

Mut tut gut

Verschiedene Methoden für die Arbeit mit Gruppen

Liebe Gruppenleitende,
ich habe für euch eine Idee für eine Gruppenstunde zum Thema „Mut tut gut“ zusammengestellt. Bitte fühlt euch frei diese nach Lust und Laune zu verändern, so dass sie für eure Gruppe passt.
Achtet aber bitte darauf, dass die „Mut tut gut“ Stunde sich nicht zu einer Mutprobe entwickelt.

Anzahl der Kinder: 15
Alter der Kinder:
8- 11 Jahre bzw. 11-13 Jahre
Dauer: ca. 60 min

Mut tut gut – Outdoor Rallye (8-11 Jahre)

Materialien:

- Stifte
- Zettel
- Box
- Aufgabenliste

Vorbereitung:

Informiert die Kinder / Eltern, dass diese Stunde im freien stattfindet – passendes Schuhwerk und Kleidung, sucht euch eine passende Stelle im Freien – am besten mit einem kleinen Bach. Sollte kein Bach in der Nähe sein, könnt ihr mit verschiedenen Materialien einen Bach symbolisieren (z.B.: mit einem blauen Tuch, langen Ästen,...).

Ziel:

Förderung von Mut und Teamarbeit durch Aufgaben, die Zusammenarbeit und kleine Überwindungen erfordern.

Einleitung:

Erklärt eurer Gruppe das Thema der heutigen Stunde und wie der

weitere Ablauf ist. Geht gemeinsam zum ausgesuchten Platz. Dort könnt ihr die Kinder in kleine Gruppen (3-4 Kinder) aufteilen und die Aufgabenlisten ausgeben.

Hauptteil:

Die Gruppen durchlaufen verschiedene Stationen, an denen sie mutige und wohltuende Aufgaben lösen können z.B.:

Blinder Pfad: ein Kind wird von einem anderen Kind blind geführt

Brückenbau: gemeinsam aus Naturmaterialien eine kleine Brücke bauen, die belastbar ist

Wünsche in den Himmel: auf kleine Zettel schreiben, was ihnen Mut gibt oder was ihnen gut tut und diese dann in die „Mutbox“ legen

(Durch weitere Stationen erweiterbar.)

Abschluss:

Besprecht mit den Kindern in der Gruppe, wo sie Mut gebraucht haben. Was hat ihnen dabei geholfen? Wo müssen sie



im Alltag mutig sein? Wo waren sie schon mal mutig? Haben sie heute eine Kind gesehen, dass mutig war?

>>>



>>>

Mut tut gut Mutiges Theaterstück (indoor – 11-13 Jahre)

Ziel:

Mut und Wohlbefinden durch Rollenspiele und kreatives Handeln fördern

Einleitung:

Begrüßung und Einführung ins Thema. „Heute spielen wir kleine Theaterstücke über Mut und was uns guttut.“

Hauptteil:

Warm up: Kleine Übung zum Aufwärmen (z.B.: Freeze and Go, wo Mitspielende bei einem Signal einfrieren müssen)

Rollenspiele: Die Kinder werden in Gruppen aufgeteilt und bekommen verschiedene Mut-Situationen (ZB.: „Ein Freund traut sich nicht alleine auf die Bühne zu gehen“, „Jemand hat Angst eine Frage zu stellen“, „Angst vor einem Test“, sonstige Situationen aus dem Alltag der Kinder,...) > so, dass jede Gruppe eine Aufgabe hat.

Sie sollen diese Szenen gemeinsam kreativ lösen und vorstellen.

Die Kinder / Jugendlichen dürfen selbst bestimmen, wie sie die Situationen gestalten und was die Figuren tun, um Mut zu zeigen.

Abschluss:

Gemeinsame Reflexion der Theaterstücke. Was war mutig? Welche Situationen waren besonders schwierig? Was hat geholfen?

„Viel Spaß mit der Gruppenstunde und viel Mut beim Ausprobieren neuer Dinge!“

