

# Kurzzeithelden gGmbH

NB 52° 33`436` E 013° 26`442``



## Mit allen Sinnen ein Team!



<b>Ort:</b>	<b>JH Köriser See</b>
<b>Programm:</b>	<b>Mit allen Sinnen ein Team</b>
<b>Programmdauer:</b>	<b>4 Programmtage, Montagnachmittag bis Donnerstag</b>

Wir möchten Sie und Ihre Klasse nach Klein Köris, in die Jugendherberge Köriser See, südlich von Berlin einladen.

Der Standort eignet sich besonders für Klassenfahrten mit den von Ihnen gewünschten Programmschwerpunkten und Bausteinen. Wir haben an der JH Köriser See beste Voraussetzungen für Aktionen wie z.B. Floßbau, Geländespiele wie Geocaching oder Karte/ Kompass sowie Kooperations- und Teambildungsübungen. Zusätzlich befindet sich neben der Jugendherberge unser Team Waldhochseilgarten, in dem die Schüler\*innen gemeinsame Abenteuer erleben und persönliche Grenzen erweitern können.

Die Anfahrt ist mit der Regionalbahn bis Groß Köris möglich. Vom Bahnhof sind es etwa 20 min. Fußweg.

### Kurzbeschreibung:

Speziell ausgewählte Interaktions- und Kooperationsübungen dienen der Förderung der Teamkompetenzen. Besonderen Fokus bekommen dabei die Kommunikations- und Kooperationsfähigkeiten, die bei den natursportlichen und handlungsorientierten Aktionen zum Einsatz kommen. Gemeinsame Erlebnisse und Spaß in und mit der Gruppe kommen dabei nicht zu kurz. Gezielt ausgewählte Reflexionsmethoden dienen der täglichen Aufarbeitung der jeweiligen Gruppenprozesse und der Ergebnissicherung und Transferleistung in Alltagssituationen.

### Programmzeiten:

Montag 14.00 – 17.30 Uhr  
Dienstag bis Donnerstag 09. – 17.30 Uhr,  
(inkl. Pausen, bzw. nach Absprache)

# Kurzzeithelden gGmbH

NB 52° 33`436` E 013° 26`442``



**Mögliche Programminhalte: u.a. hier ist eine Abstimmung im Vorfeld wichtig, da nicht alle Bausteine zeitlich möglich sind!**

- Interaktions- und Kooperationsübungen zur Teambildung
- verschiedene Teamhochseilelemente
- Niedrigseilgarten
- Kistenklettern
- Sport- und Geländespiele
- Floßbau und Floßfahrt
- Bogenschießen
- Kanutour (zzgl. Kanumiete)
- Konstruktionsaufgaben im Wald/ Gelände

**Das Programm wird in Absprache mit Ihnen und der Klasse individuell erstellt. Dazu dient u.a. ein Fragebogen im Vorfeld. Gerne erstellen wir Ihnen auch einen detaillierten, möglichen Programmablauf zur Orientierung.**

## **Leistungen:**

- Individuelle Gestaltung Ihrer Klassenfahrt entsprechend Alter und Zielgruppe
- Fragebogen, Lehrer\*innengespräch im Vorfeld
- Vortreffen auf Wunsch mit der Klasse im Vorfeld (nur Raum Berlin)
- Reflexion und Transfer - Was kann die Klasse als Anregungen und Erfahrungen mit in den Schulalltag nehmen?
- Betreuung und Begleitung der Klassen durch erfahrene/n und ausgebildete/n Trainer\*innen/ Pädagog\*innen mit entsprechenden Qualifikationen pro Klasse
- gesamtes Programmmaterial
- Jede Menge Spaß und Abenteuer!

## **Zielstellungen: u.a.**

- Förderung des Selbstvertrauens und Selbstwertgefühles
- Erfahrung und Erweiterung persönlicher Grenzen
- Zusammenhalt der Gruppe und das Vertrauen innerhalb der Gruppe stärken
- soziales Lernen in einem pädagogisch geschlossenen Raum ermöglichen
- soziale Kompetenzen (u.a. Konfliktfähigkeit, Frustrationstoleranz, Kommunikation in der Gruppe) schulen und erweitern
- neue, greifbare Erlebnisse schaffen und andere Handlungsmöglichkeiten und Strukturen für den Alltag ermöglichen
- Reflexion und Transfer der gemachten Erfahrungen für positive Lösungskompetenzen im Alltag fördern



## Möglicher Programmwurf und Ablauf

### Montag

Anreise

Mittagessen

Programm Beginn um 14.00 Uhr – 17.30 Uhr

Dienstag bis Donnerstag 09.- 12.00 und 14. - 17.30 Uhr, inkl. Pausen

Zielsetzung: Teamfestigung, Aufbau von Vertrauen, Kommunikation und Kooperation

- Gegenseitiges Kennen lernen
- Darstellung der Sicherheitsregeln für die Programmtage
- Erkundung des Geländes in Einbeziehung weiterer Bewegungsspiele, Gelände- und Interaktionsspiele
- z.B. Chaosspiel, Droteg, Fotorallye
- Reflexion und Tagesauswertung

### Dienstag

Zielsetzung: **Kooperation, Vertrauen und Zusammenarbeit**

Inhalte: Warm Up  
Interaktions- und Vertrauensübungen  
Floßbau und Floßfahrt mit anschließender Badeaktion  
Teambildende Geländespiele  
Abschlussreflexion des Tages

**Optional: Lagerfeuer**

### Mittwoch

Zielsetzung: **Kleingruppenarbeit und Kommunikation**

Inhalte: Warm Up  
GPS-Orientierungslauf mit Vermittlung der Technik und anschließender Schatzsuche  
Konstruktionsaufgabe in Kleinteams  
Abschlussreflexion des Tages

**Optional: Nachtaktion**

# Kurzzeithelden gGmbH

NB 52° 33`436` E 013° 26`442``



## **Donnerstag**

Zielsetzung: **Kommunikation- und Vertrauen**

Inhalte: einzelne Hochseilgartenelemente  
Interaktions- und Kooperationsübungen

Reflexion und Transfer (Nachhaltigkeit der einzelnen Bausteine) Was nehmen wir als Gruppe mit nach Hause?

## **Weitere mögliche Inhalte: u.a.**

- Team und Interaktionsübungen (auch Indoor)
- Konstruktionsaufgaben wie Murmelbahn, Turmbau
- Kanu (zzgl. Kanumiete)
- Bogenschießen

**Das Programm wird individuell und entsprechend der Klassensituation/ Gruppendynamik prozessorientiert durchgeführt. Daher kann es zu Abweichungen von dem o.g. Plan kommen.**

# Kurzzeithelden gGmbH

NB 52° 33`436` E 013° 26`442``



## Grundsätzliches:

**Zu erwähnen ist, dass sich das Programm vor Ort und durch die konkrete Klassensituation verändern kann und die Trainer\*innen entscheiden, welche Übungsabfolge und Inhalte eingesetzt werden.** Dies kann zum einen von den natürlichen Bedingungen vor Ort abhängen, aber auch von der Gruppenkonstellation, die evtl. noch nicht in der Lage ist, bestimmte Übungen gemeinsam zu meistern. Daher wird das Programm sehr individuell angelegt und es wird im vollen Maße auf den Entwicklungsstand der Schüler\*innen eingegangen.

Zu erwähnen ist weiterhin, dass wir natürlich auch das Prinzip der Freiwilligkeit achten. Freiwilligkeit möchten wir jedoch nicht bei Interaktionsübungen und Teamaufgaben anwenden, da man so den Charakter erzeugt, „Ich mach, was ich will und kann mich jederzeit zurückziehen“. **Die wichtige Regel der Freiwilligkeit tritt bei allen Aktionen in Kraft, bei denen die eigenen körperlichen und psychischen Grenzen angesprochen werden.** Hier kann jeder TN selbst entscheiden, wieweit er geht. Motivation geben wir natürlich, um so evtl. alte Handlungsmuster des Einzelnen aufzuspalten und die Chance zu bieten, über sich selbst zu wachsen.

Zudem steht während des gesamten Programms das Soziale Lernen, die Teamarbeit, die Einbeziehung der Sozialen Kompetenzen im Vordergrund. Als Medien nutzen wir erlebnispädagogische Aktivitäten, Spiele und Übungen, so dass für die Jugendlichen auch genug Zeit zum Spaß und Spiel bleibt.

Und nicht zuletzt wird es auch Mittagessen und Pausen geben. Der Einfachheit halber habe ich sie im Programmplan nicht erwähnt. Evtl. Abendprogramme sind mit den Trainer\*innen abzusprechen. Diese erfolgen dann auf Freiwilligkeit der Trainer\*innen, da das Programm bis ca. 17.30/ 18.00 Uhr angelehnt ist.

Susanne Töpfer

Leitung Kurzzeithelden/ Trainerin/ Diplom Pädagogin/ Mediatorin