



DAS EVANGELISCHE MÖRIKE
GYMNASIUM MIT AUFBAUGYMNASIUM – REALSCHULE

Ideensammlung
für den Wiedereinstieg nach den Pfingstferien

1. Vorüberlegungen: Warum dieses Dokument?

1.1. Unterstufe

Die Präsenzbeschulung ist, nach der langen Phase der Beschulung zuhause, vollgepackt mit Erwartungen, die unter den aktuellen Rahmenbedingungen kaum umsetzbar sein werden. Die aktuellen Rahmenbedingungen in der Schule werden besonders für Unterstufenschüler*innen eine große Herausforderung und Hürde darstellen. Trotz Abstandsregelung eine positive Atmosphäre und ein Gefühl von Gemeinschaft zu schaffen, ist für die Motivation und auch ganz basal für die Denk- und Leistungsfähigkeit der Schüler*innen eine wichtige Voraussetzung.

1.2. Mittelstufe

Der Wechsel von Beschulung zuhause zu Präsenzunterricht stellt nach so langer Zeit für viele Schüler*innen eine große Herausforderung dar. Die Zahl der Schüler*innen, die in den Wochen der Beschulung zuhause kaum oder nur sehr unregelmäßig erreichbar waren, ist in der Mittelstufe besonders hoch.

Nicht nur die Leistungsunterschiede der einzelnen Schüler*innen innerhalb der Klassen werden deutlich auseinander klaffen. Auch die Erfahrungen und Lebensumstände der Schüler*innen zuhause unterscheiden sich deutlich voneinander. Nach Rückmeldungen von Schüler*innen gibt es einige, die auch in den vergangenen Wochen ein relativ normales Sozialleben geführt haben. Diejenigen hatten regelmäßig persönlichen Kontakt zu Freund*innen, waren aktiv und draußen unterwegs. Andere haben, oft geschürt durch Ängste in der Familie, kaum die Wohnung verlassen, sich eingeziegt und Kontakte nur digital gepflegt. Für diese Schüler*innen wird schon die Fahrt im Bus zur Schule eine große Hürde und als beängstigend erlebt. Trotz Abstandsregelung eine positive Atmosphäre und ein Gefühl von Gemeinschaft zu schaffen, ist für die Motivation und auch ganz basal für die Denk- und Leistungsfähigkeit der Schüler*innen eine wichtige Voraussetzung.

2. Erfahrungen der SuS im “Lockdown”

Die Schüler*innen kehren, nach 13 Wochen, mit vielen verschiedenen Erfahrungen in die Schule zurück.

Folgende Themen könnten sie beschäftigt haben. Sollten Schüler*innen mit Fragen zu diesen Themen an Sie herantreten, können Sie sich jeder Zeit an uns wenden.

- 2.1. Ängste in Bezug auf Covid-19**
- 2.2. Soziale Isolierung**
- 2.3. Akademische/ Intellektuelle Überforderung**
- 2.4. Familiäre Konflikte**
- 2.5. Positive Erfahrungen**
- 2.6. Cybermobbing**
- 2.7. Gewalt in der Familie**
- 2.8. Gefühle von fehlender Selbstbestimmung**

3. Vorbereitung auf den Wiedereinstieg: den Übergang begleiten und gestalten

3.1. Warum?

Menschen gewöhnen sich schnell an einen Tagesrhythmus. “[E]ine Gewohnheit zu ändern löst – auf neuronaler Ebene gesprochen – erstmal biologischen Stress in unserem Gehirn aus. Diesen können wir dann körperlich oder emotional spüren, z.B. durch Anspannung, Nervosität, Kopfschmerzen, Druckgefühle, oder sogar stärkere körperliche Reaktionen wie Bauchschmerzen oder Übelkeit.” (zitiert aus Schulpsychologie NRW, <http://schulpsychologie.nrw.de/schule-und-corona/schueler/schueler.html#Wiedereinstieg>, 20.5.2020)

3.2. Sich Unterschiede bewusst machen

SuS einen “typischen Tagesablauf” in Zeiten der Beschulung zuhause erfassen lassen (Zeiten von Aufstehen und Schlafengehen, von Mahlzeiten, von Unterricht und Schulvorbereitung sowie Beschäftigungen und Aktivitäten dazwischen) - am besten noch vor den Pfingstferien - und diesen dann bei Schulbeginn mit einem “typischen Tagesablauf” in Zeiten von Präsenzbeschulung vergleichen. Was gibt es für Unterschiede und wie ausgeprägt sind diese? Welche Vor- und Nachteile bringen beide Tagesrhythmen jeweils mit sich? Worauf kann man sich in der Präsenzbeschulung freuen, was fällt den SuS schwer? Auch ein Austausch innerhalb der Klasse über die Tagesabläufe in der Zeit zuhause wäre so möglich.

Mögliche Fragen:

- Wie wurde die Zeit zu Hause erlebt?
- Wie war es, so viel Zeit innerhalb der Familie zu verbringen?
- Durfte der Schüler/ die Schülerin nach draußen? Mit oder ohne Eltern?
- Waren die Eltern im Homeoffice tätig? Sind sie arbeitslos geworden?
- Wie wurde die Zeit mit Geschwistern erlebt?
- Konnte Kontakt zu den Großeltern hergestellt werden (z. B. über Telefonate)?
- Wie konnten Hobbies umgesetzt werden (evtl. neue Interessen gefunden)? Bzw. Welchen Freizeitbeschäftigungen wurde nachgegangen?
- Wie kamen die Schüler*innen mit dem Homeschooling zurecht?
- Gibt es im näheren Umfeld jemanden, der erkrankt war/ist? Gab es einen Todesfall im Zusammenhang mit Corona?

3.3. Methoden und Spiele zur Behandlung des Erlebten

Video- Konferenz als Vorbereitung für den ersten Schultag:

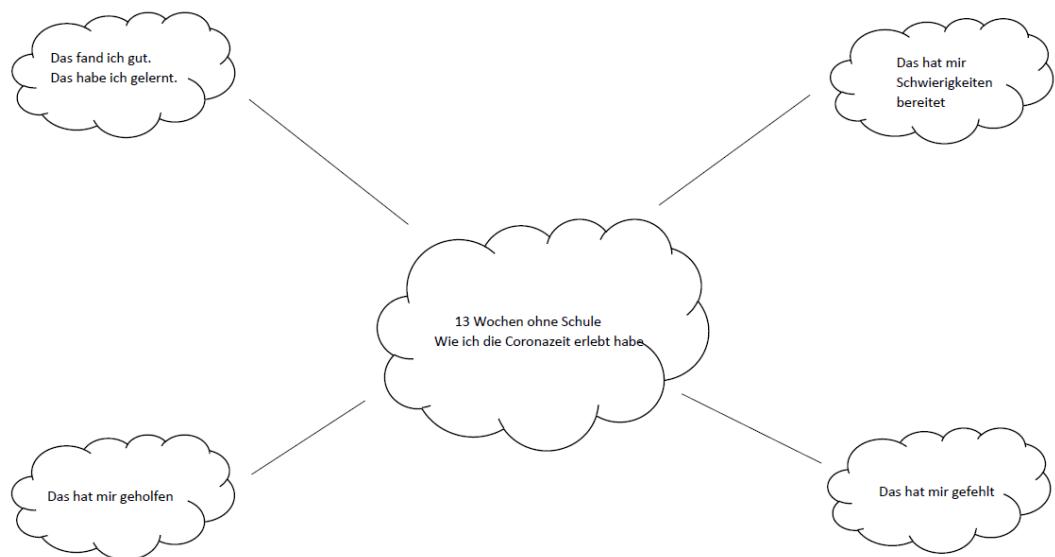
Ziel: Thematisierung und Aufklärung

Mögliche Themen:

Hygiene und Verhalten im Schulhaus:

- Welche Ein- und Ausgänge gibt es?
- Was muss beim Betreten des Schulgebäudes beachtet werden?
- Welche Abstandsregeln gelten und wie sind sie einzuhalten?
- Wann, wie oft und wo sollen Hände gewaschen und desinfiziert werden?
- Wie ist es, wenn eine Schüler*in zur Toilette muss?
- Wie sind die Unterrichtsräume gestaltet? Warum?
- Wie finden die Schüler*innen ihren Sitzplatz?
- Wann und wo müssen die Schüler*innen die Mundschutzmasken tragen?
- Aufklärung darüber, dass und warum es Kontrollen gibt ob der Mundschutz getragen wird
- Verhalten in den Pausen sowie Angebote in den Pausen vom Schü und der Schulpsychologinnen (Pausenspiele)
- Wer benötigt noch einen Mund-Nasen-Maske? (das Schü verkauft nach den Pfingstferien selbstgenähte Masken mit Schullogo für 6 €)

Mindmap



Erfahrungen auf und in der Tüte

Ziel: Erfahrungsaustausch

Jede/r Schüler*in erhält eine Butterbrottüte. Diese Tüte dürfen die Schüler*innen nun zu einem Thema gestalten. Zum Beispiel kann die Tüte angemalt oder beschrieben werden, es können Muster in die Tüte geschnitten werden oder Papier, Steinchen oder anderes Bastelmaterial darauf geklebt werden. Dabei soll auf der äußeren Seite der Tüte nur die Erfahrungen festgehalten werden, welche die anderen Schüler*innen sehen sollen. Auf der inneren Seite der Tüte können Erfahrungen dargestellt werden, welche vorerst nicht mit anderen geteilt werden sollen.

Wenn die Tüten fertig sind, können diese Ausgestellt und von den anderen Schüler*innen betrachtet werden. Die Tüten können anonym oder mit Namen versehen präsentiert werden. Es ist auch möglich, dass die Schüler*innen ihre Tüte freiwillig vorstellen.

Alter: 10 – 15 Jahre Dauer: 30 – 90 Min. Material: Butterbrottüten, Bastelmaterial, Stifte

Weitere Ideen

- Blitzlichtrunde
- Ampelverfahren
- Suche nach Gemeinsamkeiten und Unterschieden
- Brief an mich selbst
- Austausch in 2er Gruppen

3.4. Methoden und Spiele zur Gruppenstärkung: gedacht als Vorbereitung zuhause auf die Tage im Präsenzunterricht

Aktion Regenbogen- Steine

Kinder setzen ein Signal mit Regenbögen gegen Corona.

Während der Quarantäne haben Kinder begonnen Regenbögen zu malen und in das Fenster zuhängen - Ein Zeichen von Kindern für Kinder gegen Corona. Der Regenbogen signalisiert Zusammenhalt und Solidarität. Bei Spaziergängen konnten diese Regenbögen gezählt werden und die Kinder haben gemerkt, dass sie nicht allein sind.

Diese Idee wollen wir aufgreifen und als Schule ein Zeichen setzen. Jedes Kind oder Jugendlicher kann einen Stein bemalen und auf der Mauer vor der Schule platzieren, umso zu signalisieren, dass wir trotz der Corona- Situation da sind, zusammenhalten und die Welt weiterhin bunt sein kann.

Sammeln Sie mit den Schüler*innen Steine und gestalten Sie diese (möglichst mit Regenbogenfarben). Wenn die Steine getrocknet sind, können diese gemeinsam mit den Schüler*innen auf die Mauer vor der Schule gelegt werden, damit sie jeder sehen kann.

Willkommensbriefe (z.B.: auch auf Englisch)

Der/die Klassenlehrer*in ordnet die SuS paarweise einander zu, damit sichergestellt ist, dass jede/r SuS einen Willkommensbrief erhält. Die SuS erhalten 10-15 min Zeit, um für den/die jeweils zugeordnete Mitschüler*in einen Brief auf einer DinA4-Seite zu schreiben oder zu gestalten. Die Willkommensbriefe sollen dann vor der Gruppe vorgelesen bzw. vorgestellt werden.

Steckbriefe raten

Der/die Lehrer*in bereitet eine Vorlage für die Steckbriefe vor (Beispielfragen: 3 Dinge, die ich mit auf eine einsame Insel nehmen würde / das liebe ich ... / das hasse ich ... / davon träume ich häufig ... / wenn ich mir Superheld*innenkräfte wünschen könnte, wären das ... / 2 Dinge, vor denen ich Angst habe) und die SuS füllen jeweils einen Steckbrief aus. Der/die Lehrer*in sammelt die Briefe ein, tippt sie ab und ersetzt die Namen jeweils durch eine Nummer (Legende zur Auflösung anlegen). Am nächsten Schultag werden die Briefe an jeweils andere SuS ausgeteilt und es soll erraten werden, wer der/die Autor*in des Steckbriefes ist. Covid-Variante: Bei Verteilung der Klasse auf mehr als ein Klassenzimmer, können auch jeweils die Steckbriefe der anderen Lerngruppe vorgelesen werden und die Gruppe diskutiert, von wem der jeweilige Steckbrief sein könnte.

4. Die ersten Tage in der Schule: die Zeit vor Ort gestalten

4.1. Konkrete Hilfen für Schüler



3 wichtige Tipps für die ersten Tage nach Schulbeginn:

1. Wenn Ihr konkrete **Ängste oder Bedenken** habt, sprecht mit einer erwachsenen Person Eures Vertrauens darüber und erklärt Ihr Eure Bedenken. Das können Eure Eltern sein oder z.B. auch Eure Klassen- oder Beratungslehrer*innen.
2. Selbst, wenn Euch das **Aufstehen oder der Weg zur Schule** am ersten Tag schwerfallen sollte, zieht es auf jeden Fall durch! Nur so gibt Ihr Euch und Eurem Körper die Chance, sich wieder an den neuen Tagesrhythmus zu gewöhnen. Eine Vermeidung der Situation (z.B. krankmelden, nicht aufstehen, etc.) führt IMMER dazu, dass es am nächsten Tag noch schwieriger wird.
3. Macht den **ersten Schultag zu Eurem schönsten Tag der Woche!** Nehmt Euch für den Nachmittag oder Abend etwas vor, auf das Ihr Euch besonders freut (z.B. euer Lieblingsessen, eine Geocaching Tour mit Euren Eltern, ein besonderer Film, etc.). Überlegt Euch am Abend vorher schon, woraus Ihr Euch am meisten freut, wenn die Schule wieder läuft – ganz egal, ob es auch Dinge gibt, auf die Ihr Euch nicht so freut.
(zitiert aus Schulpsychologie NRW, <http://schulpsychologie.nrw.de/schule-und-corona/schueler/schueler.html#Wiedereinstieg>, 20.5.2020)

4.2. Ziele benennen

Zu Beginn mit den SuS gemeinsam sammeln: Was wollen wir (SuS und Lehrer*in) in den Tagen des Präsenzunterrichts gemeinsam erreichen. Klären, welche Ziele unter den gegebenen Umständen umsetzbar sind und diese festhalten, z.B. in Form eines Plakats. Die festgehaltenen Ziele nach der Hälfte und auch zum Ende der Präsenzzeit nochmals gemeinsam anschauen.

Mögliche Themen:

- a) Homeschooling
 - Wie sind die SuS mit dem Lernen zu Hause zurecht gekommen?
 - War das Internet zugänglich?
 - War die Lernumgebung geeignet?
 - Wie haben sich die SuS motiviert?
 - Wie haben die SuS ihre Aufgaben strukturiert?
 - Konnten die Eltern oder Geschwister unterstützen?

b) Wie geht es weiter?

- Worauf liegt der Fokus, während die SuS in der Schule sind?
- Welche Fächer finden wann statt?
- Welche AGs finden statt?
- Wie gewöhnen sich SuS wieder an den schulischen Rhythmus? Die SuS waren 13 Wochen nicht in der Schule, das heißt, dass Gehirn und der Körper sind nicht mehr an den schulischen Rhythmus gewöhnt. Vielen SuS fällt es schwer, wieder in den Schulalltag zu finden. Es ist normal, dass der Körper 2 bis 3 Tage braucht, bis er sich wieder an den Rhythmus gewöhnt hat.
- Mit welchen Ritualen lässt sich der Schultag vorbereiten (z.B. vor dem Einschlafen den Wecker rechtzeitig stellen, damit am Morgen kein Stress entsteht; ein gutes Frühstück vorbereiten; Schulsachen am Abend packen; kurze Sportübungen am Morgen, um den Kreislauf zu aktivieren; etwas Schönes für den Nachmittag planen (Lieblingsessen, gutes Buch, besonderer Film, Spaziergang mit den Eltern, Sport))?
- Welche Rituale erleichtern uns den Schulalltag?
- Wie lassen sich Unsicherheiten und Ängste ansprechen und thematisieren? SuS werden von Unsicherheiten und Ängsten begleitet. Diese konkreten Ängste und Bedenken ansprechen. Gemeinsamkeiten suchen.
<http://schulpsychologie.nrw.de/schule-und-corona/schueler/schueler.html#Wiedereinstieg>
- Wie lässt sich der Raum gemeinsam gestalten? Für die SuS wird die neue Sitzanordnung ungewohnt sein, um eine angenehme Lernatmosphäre zu schaffen, kann der Raum gemeinsam gestaltet werden (z.B. SuS nach Ideen zur Gestaltung fragen, Grünpflanzen platzieren, Bilder oder kleine Nachrichten)
- Welche Leistungen werden erhoben?
- Welche Versetzungsregelungen gibt es?
- Was können SuS unterstützend machen, wenn sie das Gefühl haben, fachlich den Anschluss verpasst zu haben oder verpassen zu können?

5. (Pausen-) Spiele innerhalb der Abstands- und Hygieneregeln

Viele Spiele und Methoden können kreativ eingesetzt und abgewandelt werden und auch mit Unterrichtsinhalten gefüllt werden, z.B. Willkommensbriefe auf Englisch, Labyrinth mit Mathematik- oder Chemie-Formeln usw.

5.1. Zur Ruhe kommen

Zählen in der Gruppe oder 17 & 4

Ziel: Stärkung der Konzentration

Ziel dieses Spiels ist es, sich aufeinander zu konzentrieren und zur Ruhe zu kommen. Alle Teilnehmer*innen schließen die Augen und versuchen als Gruppe bis 20 zu zählen. Dabei darf keine Person zwei oder mehr Zahlen direkt hintereinander nennen und alle Teilnehmer*innen müssen sich mindestens einmal zu Wort gemeldet haben. Sprechen mehrere Personen gleichzeitig, muss wieder von vorne begonnen werden.

5.2. Bewegungsspiele

Virtuelle Spielgeräte

Die Gruppe stellt sich im Kreis auf. Es wird eine Wurfreihenfolge innerhalb der Gruppe festgelegt, sodass jeder zum Schluss einmal geworfen und einmal gefangen hat. Die Wurfobjekte sind rein virtuell. Am besten beginnt man zuerst einmal mit einem ganz normalen, aber unsichtbaren Tennisball, der mit einem Bodenkontakt zu einer anderen Person geworfen und dort gefangen wird. Diese Person wirft den Ball einer weiteren Person zu, bis der Ball einmal rum ist. Dann gehts wieder von vorn los, immer in der gleichen Wurfreihenfolge. Dem Tennisball könnte eine Frisbeescheibe folgen, die schwungvoll aus dem Handgelenk geworfen wird. Und kurz darauf folgt ein Medizinball usw. So werden nacheinander immer mehr Spielgeräte ins Spiel gebracht, die alle parallel durch die Luft schwirren. Zum Schluss gehen auf ein Kommando alle Spielgeräte wieder an den Anleiter zurück, der von diesen „erschlagen“ wird und keuchend zusammenbricht.

Seilspannung

Das Seil an den Enden zusammenknoten und in einem Kreis auf den Boden auslegen. Die Teilnehmer setzen sich im Kreis in das Seil und legen das Seil an die unteren Lendenwirbel. Dort halten sie es mit beiden Händen und stehen langsam miteinander, alle gleichzeitig auf, indem sie sich gegen das Seil lehnen. Im Stehen sind dann mehrere Spielarten möglich, wie z.B.: abwechselnd nach außen lehnen, neue Formen und Figuren schaffen...

Stift eintauchen

Bind eine Schnur an einen Stift. Befestige das andere Ende der Schnur hinten an deiner Gürtelschnalle. Stelle dich über eine leere, geöffnete Flasche. Schaffst du es ohne die Hilfe deiner Hände, den Stift in die Flasche einzutauchen?

Das Spiel mit den Centmünzen

Male dir eine eigene Zielscheibe. Wurf eine Centmünze mit etwas Abstand auf die Zielscheibe. Wie viele Punkte sammelst du bei drei Würfen? Wurf eine Centmünze mit etwas Abstand in eine große Schüssel. Wie viele Treffer schaffst du mit 10 Münzen? Wenn dies gut funktioniert, wirf Centmünzen mit etwas Abstand in einen Becher. Auch hier hast du 10 Würfe. Wie viele Treffer schaffst du jetzt?

Papierflieger werfen

Baue einen Papierflieger. Der Flieger, der am weitesten fliegt, gewinnt.

Ja/ Nein

Dein Gegenüber stellt dir Fragen. Du darfst nicht mit Ja oder Nein Antworten.

Das Spiel kann schwieriger werden, wenn man andere Wörter verbietet.

Labyrinth (auch mit mathematischen, chemischen oder physikalischen Formeln möglich)

Es wird ein Spielfeld mit 4x5 Feldern auf dem Boden gemalt oder ausgelegt. Die anleitende Person malt sich den Weg durch das Labyrinth auf, sodass es keine Schüler*in sehen kann. Die Schüler*innen verteilen sich um das Spielfeld und drehen sich mit dem Rücken zum Feld. Die erste Schüler*in betritt das Spielfeld und sucht sich einen Weg. Wird ein falsches Feld betreten ertönt ein Signalton von der Anleiter*in. Der/ die Schüler*in verlässt das Spielfeld und die anderen Schüler*innen drehen sich um. Nun erklärt der/ die Schüler*in den Weg ohne zu zeigen. Der/ die nächste Schüler*in ist an der Reihe, wenn sich die anderen Schüler*innen wieder umgedreht haben. Alle Schüler*innen müssen einmal durch das Labyrinth laufen.

Erwischt

Eine Schüler*in steht an einer Wand, mit dem Rücken zum Rest der Gruppe. Die Gruppe läuft auf die Schüler*in zu, Ziel ist es die Wand unerwischt zu erreichen. Dreht sich die Schüler*in um, müssen alle Personen der Gruppe still stehen bleiben. Wer beim Bewegen erwischt wurde, muss zurück zum Start und neu beginnen.

Activiti

Eine Person muss einen Begriff erklären oder durch Pantomime vormachen. Die restlichen Teilnehmer raten. Wer den Begriff erraten hat, darf als nächstes einen Begriff erklären.

Grußkartenbaum oder Bettlaken

Hängt auf einen Baum oder ein Bettlaken Nachrichten auf.

Torwand schießen

5.3. Spiele mit Sprechen

Teekesselchen

Eine Person denkt sich ein Wort aus, das zwei Bedeutungen hat (z.B. Nagel → Zehennagel, Eisennagel). Dann sucht die Person sich einen Partner aus, und teilt ihm/ihr das Wort mit. Beide müssen sich dann einigen, wer welche Wortbedeutung erklärt. Covid-Variante: Da SuS und Lehrer*innen ihre Plätze nicht verlassen dürfen, um die Abstandsregeln einzuhalten, müssten die Begriffe im Vorhinein schon verteilt und auf die Tische platziert werden. Nun geht es los - In jeder Runde geben beide einen Hinweis auf ihre Wortbedeutung in Form eines einzigen Satzes. Z.B. "Mein Teekesselchen ist immer mit dabei." - "Mein Teekesselchen findet man im Baumarkt." Nach jeder Runde dürfen ein paar Personen raten, um welches Wort es sich handelt. Danach beginnt die zweite Runde, in der wieder beide Personen jeweils einen Tip geben. Z.B. "Mein Teekesselchen kann man schneiden." - "Mein Teekesselchen ist spitz." Die Person, die es als erstes erraten hat, darf sich das nächste Teekesselchen ausdenken oder eine Person auswählen, die sich das nächste Teekesselchen ausdenkt.

Werwolf

Der Spieleklassiker in dem drei Werwölfe jede Nacht heimlich einen "Dorfbewohner" umbringen (=aus dem Spiel ausscheiden lassen). Tagsüber berät das gesamte Dorf, wer wohl ein Werwolf ist und deswegen verurteilt wird (=ausscheidet). Dabei müssen die Werwölfe natürlich so tun, als seien sie ganz normale Dorfbewohner. Je nach Variante gibt es noch diverse Zusatzrollen, z.B. kleines Mädchen, Hexe, Heilerin, ...

5.4. Spiele mit Lerninhalten

Menschenmemory

Zwei Kinder gehen vor die Tür oder schließen die Augen. Der Rest zieht Vokabelpaare. Covid-Variante: Da SuS und Lehrer*innen ihre Plätze nicht verlassen dürfen, um die Abstandsregeln einzuhalten, müssten die Begriffe im Vorhinein schon verteilt und auf die Tische platziert werden. Die beiden Kinder müssen dann wie beim normalen Memory abwechselnd nach den Paaren suchen indem sie die Kinder fragen welches Wort sie haben. Wenn ein Paar gefunden

wurde setzen sich die “gefundenen” Kinder hin, damit man sieht zu wem noch der Partner fehlt.

Mathe-Fußball

An der Tafel wird ein Fußballfeld aufgemalt mit drei Punkten zwischen dem Tor. Aufbau siehe: <http://mathespiele.zum.de/images/9/99/Mathefußball.pdf>

Die Klasse wird in zwei Gruppen geteilt. Es sind der Reihe nach immer jeweils zwei Schüler dran, die gegeneinander antreten. Es wird eine Matheaufgabe genannt, der Schüler von den beiden, der die Antwort zuerst richtig gibt, gewinnt - somit wird der “Ball” (=ein Magnet) einen Punkt näher ans Tor der gegnerischen Mannschaft geschoben. Wenn der Ball im Tor landet, zählt es wie ein Tor im Fußball und der Ball wird zurück auf das mittlere Feld gesetzt. Das Spiel endet, wenn die vom Lehrer vorgegebene Zeit abgelaufen ist. Es gewinnt die Gruppe, die die meisten Tore erzielt hat