

## 5.1 Blickduell



5 Min.

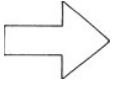
Kl. 5–7



keine



keine



Aggressionen abbauen, bestehenden Konflikten begegnen

Zwei echte „Gegner“ oder Schüler, die sich nicht mögen, stellen sich im Raum mit der größtmöglichen Distanz gegenüber auf. Auf ein Kommando gehen sie mit ständigem Blickkontakt sehr langsam aufeinander zu. Sie nähern sich einander so weit, wie sie es aushalten können und ohne sich zu berühren. Anschließend gehen sie langsam, mit Blickkontakt, rückwärts zu ihrem jeweiligen Ausgangspunkt zurück. Wichtig ist ein auswertendes Gespräch mit den Gegnern und der gesamten Gruppe.

## 5.2 Schattenboxen



5 Min.

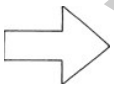
Kl. 5–7



keine

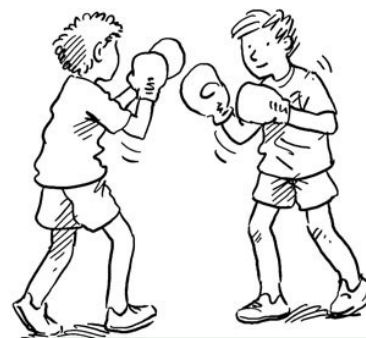


keine



positive Bewegungs- und Kooperationsübung, Aggressionen abbauen

Wählen Sie zwei Schüler aus, zwischen denen es immer wieder Spannungen gibt. Diese stehen sich mit etwa zwei Meter Abstand gegenüber und boxen, ohne sich dabei zu berühren. Jeder muss auf die Aktionen des anderen reagieren. Wichtig ist, dass der Abstand eingehalten wird!





keine



Sorgen Sie für ausreichend Platz.

Teilen Sie die Klasse in eine gerade Anzahl gleich großer Gruppen (am besten mit fünf Mitgliedern), bzw. Paare ein. Beschreiben Sie ein unsichtbares Seil, das vermeintlich am Boden liegt und die unsichtbare Linie, über die der Verlierer gezogen werden muss. Jeweils zwei Parteien treten zum pantomimischen Tauziehen an. Lassen Sie die Schüler ein paar Minuten gewähren, die anderen beobachten, was geschieht und beschreiben dies anschließend. Wichtig ist, dass die beiden Parteien auf das reagieren, was am Seil passiert. Wenn Sie nicht eingreifen, dauert das Spiel vermutlich endlos, da keiner gewinnen kann und keiner nachgeben wird. Formulieren Sie Szenarien und lassen Sie die Schüler erneut antreten.

#### Mögliche Szenarien:

- ▶ Nach einer gewissen Zeit gewinnt einer gegen alle (positives Erlebnis für schwächere Mitglieder der Gruppe).
- ▶ Mädchen gewinnen knapp gegen Jungen.
- ▶ Erst Gleichstand, dann Vorteil rechts, doch es gewinnt links.



## 5.4 Gerüchte



15 Min.

Kl. 5–10



eine kurze Geschichte, ein Erlebnis der Schüler



keine

Schicken Sie drei Freiwillige vor die Tür. Bestimmen Sie im Raum einen ersten Nacherzähler. Den anderen erzählen Sie oder ein Schüler eine Geschichte / ein Erlebnis. Der erste Schüler wird hereingeholt. Der Nacherzähler wiederholt die von allen gehörte Geschichte. Dem nächsten Schüler wird die Geschichte vom zweiten Nacherzähler erzählt usw., bis die Geschichte insgesamt viermal erzählt wurde. Lassen Sie die Klasse beschreiben, was geschehen ist. Erzählen Sie zum Schluss noch einmal die Originalgeschichte. Klären Sie mit den Schülern, was bei Tratsch und Gerede herauskommt und wie so etwas zu bewerten ist.

Typische „Spinnen in der Yucca-Palme-Geschichten“:

Jemand kennt jemanden, dem etwas passiert ist.

## 5.5 Nein



5–10 Min.

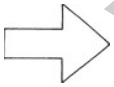
Kl. 5–10



Musik oder akustisches Signal



keine



Aggressionen abbauen, Nein-Sagen üben

Die Schüler bewegen sich frei im Raum. Wenn die Musik abbricht oder ein akustisches Signal ertönt, zeigt jeder Schüler auf einen Partner und ruft laut „Nein“.

### Varianten:

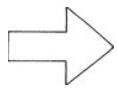
Die Schüler rufen „Du“ oder „Ja“.



Schreibzeug, DIN-A5-Papier und „Smartphone-Blätter“, drei Pinnflächen

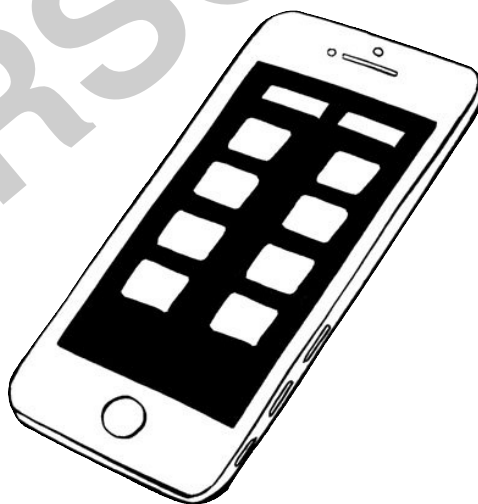


Legen Sie für jeden Schüler zwei leere DIN-A5-Blätter und ein Blatt mit einem darauf abgebildeten Smartphone bereit. Das Display soll viel Platz zum Ausfüllen bieten.



Anregung zum vorsichtigen Umgang mit digitalen Informationen

Jeder Schüler schreibt seinen Namen auf eines der beiden leeren Blätter und ergänzt einen Satz, wie es ihm heute geht. Sammeln Sie die Zettel ein. Jeder Schüler zeichnet von sich ein Selbstportrait auf das zweite leere Blatt und unterschreibt darauf. Sammeln Sie auch diese Zettel ein. Jeder Schüler bekommt nun ein „Smartphone-Blatt“ und den Schreibauftrag, zunächst wieder den Namen einzutragen und dann eine Textnachricht an einen Freund zu schreiben mit dem Inhalt, worüber sich der Schüler heute geärgert hat. Sammeln Sie auch die ausgefüllten „Smartphone-Blätter“ ein. Pinnen Sie alle Zettel, die Sie im ersten Durchgang eingesammelt haben, an eine Wand. Alle Schüler dürfen alles lesen. Mit den anderen Blättern wird in zwei weiteren Runden ebenso verfahren. Sobald Schüler Protest einlegen, ist der Zeitpunkt erreicht, das Posten von Nachrichten und Bildern im Internet zu thematisieren und Parallelen mit der gerade im Klassenzimmer stattfindenden Aktion herzustellen. Falls kein Protest aufkommt, thematisieren Sie, was hier gerade passiert – denn oft kann die ganze Welt alles lesen.

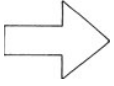




evtl. Straßenkreiden



Sorgen Sie für ausreichend Platz (evtl. im Freien).



Privatsphäre erkennen und akzeptieren

Teilen Sie die Schülergruppe in Paare auf. Diese stellen sich jeweils in einer Reihe einander gegenüber auf. Auf ein Startzeichen nähern sich die Schüler der rechten Reihe ihrem Partner so weit, bis es diesem unangenehm wird und er „Stopp“ ruft. Die Schüler gehen auf ihre Ausgangsposition zurück und versuchen, den Abstandspunkt zum anderen wiederzufinden. Dann werden die Rollen getauscht und die Schüler der linken Reihe nähern sich ihren Gegenübern so weit, bis der jeweilige Partner „Stopp“ ruft.

#### Variante 1:

Lassen Sie die Schüler auch von hinten und von der Seite aufeinander zugehen.

#### Variante 2:

Spielen Sie im Freien. Dann kann jeder Schüler mit Kreide auf dem Boden markieren, wo sein „Kreis“ liegt.

Besprechen Sie die Gefühle und Erkenntnisse in der Gruppe.

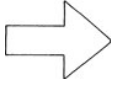




farbiges Blatt, Stift und Kleber für jeden Schüler; leeres Plakat für jede Gruppe



Breiten Sie für jede Gruppe Aufgabenkarten mit einer „Alle XX sind ...“-Überschrift vor.



Vorurteile abbauen

Teilen Sie eine gerade Zahl von Gruppen mit drei bis fünf Schülern ein. Jede Gruppe bekommt eine Aufgabenkarte, jeder Schüler ein andersfarbiges leeres Blatt im Hochformat und einen Stift. Jedes Gruppenmitglied schreibt nun eine Eigenschaft passend zur auf der Aufgabenkarte vorgegebenen Personengruppe auf sein Blatt, knickt den beschrifteten Teils des Blattes nach hinten und gibt es an seinen rechten Nachbarn weiter. Dieser schreibt einen neuen Begriff auf das Blatt usw. Das geschieht so oft, bis jeder sein Blatt (erkennbar an der Farbe) wieder hat. Hängen Sie in der Zwischenzeit Personenplakate in der Klasse aus, auf denen die Personengruppen der Aufgabenkarten vermerkt sind. In der Gruppe werden die Zettel aufgefaltet und jeder klebt sein Ergebnis auf das passende Plakat. Versammeln Sie sich mit der Unterrichtsgruppe vor den Plakaten und lassen sie alles laut vorlesen. Jeder Schüler merkt sich oder notiert für sich drei Aussagen, mit denen er absolut nicht einverstanden ist und überlegt sich eine Begründung. Dann wird am besten im Stuhlkreis diskutiert.

**Tipp:** Bei jüngeren Schülern empfiehlt es sich, ein bis maximal zwei Personengruppen zu betrachten. Achten Sie bei der Wahl darauf, dass Sie nicht bestehende Konflikte innerhalb der Unterrichtsgruppe schüren (z. B. Nationalitäten und Religionen)!

- ▶ Jungen / Mädchen
- ▶ Alte Menschen / Junge Menschen
- ▶ Ausländer / Deutsche
- ▶ Lehrer / Schüler oder Jugendliche / Erwachsene
- ▶ Politiker, Ärzte, Journalisten
- ▶ ...