



## Erlebnispädagogische Aktionen

Die Förderung und Stärkung personaler und sozialer Kompetenzen ist heute wichtiger denn je, gerade um z.B. im Berufsleben Fuß fassen zu können. Sie ist ebenso eine Notwendigkeit im Hinblick auf ein gewaltfreies und respektvolles Miteinander in der aktuellen gesellschaftlichen Situation.

... Durch eigenes Handeln, Ausprobieren und bewusstes Erleben können

Lernerfahrungen gemacht werden. Lernen durch eigenes Erleben!

Deshalb sind gerade erlebnispädagogische Angebote, die handlungs- und prozessorientiert sind, geeignet, um bleibende Erfahrungen hervorzurufen.

Erlebnispädagogik bedeutet nicht nur Klettern oder große Abenteuer erleben., sondern heißt vor allem Aufgaben und Probleme gestellt bekommen, die durch das Finden eigener Lösungen bewältigt werden können.

... Im Vordergrund der Aktionen stehen:

- Entwicklung der eigenen Persönlichkeit zu einem reifen, selbständigen Menschen
- Auseinandersetzung mit sich und der Gruppe
- Verantwortungsübernahme
- Vertrauen und Verlässlichkeit
- Teamfähigkeit, Kooperationsbereitschaft
- Respekt, Toleranzbereitschaft, Offenheit und Ehrlichkeit
- gegenseitige Unterstützung, Anerkennung und Hilfsbereitschaft
- Engagement
- Konfliktbewältigung
- Kommunikationsfähigkeit
- Sensibilisierung der Wahrnehmung
- Spaß

## Einzelne Bausteine:

### **Kennen lernen:**

Übungen und Spiele, um sich gegenseitig näher kennen zu lernen

Z.B.: Partnerinterview, Abfragen von Befürchtungen und Erwartungen der TN,

Namensspiele

### **Aufwärmen:**

Verschiedene Spiele, um miteinander warm zu werden

Z.B.: Fangspiele, Ballspiele....

### **Kooperationsaufgaben:**

Aufgaben und Problemstellungen die nur durch die gesamte Gruppe bewältigt werden können.

Jeder einzelne zählt.

**Beispiel:** Die Gruppe muss einen fiktiven Sumpf überqueren und hat als Hilfsmittel dafür Wasserkisten auf denen sie den Sumpf trockenen Fußes überqueren kann. Jedoch gibt es nur halb so viele Kisten wie Teilnehmer. Die Gruppe muss jedoch gemeinsam das Ziel erreichen.

**Vertrauen:** Verschiedene Übungen um das Vertrauen aufzubauen und zu stärken.

Vertrauen geben und Vertrauen können stehen hier im Vordergrund.

### **Seilelemente:**

Niedrigseilgarten (auf ca. 30cm Höhe aufgebauter Seilparcours der in der Gruppe bewältigt werden muss)

Kistenklettern (einen Turm aus Cola- oder Wasserkisten hochsteigen)

Klettern in der Kletterhalle

Abseilen

Seilbrücke überqueren (eine in ca.6m gespannte Brücke aus Seilen)

**Reflexionen:** Allgemeine Reflexionen nach den Aufgaben zum manifestieren der Erfahrungen und um Transferleistungen herstellen zu können

**Theorie:** Theoretische Einheiten „was ist EP, was wollen wir erreichen“

### **Materialeinweisung:**

Einweisung in das unterschiedliche Klettermaterial. Sicherheitshinweise...

## **Erlebnispädagogische Aktionen können als:**

1. Tagesaktionen (10-17 Uhr mit Pausen)
  2. 2Tagesaktion (jeweils 10-17 Uhr mit Pausen) oder
  3. für mehrere Nachmittage (2-4 Stunden von 1 Nachmittag bis 5 Nachmittagen) gebucht werden.
- 

### ***Beispiel Programmnachmittage:***

#### **TAG1 (jeweils ca. 2-4 Stunden):**

##### **Kennen lernen:**

Meine Vorstellung  
Partnerinterview  
Balken auf Stühlen mit Namen

##### **Interaktion:**

Moorpfad  
Stabmeditation

##### **Vertrauen:**

Pendel in Variationen, Adler

##### **Reflexion**

##### **Abschlussrunde**

#### **TAG2:**

##### **Aufwärmen:**

Alkoholtest  
Materialeinweisung  
Sicherheitsstaffel

##### **Seilelemente:**

Kistenklettern/ Klettern

##### **Reflexion /Abschlussrunde**

---

## ***Beispiel Programmtage:***

### **Vormittags:**

#### **Kennen lernen:**

Namensbalken  
Alaska Baseball, Arena

#### **Kooperationen:**

Moorpfad

#### **Vertrauen:**

Seilkreis,  
Vertrauenslauf,  
Pendel

### **Nachmittags:**

#### **Aufwärmen:**

Alkoholtest  
Materialeinweisung  
Seilaktion

## **Reflexion**

### **Abschlussrunde**

---

Erlebnispädagogische Aktionen können für **eine Gruppe von 10-14 Teilnehmern** gebucht werden

Die hier **aufgelisteten Programme** verstehen sich als **Vorschläge** und werden jeweils im Einzelnen speziell auf Ihre Wünsche/Themen und die jeweilige Gruppe abgestimmt.

Haben Sie Interesse? Dann melden Sie sich doch bei uns.

Tel: 0203 80 71 204

Email: [info@jugendforum-duisburg.de](mailto:info@jugendforum-duisburg.de)

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen zusammenarbeiten zu können!