

Programm

zum Thema „Die Zehn Gebote“ und Erlebnispädagogik

Leiter: Jendrik Peters, Sabrina K.

Uhrzeit: 10.00 Uhr	<u>Thema</u>	Ankommen und Einstieg
	<u>Ziele:</u>	Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen sollen sich in einer angstfreien Atmosphäre näherkommen. Sie sollen mit einem Warming-Up in den Tag starten und erste Kooperation erfahren. Des Weiteren werden 15 Gebote ausgelegt, aus denen die TN die „echten“ Zehn Gebote herausuchen sollen.
	<u>Methode:</u>	Gebote sortieren, aus Kisten sortieren, Kissenjagd
Uhrzeit: 11.00 Uhr	<u>Thema:</u>	Erlebnispädagogik zu den Zehn Geboten
	<u>Ziele:</u>	Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen sollen sich bewusst werden, was es heißt, als Team zusammenzuarbeiten. Anschließend wird im Rahmen der Reflexion auf einige Gebote eingegangen, die zu der Übung passend erscheinen. Der Impuls kommt dabei von den TN und wird von den Trainern zusammengefasst und wiederholt.
	<u>Methode:</u>	Die Wippe, Knüppeldamm
Uhrzeit: 12.00 Uhr	Mittagessen	
Uhrzeit: 13.15 Uhr	<u>Thema</u>	Einstieg im Meditationsraum, aufwärmen und motivieren
	<u>Ziele:</u>	Die TN sollen in den Nachmittag eingeführt werden. Bevor es an die Kletterwand geht, finden weitere, kleine Vorübungen statt, um den Teamgedanken zu vertiefen und die Gebote ins Gedächtnis zu rufen.
	<u>Methode:</u>	Kissenjagd, Der Blinde Kapitän, Turmbau
Uhrzeit: 14.15 Uhr	<u>Pause</u>	
Uhrzeit: 14.30 Uhr	<u>Thema:</u>	Erfahrungsbezogenes Lernen an der Kletterwand
	<u>Ziele:</u>	Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen sollen lernen, gemeinsam an ein Ziel zu kommen. Niemand kann alleine klettern, sondern jeder braucht jemanden, der ihn sichert. Jeder darf einmal klettern. Als besondere Aktion haben die TN anschließend die Aufgabe, die zehn ausgewählten Gebote nach ihrer persönlichen Wichtigkeit zu sortieren und anschließend an die Wand zu hängen. Das wichtigste Gebot kommt ganz nach oben. Dadurch kommen die TN ins Gespräch darüber, müssen entscheiden, wer welches Gebot wohin hängt.
	<u>Methode:</u>	Klettern, Gebote anbringen
Uhrzeit: 16.30 Uhr	Abschluss	Die TN reflektieren den Tag und schenken sich gegenseitig ein Stück Rebschnur, indem sie einen netten Satz sagen.