alter

Die meisten Übungen sind für Kinder und Jugendliche der Primar- und Sekundarstufe I gedacht. Es liegt aber auch hier wieder am Gespür, an der Auswahl und an der Art der Vermittlung durch die Lehrkraft, was wann und wie passend sein wird.

Teilnehmeranzahl

Die im Praxisteil angegebene Anzahl geht, sofern nicht anders angegeben, von einer normalen Klassengröße mit etwa 25 Personen aus. Ab und zu steht neben der Zahl ein +, z. B. „8+“, was im konkreten Fall bedeutet, dass für das beschriebene Spiel oder die Übung mindestens acht Teilnehmer notwendig sind.

Kategorien

Für die meisten Spiele treffen mehrere Kategorien zu. Sie umfassen folgende Themen und Inhalte:



„Just for Fun“

- ✘ Bewegung und Aufwärmen
- ✘ Spiel und Spaß
- ✘ Allerlei



Konflikte

- ✘ Konstruktives Verhalten bei Konflikten
- ✘ Umgang mit Schwierigkeiten
- ✘ Konfliktbearbeitung



Kennenlernen

- ✘ Miteinander bekannt werden
- ✘ Anfangen
- ✘ Vertraut werden



Kooperation

- ✘ Gemeinschaft, Team und Miteinander
- ✘ Akzeptanz und Toleranz
- ✘ Verantwortung



Kommunikation

- ✘ Kommunikative Kompetenzen
- ✘ Gesprächsregeln
- ✘ Argumentieren, diskutieren, zuhören
- ✘ Feedback geben



Wahrnehmung

- ✘ Vertrauen und Sensibilisierung
- ✘ Emotionen und Gefühle
- ✘ Sinnes- und Energieübungen
- ✘ Entspannung und Aggressionsabbau
- ✘ Fremd- und Selbstwahrnehmung
- ✘ Körper- und Selbsterfahrung
- ✘ Selbstreflexion

Spiel oder Methode?

Eine weitere Unterscheidung, abgesehen von den Kategorien, bilden das große **M** oder **S** jeweils vor dem Namen des jeweiligen Spiels oder der Übung.

Das **M** steht für Methode. Es soll einen Weg aufzeigen, wie man zu einem bestimmten Ziel gelangen kann, und die Art und Weise des Vorgehens beschreiben. Meist handelt es sich um methodische Übungen und Aufgaben, die darauf abzielen, sich etwas anzueignen, Können zu erwerben oder etwas zu erfahren.

Das **S** steht für Spiel. Dies trifft auf Tätigkeiten ohne bewussten Zweck, zur Entspannung und Freude zu. Das Besondere stellt natürlich die Beschäftigung in der Gemeinschaft dar. Die spielerisch-praktischen Übungen und Aufgaben zielen meist ebenfalls auf einen Erfahrungserwerb oder den Gewinn von Erkenntnis ab.

Trotz dieser Differenzierung ist es oft nicht ganz einfach, eine genaue Unterscheidung zu machen, welche der vorgestellten Aufgaben nur Methode oder nur Spiel sind. Oft beginnen sie mit einem Spiel und gehen dann in eine Reflexion oder eine weiterführende Tätigkeit über. Deshalb wurde versucht, die Unterteilung insofern zu finden, als dass der überwiegende Teil ausschlaggebend war.

Bei ganz wenigen Fällen gibt es das nicht, weshalb sowohl ein **M** als auch ein **S** bei der Übung zu sehen ist.

Auch im Index und in den tabellarischen Ansichten am Ende des Buches wurde die Unterscheidung zur besseren Orientierung sichtbar gemacht.

Tipps für Lehrkräfte

Gruppen, die gut miteinander arbeiten und spielen können, zeichnet meist eine gute Klassengemeinschaft und eine sozial angenehme Atmosphäre aus.

- ❖ Es muss uns als Lehrkräften im „Sozialen Lernen“ gelingen, die Kinder und Jugendlichen zum Mitdenken, zum Mitfühlen anzuregen, Sprach- und Diskussionsmöglichkeiten zu kreieren. Je mehr wir sie in diesem Bereich fördern und fordern, desto besser.
- ❖ Jede Klasse braucht eigene Regeln und Abmachungen, denn jede Gruppe ist anders. Es bedarf unterschiedlicher Zielsetzungen und Schwerpunkte aufgrund der andersgearteten Beschaffenheit und Struktur des sozialen Systems. Es gibt demnach kein fixes Konzept, sondern es muss individuell darauf abgestimmt und erarbeitet werden.
- ❖ Es braucht oft viel Zeit, ein großes Maß an Geduld und Flexibilität, bis sich aus vielen einzelnen Wesen und unterschiedlichsten Persönlichkeiten eine echte Gruppe mit Regeln und gemeinsamen Zielen entwickelt.
- ❖ Nicht alles ist lösbar! Manchmal gibt es Konstellationen in der Klasse, die es den Lehrkräften trotz enormer Anstrengung schwer bis unmöglich machen, Fortschritte erkennen zu können. Nicht immer stellt sich der „Lohn“ sofort ein, in manchen Klassen scheint er komplett auszubleiben. Nicht aufgeben, sondern weiterkämpfen ist die Devise! Man muss möglichst viele „Bausteine“ anbieten, die soziales Lernen ermöglichen und mithelfen, Konflikte abzubauen und das Klassenklima zu verbessern. Je mehr angeboten wird, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass etwas davon greifen kann.
- ❖ Wählen Sie die Übungen, die Methoden oder die Spiele aus, die Ihrer Meinung nach am besten auf die Bedürfnisse der Schüler passen. Anlass und Ziel können von Stunde zu Stunde unterschiedlich sein.
- ❖ Haben Sie Mut zu Neuem! Nur was Sie ausprobiert haben, kann auch reflektiert werden. Vergessen Sie Sätze wie „Das geht in der Klasse

nicht!“. Machen Sie sicherheitshalber den Versuch und urteilen Sie dann. Geben Sie den Schülern die Chance, etwas Neues ausprobieren zu dürfen. Kündigen Sie das dementsprechend vorher an.

- ✘ Sollte eine Übung einmal tatsächlich danebengehen oder einen vermeintlich negativen Verlauf nehmen, spricht nichts dagegen, sie abubrechen und etwas anderes anzubieten.
- ✘ Lassen Sie Ihrer Gruppe Zeit bei Kooperationsaufgaben. Greifen Sie nicht sofort helfend oder regulierend ein. Manchmal ist es durchaus sinnvoll, wenn die Schüler einmal bei einer Übung scheitern. Vielleicht klappt es beim nächsten Mal umso schneller. Vertrauen Sie dabei einfach auf Ihr pädagogisches Gespür.
- ✘ Bieten Sie den Schülern entsprechende Herausforderungen an, die aber machbar sind. Jede „Challenge“, die die Gruppe gemeinsam geschafft hat, schweißt die Klasse zusammen und wird sie positiv motivieren, auch weiterhin mitzumachen.
- ✘ Lassen Sie sich nicht von anderen Kollegen verunsichern, wenn Sie einmal etwas Neues ausprobiert haben, das in der Schule für Gesprächsstoff sorgt. Kooperationsspiele, „Psycho-Spiele“ oder einfach lustige Übungen, die scheinbar mit Unterricht nichts zu tun haben, all das wird Ihnen im Normalfall von den Kindern und Jugendlichen gedankt werden. Zudem kann diese soziale Bildung mithelfen, konstruktives Unterrichten besser zu ermöglichen.
- ✘ Eine Reflexion oder Auswertung am Ende jeder Einheit oder Unterrichtsstunde, sei sie auch noch so kurz, ist anzuraten. Nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit, das Gesehene, Gefürte, Gemeinschaftliche zu besprechen.
- ✘ Als oberste Maxime sollte gelten, dass alle – wenigstens in diesen Stunden – auf einem sozial einigermaßen gleichen Level sind. Zumindest beim Spiel, bei Übungen im Sozialen Lernen gibt es keine „Underdogs“ und keine „Superstars“. Es ist die Aufgabe der Lehrkraft und liegt in deren Verantwortung, dies immer wieder zu thematisieren. Wir müssen appellieren, vorzeigen, vorleben, loben, ermutigen, Zivilcourage fordern ... – Mensch sein – mit all unseren Ecken und Kanten!



PRAXISTEIL

Kategorie:



Material: abhängig vom gewünschten Ergebnis (s. Punkt 2):
z. B. je Schüler DIN-A5-Blätter oder DIN-A4-Kopien
von Puzzleteilen bzw. ein großes Flipchart-Blatt,
Scheren, Farbstifte, Klebstoff, ein großes Plakat

Dauer: 45 Min.

Teilnehmer: ganze Klasse / Schülergruppe

So geht's:

Neu zusammengewürfelte Schülergruppen, wie z. B. eine 5. Klasse, sollen gemeinsam ein Werk schaffen, das ihre Gemeinschaft und ihre Verbundenheit miteinander auch optisch zeigt.

1. Stellen Sie ein großes Plakat zur Verfügung.
2. Lassen Sie Ihre Schüler entscheiden, in welcher Form sie die Gemeinschaft grafisch zu Papier bringen wollen. Möglichkeiten, die sich anbieten, sind z. B.:
 - ✘ Kopieren Sie für jeden Schüler ein Puzzleteil auf die Größe eines A4-Blatts. Diese werden von allen individuell gestaltet, ausgeschnitten und zu einem zusammenhängenden Puzzle aufgeklebt.
 - ✘ Jeder Schüler zeichnet seine Hand mit den fünf Fingern auf ein A5-Blatt. Die Hände werden nach Lust und Laune bemalt, ausgeschnitten und dann auf ein Plakat geklebt.
 - ✘ Alle Schüler schreiben ihre Vornamen nach Kreuzworträtselart auf das große Plakat, sodass alle verbunden sind.
 - ✘ Weitere Ideen: die Schülernamen als Strahlen der Sonne, Sterne am Himmel etc.
3. Nach der gemeinsamen Entscheidungsfindung wird das Plakat, wie oben beschrieben, gestaltet und schließlich an die Tür geklebt. Somit wird ersichtlich, dass zwar alle verschieden sind, es sich aber trotzdem um eine Einheit handelt.

S AUF DIE DECKE, FERTIG, ...

Kategorie: 

Material: ein großes Tuch oder eine Decke, evtl. Augenbinde

Dauer: 15 Min. +

Teilnehmer: 11 +

So geht's:

Für diese Übung, die ein bisschen Mut erfordert, bietet sich die Sporthalle oder eine ebene Fläche im Freien an.

1. Suchen Sie sich einen Freiwilligen, der eine kurze Strecke mit verbundenen Augen zurücklegen soll. Für diesen Zweck erhält er später eine Augenbinde bzw. schließt einfach die Augen und stellt sich an den zuvor festgelegten Ausgangspunkt.
2. Die anderen Mitspieler bilden eine sechs bis zehn Meter lange Gasse, indem sie sich in zwei Reihen gegenüber aufstellen und etwa drei bis vier Meter Platz zwischen den beiden Reihen lassen.
3. Am anderen Ende der Gasse stehen zwei Teilnehmer, die eine Decke hochhalten und das „Ziel“ definieren.
4. Auf Kommando läuft nun der Spieler mit den verbundenen Augen los, sein kurzer Lauf wird durch die Decke abgestoppt.
5. Sollte es tatsächlich vorkommen, dass der Läufer nicht die optimale Richtung einschlägt, können die Schüler in der Gasse ihn wieder auf den rechten Weg bringen. Die beiden Deckenhalter sollten darauf achten, dass der Läufer in der Mitte der Decke ankommt, und sich entsprechend positionieren.

Je nach Lust und Laune, nach Mut und nach positiv erlebten Versuchen kann die Distanz vergrößert werden bzw. kann der Läufer das Tempo erhöhen.

Kategorie:



Material: ein Stofftier, 2 Matten

Dauer: 45 Min.

Teilnehmer: ganze Klasse / Schülergruppe

So geht's:

Bei dieser Übung, die in der Sporthalle durchgeführt werden sollte, handelt es sich um eine Kooperationsübung für die ganze Klasse.

1. Erklären Sie Ihren Schülern folgendes Szenario: Es ist Winter und alle befinden sich am Ufer eines zugefrorenen Sees. Diese Stelle wird durch zwei Matten, die in einer Ecke der Sporthalle liegen, gekennzeichnet. Weit entfernt, in der gegenüberliegenden Ecke, befindet sich ein verletztes Tier (z. B. ein Stoffhund o. Ä.), das von der Gruppe gerettet werden muss.
2. Gerettet wird das Tier nur dann, wenn folgende Vorgaben erfüllt sind: Zu Beginn versammeln sich alle Mitspieler auf den beiden Matten. Während der Rettung muss immer mindestens ein Gruppenmitglied mit beiden Füßen auf einer der Matten bleiben. Alle, die die Matte verlassen, müssen mit mindestens einer anderen Person Kontakt halten und mindestens ein Teilnehmer muss immer in Kontakt mit der Person auf der Matte bleiben. Ist das während der Aufgabe einmal nicht der Fall, müssen alle wieder zurück auf die Matten.
3. Bevor es losgeht, teilen Sie die Klasse in Kleingruppen auf. Diese sollen überlegen, wie man es in der Großgruppe anstellen kann, das Tier zu retten. Danach kommen alle wieder zusammen und diskutieren ihre Vorschläge. Die Schüler einigen sich auf eine Reihenfolge, in der die Lösungsmöglichkeiten ausprobiert werden, und los geht's!
4. Geben Sie keine Hilfen! Meist werden die Schüler zuerst versuchen, im Stehen zu dem Tier zu gelangen. Die beste Lösung aber besteht darin, dass sich alle auf den Boden legen und mit ausgestreckten Armen die Knöchel der vorderen Person fassen.

S AUFSTELLEN MIT AUGENBINDEN

Kategorie:   

Material: je Schüler Schal oder Augenbinde

Dauer: 10 Min. +

Teilnehmer: ganze Klasse/Schülergruppe

So geht's:

Diese Art des Sortierens fördert die Kooperation und sensibilisiert die Schüler im Umgang miteinander.

1. Verbinden Sie allen Schülern die Augen. Stellen Sie Ihnen erst danach folgende Aufgabe: Die Gruppe soll sich nach den Anfangsbuchstaben ihrer Vornamen sortieren, wobei Sie vorher festlegen, wo der Anfang der Reihe sein soll und wo das Ende. Außerdem sollen sich alle an den Händen halten.
2. Die Teilnehmer müssen also ihre Namen sagen, sich gegenseitig helfen und versuchen, die geforderte Formation einzunehmen. Sind alle in die Reihe integriert, können sie selbst noch einen Check machen.

„Sehende“ **Variante:** Alle Stühle der Teilnehmer werden in einer Reihe bzw. im Kreis aufgestellt. Jeder Schüler steigt auf seinen Stuhl. Dann stellen Sie ebenfalls die Aufgabe, dass sich alle nach dem Alphabet anordnen. Dabei müssen sich die Schüler aneinander vorbei bewegen, sich gegenseitig halten und helfen, damit niemand hinunterfällt. Sie müssen sich also sehr kooperativ verhalten, um die Aufgabe zu bewältigen.

Kategorie:



Material: keines

Dauer: 45 Min.

Teilnehmer: ganze Klasse / Schülergruppe

So geht's:

Die folgende Übung hilft dabei, Verständnis für einen Außenseiter aufzubringen, Empathie herzustellen und diese Person wieder in die Gemeinschaft einzugliedern.

1. Vorweg sollte man mit der Gruppe die Übung „Ist da jemand“ (S. 80) durchführen. Es liegt an Ihnen, die Gruppe zu sensibilisieren und Ernsthaftigkeit und Bereitschaft für den Prozess einzufordern.
2. Die Klasse versammelt sich im Stuhlkreis.
3. Jeder Schüler überlegt sich eine Aussage in Ich-Form, wie er glaubt, dass sich A fühlt und es ihm geht, z. B.: „Ich, A (Name nennen), fühle mich ausgeschlossen.“ oder „Niemand will mit mir spielen!“
4. A stellt sich nun hinter den Stuhl des links neben ihm sitzenden Schülers und hört sich dessen Satz an. Dann geht er im Uhrzeigersinn weiter. Man muss nicht zwangsweise alle zu Wort kommen lassen, sondern kann schon nach einigen Teilnehmern unterbrechen. Dies obliegt Ihrem Gespür und der Befindlichkeit des betreffenden Schülers.
5. Nach jedem ausgesprochenen Satz spiegelt A durch eine vorher definierte Skala (z. B. 1-10) zurück, ob die Aussage für ihn ganz, teilweise oder nicht zutreffend war.
6. A wird nun gefragt, wie es ihm geht. Spätestens jetzt wird die Betroffenheit vieler anderer spürbar – ein wichtiger Schritt für die weitere Arbeit, deren Fokus auf der Wiedereingliederung in die Gruppe liegt.

Im Anschluss bietet sich die Übung „Du gehörst dazu!“ (S. 48) an.

S BABYFOTOS

Kategorie:  

Material: je Schüler ein eigenes Babyfoto, Stift und DIN-A4-Blatt, Tafel oder Pinnwand

Dauer: 45 Min.

Teilnehmer: ganze Klasse/Schülergruppe

So geht's:

Diese Kennenlernübung der etwas anderen Art wird garantiert für viel Spaß sorgen! Schließlich geht es darum, die Babyfotos der anderen Teilnehmer richtig zuzuordnen.

1. Alle Schüler lassen Ihnen in den Tagen vor der Unterrichtseinheit ein Babyfoto (max. Alter 1½ Jahre) zukommen.
2. Zu Beginn der Übung werden die Fotos auf der Tafel oder einer Pinnwand angebracht, alternativ auch in der ganzen Klasse verteilt. Jedes Foto erhält eine Nummer.
3. Alle Schüler sehen sich die Fotos an und raten nun, wer wer ist. Dazu notieren sie auf ihrem A4-Blatt neben einer Zahl den Namen des vermeintlichen Klassenkameraden.
4. In der Auswertungsphase fragen Sie, wer auf den einzelnen Fotos zu sehen sein könnte. Noch interessanter ist es aber, wenn man daraus eine Art Wettspiel macht. Dazu tauschen die Schüler ihre ausgefüllten A4-Blätter aus, sodass ein Schwindeln ausgeschlossen ist. Beim Vergleichen gibt es jeweils einen Punkt für einen erratenen Namen.
5. Am Ende könnten im Stuhlkreis lustige oder persönliche Geschichten aus der Kleinkindphase ausgetauscht werden.

Kategorie:



Material: je Gruppe ein Blatt Papier und ein Stift

Dauer: 15 Min. +

Teilnehmer: ganze Klasse/Schülergruppe

So geht's:

Dieses witzige und etwas anspruchsvollere Denkrätsel für Gruppen wird bestimmt großen Anklang finden.

1. Teilen Sie die Schüler in Gruppen mit drei bis fünf Mitgliedern ein.
2. Stellen Sie die Herausforderung als Gruppen-Challenge vor: Ein Bauer soll eine Ziege, einen Wolf und einen Kohlkopf über den Fluss bringen. Für diesen Zweck steht ein kleines Ruderboot zur Verfügung, in dem aber nur Platz für ihn und eines der Tiere bzw. den Kohlkopf ist. Somit steht er vor einem Problem: Der Bauer muss darauf achten, dass er den Wolf nicht mit der Ziege allein lässt, da dieser sie sofort fressen würde. Gleiches gilt für die Ziege, die nicht mit dem Kohlkopf allein bleiben darf! Dem Bauer bleibt also nichts anderes übrig, als mehrmals hin- und herzufahren. Aber wen fährt er zuerst? Wie muss er die Überfahrten gestalten, damit sowohl die Tiere als auch der Kohlkopf unbeschadet am anderen Ufer ankommen?
3. Die Gruppen sollen nun versuchen, die richtige Lösung herauszufinden. Zu diesem Zweck können sie auf dem Blatt Papier Notizen machen. Falls gewünscht, dürfen sie natürlich auch gerne einfache Hilfsmittel wie z. B. Zeichnungen von Boot, Bauer, Ziege, Wolf und Kohlkopf anfertigen und damit experimentieren.

Lösung: Wolf und Kohl kann der Bauer jederzeit unbeaufsichtigt lassen. Er bringt also zuerst die Ziege ans andere Ufer. Er lädt sie aus und rudert allein wieder zurück. Danach nimmt er entweder den Kohlkopf oder den Wolf mit ans andere Ufer und bringt die Ziege wieder zurück. Diese lädt er aus und transportiert Kohl oder Wolf ans andere Ufer. Schließlich rudert er zurück und holt die Ziege.

S BAUMEISTER UND IMITATOR

Kategorie:



Material: etliche Bau-, Lego- oder Duplosteine

Dauer: 15 Min. +

Teilnehmer: 6 +

So geht's:

Bei dieser Übung soll erkannt werden, dass bestimmte Aufgaben ohne Kommunikation einfach schwerer zu erledigen sind!

1. Teilen Sie die Schüler in 2er-Gruppen ein. Die jeweiligen Partner erhalten eine bestimmte Anzahl gleicher Bausteine.
2. Nun wird bestimmt, wer der Baumeister und wer der Nachbauer ist. Die Schüler wenden sich gegenseitig den Rücken zu.
3. Zuerst baut der Baumeister seine Steine zusammen. Dann beschreibt er sein Modell ganz exakt, denn schließlich soll es der Nachbauer schaffen, das Original durch genaues Zuhören zu kopieren. Dabei darf der Nachbauer dem Baumeister keine Rückfragen stellen.
4. Am Ende werden Original und Kopie verglichen. Dabei ist auch Gelegenheit für eine Reflexionsphase: Hätten die Nachbauer gerne Fragen gestellt? War es immer möglich, den Anweisungen des Baumeisters zu folgen?

Variante: In einer zweiten Runde sind Rückfragen gestattet. Dies ist auch ein guter Aufhänger, um zum Thema Kommunikationsprobleme zu diskutieren.

Kategorie:

**Material:** keines**Dauer:** 45 Min.**Teilnehmer:** ganze Klasse / Schülergruppe**So geht's:**

Hier gilt es, Strategien und Möglichkeiten zu entwickeln, sich selbst oder andere in brisanten Situationen zu beruhigen.

1. Fordern Sie die Schüler auf, darüber nachzudenken, woran sie bemerken, dass sie aufgeregt oder nervös sind.
2. In der Diskussion sollen dann die typischen Anspannungsmerkmale aufgelistet werden. Mögliche Antworten sind z. B. beschleunigte Atmung, kein klares Denken, das Herz klopft wie verrückt, die Gedanken drehen sich im Kreis, man beginnt, zu schwitzen etc.
3. Als nächster logischer Schritt folgt die Frage an die Teilnehmer, was man in solchen Situationen machen könnte, um sich zu beruhigen. Welche Maßnahmen könnten einem selbst guttun oder anderen (Schwester, Bruder, Freund) helfen, wieder ruhiger zu werden?
4. Im weiteren Verlauf werden Vorschläge wie diese aufgezählt:
 durchatmen kurz weggehen Gesicht kalt waschen
 Musik hören Sportübungen machen leise bis zehn zählen
 sich selbst vorsagen: Stopp - atmen - beruhigen
5. Die Schüler sollen erkennen, dass es viele Möglichkeiten gibt, sich zu beruhigen, und jede Person diejenige wählen muss, die zu ihr passt oder Erfolg versprechend scheint.
6. In der Reflexionsrunde kann auch besprochen werden, welche Rolle die Sprache in einem beruhigenden Gespräch spielt (Stimmlage, Sprechtempo, Tonfall) und worauf noch zu achten ist.
7. Eine mögliche Erweiterung wären kurze Rollenspiele, in denen die oben genannten Dinge in der Praxis ausprobiert werden könnten.

M BESUCH DER WUNSCHFEE

Kategorie:



Material: je Schüler ein DIN-A6-Blatt bzw. größere Klebezettel, Stifte

Dauer: 45 Min.

Teilnehmer: ganze Klasse/Schülergruppe

So geht's:

Diese Übung stellt eine Möglichkeit dar, Konflikte in der Klasse mit einem positiveren Zugang zu lösen.

1. Bitten Sie die Schüler, sich vorzustellen, dass eine Fee in die Schule käme. Sie würde jedem Schüler einen Wunsch erfüllen, aber keinen, der etwas mit Geld, mit realen Gegenständen oder wertvollen Dingen zu tun hat. Fragen wie diese könnten einleitend gestellt werden:
 - ✖ Was würdest du dir wünschen, was sich in der Klasse ändern sollte?
 - ✖ Gibt es einen bestimmten Wunsch an einen Mitschüler?
 - ✖ Worüber würdest du dich freuen, wenn es morgen anders wäre?
2. Jeder Schüler denkt über diesen Wunsch nach und schreibt den Satz auf das zuvor ausgeteilte DIN-A6-Blatt oder den Klebezettel.
3. Im Anschluss können Sie diese einsammeln und vorlesen. Besser wäre es aber, wenn die Teilnehmer selbst ihre Wünsche vor den anderen formulieren. Allein dadurch, dass sie in einem geschützten Rahmen und einer wertschätzenden Atmosphäre vorgetragen werden können, wird manchen konfliktträchtigen Aussagen etwas an Schärfe genommen.
4. Nach einer kurzen Diskussion über das Gehörte clustern Sie die einzelnen Beiträge an der Tafel. Anschließend wird die Klasse mit den gesammelten Ergebnissen konfrontiert und die größten Probleme oder Konflikte werden herausgefiltert. Schlussendlich kann man daran gehen, gemeinsam mögliche Lösungen dafür zu suchen.

Kategorie:



Material: je Schüler ein großes Zeichenblatt, Zeichenmaterial (Blei-, Bunt- oder Filzstifte), Entspannungsmusik, Abspielgerät

Dauer: 45 Min.

Teilnehmer: ganze Klasse / Schülergruppe

So geht's:

In dieser Übung wird der Versuch unternommen, eigene Emotionen bildlich umzusetzen. So werden Gefühle, wie Angst, Trauer, Freude und Glück, thematisiert.

1. Knüpfen Sie an eine Situation an, in der über Gefühle gesprochen wurde.
2. Leiten Sie dann auf Emotionen über, die jeder Schüler kennt und hat: Angst und Trauer, Freude und Glück.
3. Die Schüler teilen ihr Zeichenblatt durch eine senkrechte und eine waagerechte Linie in vier Abschnitte. Am besten ist es, dies auf der Tafel vorzumachen.
4. In jedem der vier Teile sollen sie nun eine Emotion zu Papier bringen, indem sie ein Bild eines Erlebnisses oder eine dazu passende Assoziation zeichnen.
5. Solche Fragen können ein Anstoß für die Ideenfindung sein:
 - ✘ Links oben: „Wovor hast du am meisten Angst?“
 - ✘ Rechts oben: „Da war ich wirklich traurig.“
 - ✘ Links unten: „Darüber habe ich mich extrem gefreut.“
 - ✘ Rechts unten: „Da hatte ich Glück.“
6. Dann können die Schüler, am besten zu leiser Entspannungsmusik, alles zeichnen, was ihnen zu den vier Begriffen bzw. Fragestellungen in den Sinn kommt.
7. Am Ende der Stunde oder am Anfang der nächsten gibt es in einer Reflexionsphase die Möglichkeit zum Austausch und zum Diskutieren.

M BLEIB WACHSAM

Kategorie:



Material: unterschiedliche Tages- und Wochenzeitungen, Scheren und Klebstoff, mind. 10 DIN-A2-Plakate

Dauer: 45 Min.

Teilnehmer: ganze Klasse/Schülergruppe

So geht's:

In dieser Einheit geht es um eine einfache Untersuchung über den Anteil von Aggression und Gewalt in den Medien im Gegensatz zur positiven Berichterstattung.

1. Klären Sie zu Beginn der Stunde den Begriff Aggression mit all den verwandten Wörtern, wie Krieg, Gewalt, Feindschaft, Angriff, Konflikt, Wut usw. Dann fordern Sie Ihre Schüler auf, gegenteilige Ausdrücke zu finden, wie z. B. Friede, Harmonie, Liebe, Einigkeit, Eintracht, Versöhnung etc.
2. Danach teilen Sie die Schüler in 3er- oder 4er-Gruppen ein. Jede Gruppe erhält Zeitschriften und Wochenmagazine unterschiedlichster Art und dazu jeweils zwei Plakate.
3. Beim ersten Auftrag sollen sie all jene Fotos und Überschriften suchen und ausschneiden, die mit politischer, gesellschaftlicher und persönlicher Aggression zu tun haben, und diese auf ein Plakat kleben.
4. Der zweite Auftrag betrifft die Suche nach nicht aggressiven Sprüchen, Texten und Fotos, also der positiven Berichterstattung. Auch diese werden auf ein eigenes Plakat geklebt.
5. Aufgrund des Ungleichgewichts in der Berichterstattung wird sich eine gute Diskussion ergeben. Eine Erkenntnis ist, dass sich schlechte Nachrichten wesentlich besser verkaufen als gute. Im Prinzip geht es aber auch darum, den Schülern zu vermitteln, dass sie wachsam sein sollen gegenüber jeglicher Manipulation von außen, im speziellen Fall eben durch die teils bewusste mediale Beeinflussung bei bestimmten Themen.

PERSÖNLICHKEIT STÄRKEN EMPATHIE SCHULEN TOLERANZ FÖRDERN

Ihre Schüler sind eigentlich ganz sympathisch, aber Kooperation ist für sie ein Fremdwort?

Sie übernehmen eine neu zusammengewürfelte Klasse und überlegen, wie Sie das „Kennenlernen“ gestalten können?

Sie brauchen für die Klassenfahrt dringend noch ein paar Spiele, um die lange Busfahrt zu überbrücken?

In der Nachmittagsbetreuung wird ein Schüler systematisch ausgegrenzt?

In diesem Buch finden Sie die richtige Antwort auf diese und viele andere Stolpersteine im sozialen Miteinander des Schulalltags!

140 abwechslungsreiche Spiele und Methoden aus den Bereichen

- ➔ Kennenlernen
- ➔ Kooperation
- ➔ Konflikte
- ➔ Wahrnehmung
- ➔ Kommunikation
- ➔ Just for Fun

helfen Ihnen, schnell und passgenau die richtige Lösung für sich und Ihre Schüler zu finden – für ein positives Klima, in dem sich alle wohlfühlen!



www.verlagruhr.de

Für alle Schulstufen

 Verlag an der Ruhr