

Trainings-Programm

Hinterfragen der eigenen Denkweisen

Tag **3**

Zusammen in die Hände

1 klatschen

Aufwärmübung

25 Min

Ziel:

Die Mitglieder der Gruppe dabei unterstützen, sich durch Blickkontakt, Rhythmus und Fokussierung aufeinander einzustimmen.

Material:

Keines

Räumlichkeit:

Der Raum sollte frei und groß genug sein, damit sich alle Teilnehmer*innen entspannt in einem Kreis aufstellen können.

Ablauf:

Die*der Trainer*in bittet alle, sich im Kreis aufzustellen. Die*der Trainer*in wendet sich an die neben ihr*ihm stehende Person, klatscht in die Hände und bittet sie, im genau gleichen Moment ebenfalls in die Hände zu klatschen. Diese Person wendet sich ihrerseits an die Person neben ihr*ihm und gibt das Händeklatschen weiter. Jedes Mal, wenn ein Klatschen weitergegeben wird, sollen beide Teilnehmer*innen genau im selben Moment klatschen.

Das Klatschen wandert so einmal durch den Kreis. Die*der Trainer*in kann ein zusätzliches Klatschen vorschlagen, sodass beim Durchlaufen der Runde mehr als einmal geklatscht wird. Beim in die Hände klatschen kann auch die Laufrichtung im Kreis geändert werden. Wenn das Klatschen so durch den Kreis

läuft, können die Teilnehmer*innen Blickkontakt zu einer*einem anderen Teilnehmer*in auf der anderen Seite des Kreises aufnehmen. Ohne ein Wort zu sagen, wechseln die beiden Personen, die Blickkontakt hatten, ihre Position, indem sie den Kreis durchlaufen. Dies muss allerdings ohne Störung des Klatschens beim Lauf durch den Kreis geschehen.

Wenn das Klatschen stoppt oder verpasst wird, unterbricht die*der Trainer*in die Übung und fragt die Teilnehmer*innen, aus welchem Grund das passiert ist, bevor sie*er erneut mit der Übung beginnt.

Hinweis für Trainer*innen:

Gehen Sie davon aus, dass Sie die Übung einige Male von vorn beginnen müssen. Achten Sie darauf, dass das Klatschen zügig durch den Kreis läuft. Wenn die Übung ins Stocken gerät, fragen Sie die Gruppe, wie man den Ablauf besser synchronisieren könnte (Blickkontakt, im Rhythmus bleiben, das Klatschen antizipieren).



Erstellt von der Bundesvereinigung Kulturelle Kinder- und Jugendbildung e.V. (BKJ) und der internationalen Stiftung Creativity, Culture and Education (CCE) in Zusammenarbeit mit zahlreichen europäischen Partnern. Finanziert durch die Stiftung Mercator und unterstützt durch die Europäische Union im Rahmen des Aktionsprogramms Erasmus+ Youth in Action.

Diese Arbeit gibt lediglich die Meinung der Autor*innen wieder. Die Europäische Kommission ist nicht für die Verwendung der Informationen verantwortlich, die diese Arbeit umfasst.

Freie Verwendung als Open Educational Resource (OER) gestattet und empfohlen.



Diese Arbeit ist durch die Creative Commons Attribution ShareAlike 4.0 Lizenz geschützt (CC BY-SA 4.0).

Bitte wie folgt zitieren: "Europe in Perspective. Transnational Training on Diversity in Cultural Learning" by German Federation for Arts Education and Cultural Learning (BKJ) and Creativity, Culture and Education (CCE), Lizenz: CC BY-SA 4.0.

Kontakt: info@bkj.de

Die Lizenzvereinbarung kann unter folgendem Link abgerufen werden:
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de> | Diese Arbeit ist online abrufbar unter: <https://europe-in-perspective.eu>