

Schulsozialpädagogische Angebote im Bereich (Cyber-)Mobbingprävention, Medienerziehung, Persönlichkeitsentwicklung, Werteerziehung und Stärkung der Klassengemeinschaft für staatliche Gymnasien in Mittelfranken

Schuljahr 2021/2022

Kurzbeschreibung

Die vorliegenden Angebote im Bereich gruppenbezogene Präventionsarbeit werden für staatliche Gymnasien in Mittelfranken angeboten. Sie greifen zum Teil bestehende staatliche Präventionsangebote auf und werden auf die jeweilige Klassenstufe abgestimmt.

Aufgrund der aktuellen Hygienebestimmungen finden dieses Jahr vorrangig Workshops für Klassen statt. Das gesamte Angebot umfasst in der Regel auch Projekttag, Planspiele, Teambuilding Workshops und Fortbildungen für Lehrkräfte. Das Programm wird jeweils zum Ende des Schuljahres auf der Website aktualisiert.

Allgemeine Hinweise

Die Workshops werden an die jeweilige Klassenstufe angepasst. Die Workshops bestehen aus praktischen Übungen und theoretischen Inputs. Die Schüler und Schülerinnen setzen sich in einem geschützten Rahmen mit den jeweiligen Themen auseinander und reflektieren ihre eigene Haltung. Die Workshops sind ergänzend zum Lehrplan konzipiert und dienen der Sozialkompetenzförderung.

Anmeldung für externe Gymnasien (keine Einsatzschule)

Anmeldungen richten Sie bitte an unsere Koordinatorin Frau Hacker:

Schulsozialpaedagogin-Hacker@mb-gym-mfr.de

Bitte geben Sie den Titel des gewünschten Workshops, die Klassenstufe und den gewünschten Zeitraum (Tag, Schulstunden) an.

Inhalt

Kurzbeschreibung.....	1
Allgemeine Hinweise	1
A Suchtprävention.....	3
A1: Kenn dein Limit	3
A2: Suchtprävention durch Resilienzförderung (Kinder stark machen).....	3
A3: Null Alkohol – Voll Power	4
B: Gewaltprävention.....	4
B1: Aktiv gegen Cybermobbing	4
B2: Aktiv gegen Mobbing.....	5
C: Prävention sexualisierter Gewalt	5
C1: Trau Dich!	5
C2: Sexismus begegnen	6
C3: Gender (LGBTIQ @ school).....	6
C4: Pornografie und sexuelle Identität.....	6
C5: Selfies, Sexting, Selbstdarstellung	7
D: Medienprävention	7
D1: Medienchecker:in	7
E: Wertebildung und Demokratiekompetenz.....	8
E1: Wir alle haben Rechte	8
E2: Meine Stärken	8
E3: Respekt?! Werte machen Schule	9
F: Teambuilding für Klassen (Sozialkompetenztraining)	9
F1: Erlebnispädagogische Spiele zur Stärkung der Klassengemeinschaft	9
F2: Teambuilding im Klassenzimmer	9
F3: Teambuilding zum Umgang mit Konflikten (Lösungsstrategien)	10
G: Workshops für Lehrkräfte	10
G1: Achtsamer Umgang mit Stress.....	10
G2: Teambuilding: Erlebnispädagogische Übungen für Wandertage	11
G3: “Schule ohne Rassismus-Schule mit Courage”	11
G4: Teambuilding im Klassenzimmer	11

A Suchtprävention

A1: Kenn dein Limit

Kategorie	Alkoholprävention
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 9-10
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Einführung in die Thematik Sucht - Reflexion von Alkohol als gesellschaftliches Genussmittel und die Gefahr einer Sucht - Bleib im Limit: Verantwortungsbewusster Alkoholkonsum - Selbsttest Alkoholkonsum - Risiken beim Binge-Drinking
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - lernen einen reflektierten und verantwortungsvollen Alkoholkonsum, - reflektieren über die Faktoren, die den eigenen Alkoholkonsum beeinflussen - lernen ihren Alkoholkonsum in einer Selbstreflexion einzuschätzen und werden unterstützt ihr Limit zu erkennen

A2: Suchtprävention durch Resilienzförderung (Kinder stark machen)

Kategorie	Drogenprävention, Suchtprävention
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 5
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Frühzeitige Vorbeugung von Suchtverhalten - Förderung von Konflikt- und Kommunikationsfähigkeit - Selbstbewusste Persönlichkeiten als wichtige Grundlage, um später auch gegen Gruppendruck "Nein" zu Suchtmitteln sagen zu können
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - stärken ihr Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen. - üben „Nein“ zu sagen

A3: Null Alkohol – Voll Power

Kategorie	Suchtprävention
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 7-8
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Orientiert sich am gleichnamigen Programm der BZgA zur Suchtprävention an Schulen - Stärkung der Selbstbehauptung bei Gruppenzwang - Heranführung an die Thematik Sucht - Fakten-Check Alkohol: Zahlen, Daten, Fakten - Alkohol: Genussmittel vs. Bewältigungsstrategie - Bestimmungen des Jugendschutzgesetzes
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - werden an die Thematik Sucht herangeführt - lernen Sucht und Genuss zu unterscheiden - lernen Bewältigungsmechanismen für schwierige Lebenssituationen kennen (Resilienz) - setzen sich mit dem Faktor "Peer Group", Druck und ihren eigenen Grenzen auseinander

B: Gewaltprävention

B1: Aktiv gegen Cybermobbing

Kategorie	Gewaltprävention
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 8-10
Zeitbedarf	4 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Einführung in soziale Medien - Gesetzliche Grundlagen: Altersbeschränkungen, strafrechtliche Folgen - Datenschutz, Privatsphäre und Urheberrecht - „Netiquette“ - Gesamtheit der Regeln für soziales Kommunikationsverhalten im Internet - Cybermobbing in der Schule: Auseinandersetzung mit der Thematik und Interventionsmöglichkeiten (Ansprechpartner, Anlaufstellen)
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - lernen die Vorteile und Risiken der Selbstdarstellung auf von „Social Media“ kennen. - werden gegen Handyübergriffe gestärkt. - setzen sich mit den Mechanismen und Rollen bei Mobbing auseinander. - trainieren deeskalierende und gewaltfreie Kommunikation.

B2: Aktiv gegen Mobbing

Kategorie	Mobbingprävention
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 5-10
Zeitbedarf	2-4 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Fakten-Check Mobbing - Rechtliche Grundlagen - Gruppenarbeit und Rollenspiele zur Sensibilisierung der Thematik - Die Schülerinnen und Schüler erlernen anhand von Praxisbeispielen die Dynamik und Funktion von Mobbing - Vorstellen von Mobbingintervention, Ansprechpartnern und Unterstützungsstrukturen
Ziele	<p>Die Schüler und Schülerinnen</p> <ul style="list-style-type: none"> - lernen den Unterschied zwischen Konflikten und Mobbing - werden darin gestärkt Mobbing zu erkennen und Strukturen zu durchbrechen - lernen Ansprechpartner und Handlungsmöglichkeiten kennen, die für Betroffene zur Verfügung stehen

C: Prävention sexualisierter Gewalt

C1: Trau Dich!

Kategorie	Prävention sexualisierter Gewalt
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 5-6
Zeitbedarf	2-4 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Angelehnt an das „Trau Dich“ Projekt - Kennenlernen von Grenzen und Grenzverletzungen - Eigenes Körpergefühl entwickeln - Selbstbestimmung - Recht auf gewaltfreie Erziehung (Kinderrechte) - Körperliche Selbstbestimmung - Praktische Einheiten “Nein- Sagen lernen”
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - entwickeln ein Gefühl für Nähe und Distanz - nehmen verschiedene Gefühle in sich wahr - visualisieren Beziehungen zu den Personen in ihrem Umfeld - können gute von schlechten Geheimnissen unterscheiden. Dabei wissen sie, dass schöne Geheimnisse bewahrt werden können und schlechte Geheimnisse mitgeteilt werden sollten.

C2: Sexismus begegnen

Kategorie	Prävention sexualisierter Gewalt
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 8-10
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Geschlechterrollen im Wandel der Zeit - Gleichberechtigung und Gleichstellung - Diskriminierung aufgrund des Geschlechts - Folgen von Sexismus - Sexismus begegnen: Hilfestellungen für den Alltag
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - setzen sich mit verschiedenen Formen und Funktionen von Sexismus auseinander - reflektieren Erfahrungen von Alltagssexismus - lernen Handlungsmöglichkeiten für Betroffene kennen - setzen sich mit Toleranz und dem Antidiskriminierungsverbot auseinander

C3: Gender (LGBTIQ @ school)

Kategorie	Prävention sexualisierter Gewalt
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 5-10
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Identitätsbildung junger Menschen jenseits der Heteronormativität - Trans* und Gender*diverse Jugendliche - Sexualität Jugendlicher und sexuelle Bildung - Begriffsklärung LGBTIQ
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - entwickeln Verständnis für andere Perspektiven und Lebensweisen - verstehen wie schwierige Lebensentwürfe zu kommunizieren sind, wenn sie von der Norm abweichen - werden für die Wirkkraft heteronormativer Gesellschaftsbilder in der Öffentlichkeit sensibilisiert

C4: Pornografie und sexuelle Identität

Kategorie	Prävention sexualisierter Gewalt
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 8-11
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Entwicklung der eigenen Sexualität - Informationsquellen und Vertrauenspersonen - Funktion und Wirkung von Pornografie, Pornografie im Netz
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - reflektieren über ihre eigenen Bilder und ihr Wissen zu sexueller Identität und Pornografie - erhalten einen sicheren Rahmen, um niederschwellig über die Thematik zu sprechen

C5: Selfies, Sexting, Selbstdarstellung

Kategorie	Prävention sexualisierter Gewalt
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 7-10
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Selbstdarstellung in sozialen Medien: Was ist zu nackt für Internet? - Flirten in digitalen Welten: "Do's" und "Don'ts" - Risiken und Nebenwirkungen von Sexting - Recht am eigenen Bild - Privatsphäre Einstellungen - Handlungsmöglichkeiten: Was kann ich tun, wenn Bilder oder Videos von mir ungewollt verbreitet werden? - Orientierung an dem gleichnamigen Material von Klicksafe.
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - reflektieren ihr eigenes Onlineverhalten - werden befähigt ihr Privatsphäre Einstellungen ihrer meist genutzten Kommunikations- Apps zu überprüfen - setzen sich mit den Risiken von Sexting auseinander - werden befähigt ihre sozialen Medien reflektiert zu nutzen

D: Medienprävention

D1: Medienchecker:in

Kategorie	Medienprävention
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 5- 6
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Was sind Medien? - Rechtliche Grundlagen - Gefahren im Internet - Wie kann ich mich schützen?
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - entwickeln eine gezielte Vorstellung des Begriffs „Medien“. - erfahren, was im Internet erlaubt ist. - werden auf den sorgsamem Umgang mit ihren persönlichen Daten aufmerksam gemacht und auf Risiken und Gefahren hingewiesen. - erkennen neben den Vorteilen der digitalen Medien auch die Nachteile und Gefahren, welche die Nutzung des Internets mit sich bringen kann.

E: Wertebildung und Demokratiekompetenz

E1: Wir alle haben Rechte

Kategorie	Projekt im Rahmen der Wertebildung und Demokratiekompetenz
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 5- 10
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Rechte von Schülerinnen und Schülern in Bezug auf Erziehung, Schule und Gesellschaft - Kennenlernen der Kinderrechtskonvention, Menschenrechte und relevante nationale Gesetze (Grundgesetz) - Partizipation: Wie kann ich mich beteiligen? - Inklusion von Minderheiten: Kinder mit Migrationshintergrund, mit Fluchthintergrund, mit Behinderung
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - lernen das Konzept von individuellen Lebenswelten kennen - lernen ihre Rechte und Möglichkeiten kennen, die sie in ihrer Entwicklung schützen und unterstützen

E2: Meine Stärken

Kategorie	Resilienzförderung, Ressourcenaktivierung, Empowerment
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 7-9
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Ressourcenaktivierung mit Blick auf die einzelnen Stärken - Umgang mit Stress und Bewältigung von Krisen - Merkmale für Wohlbefinden: Woran merke ich, dass es mir (nicht) gut geht?
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - reflektieren ihre eigenen Stärken - lernen die Stärken der Mitschülerinnen und Schüler kennen - lernen wie sie ihre Stärken in Stresssituationen nutzen können - lernen ihre Ressourcen zu nutzen (Krisen)

E3: Respekt?! Werte machen Schule

Kategorie	Wertebildung und Demokratiekompetenz
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 5-9
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Auseinandersetzung mit der Thematik „Respekt“ - Eigenes moralisches Handeln - Reflexion der Rolle der Peergroups
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - reflektieren und erweitern ihr Verständnis von Toleranz und Respekt gegenüber anderen - entwickeln solidarisches Handeln - entwickeln interkulturelle Kompetenzen

F: Teambuilding für Klassen (Sozialkompetenztraining)

F1: Erlebnispädagogische Spiele zur Stärkung der Klassengemeinschaft

Kategorie	Sozialkompetenztraining, gemeinsam.Brücken.bauen
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 5-10
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Erlebnispädagogische Spiele finden in der Regel draußen statt (Schulhof, Wald, Wiese) - Das selbstständige Lernen in der Gruppe fördert die Persönlichkeitsentwicklung und steigert das Selbstbewusstsein, da jedes Gruppenmitglied etwas zum Erfolg des Erlebnispädagogik-Spiels oder der Übung beiträgt - zentralen Themen sind: Vertrauen, Konfliktlösung und Wahrnehmung
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - lernen sich als Gruppe kennen - setzen sich mit der aktuellen Gruppendynamik auseinander - trainieren ihre sozialen Kompetenzen - üben Rücksicht aufeinander zu nehmen

F2: Teambuilding im Klassenzimmer

Kategorie	Sozialkompetenztraining, gemeinsam.Brücken.bauen
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 5-10
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Stärkung der Koordination und Kooperation durch Übungen, die nur gemeinsam bewältigt werden können. - Diese Einheiten eignen sich insbesondere für Klassen, die noch in der Gruppenfindungsphase sind oder einen Konflikt aufgearbeitet haben.
Ziele	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> - lernen sich als Gruppe kennen - setzen sich mit der aktuellen Gruppendynamik auseinander - üben Rücksicht aufeinander zu nehmen

F3: Teambuilding zum Umgang mit Konflikten (Lösungsstrategien)

Kategorie	Sozialkompetenztraining, gemeinsam.Brücken.bauen
Zielgruppe	Jahrgangsstufe 5-10
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Ursachen und Dynamik von Konflikten - Deeskalierende Lösungsstrategien in akuten Konfliktsituationen - Gefühle, Selbstreflexion und gewaltfreie Kommunikation
Ziele	<p>Schüler und Schülerinnen</p> <ul style="list-style-type: none"> - lernen Konflikte in der Klasse konstruktiv zu thematisieren - verstehen wie Konflikte entstehen und welche Faktoren eskalierende oder deeskalierende Wirkung haben
Anmerkung	Falls Sie bereits Konflikte in der Klasse vermuten oder Konflikte in der Klasse Auslöser für die Anfrage sind, sollte die Schulpsycholog:in vor Ort mit einbezogen werden.

G: Workshops für Lehrkräfte

G1: Achtsamer Umgang mit Stress

Kategorie	Stressprävention
Zielgruppe	Lehrkräfte
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Zufriedenheit und innere Ausgeglichenheit als Voraussetzung für gutes Lernen und Arbeiten - Schnelllebige Bildungspolitik und wachsender Leistungsdruck führen zu Stress und stressbedingten Symptomen - Kleine Ruhepausen im Schulalltag einbauen: ruhe-, konzentrations- und gesundheitsfördernde Übungen für den Unterricht - Atemübungen, Ruhe- und Entspannungsübungen, Mentale Übungen, Fantasiereisen, Bewegungs- und Muskelübungen, Wahrnehmungs- und Konzentrationsübungen
Ziele	<p>Die Lehrkräfte</p> <ul style="list-style-type: none"> - finden für sie passende, alltagstaugliche Übungen - stärken ihre Resilienz

G2: Teambuilding: Erlebnispädagogische Übungen für Wandertage

Kategorie	Klassengemeinschaft stärken, gemeinsam.Brücken.bauen
Zielgruppe	Lehrkräfte
Zeitbedarf	2 Stunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Stärkung der Koordination und Kooperation durch Übungen, die nur gemeinsam bewältigt werden können. - Einfache Übungen für unterwegs, die in Wandertage integriert werden können. - kleine Einheiten mit wenig Material und Aufwand - Übungen, die sich bewährt haben und keine Vorkenntnisse benötigen
Ziele	<p>Die Lehrkräfte</p> <ul style="list-style-type: none"> - erleben die Übungen praktisch in der Position der Spielerinnen und Spieler (Perspektivenwechsel) - erhalten eine Einführung in die Reflexionsmethoden und Begleitung gruppenspezifischer Prozesse

G3: "Schule ohne Rassismus-Schule mit Courage"

Kategorie	Rassismusprävention
Zielgruppe	Projektschulen und Projektverantwortliche
Zeitbedarf	vom individuellen Bedarf abhängig
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Richtet sich an Lehrkräfte, die für das Projekt zuständig sind - Beratung und Unterstützung bei der Projektplanung "Schule ohne Rassismus-Schule mit Courage" - Enge Zusammenarbeit mit den Koordinatorinnen und Koordinatoren des BzJR Mittelfranken - Materialempfehlungen und Projektideen
Ziele	<p>Die Lehrkräfte</p> <ul style="list-style-type: none"> - werden bei der Umsetzung des Konzepts unterstützt - erhalten Informationen zu möglichen Aktionen und Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner

G4: Teambuilding im Klassenzimmer

Kategorie	Klassengemeinschaft stärken, gemeinsam.Brücken.bauen
Zielgruppe	Lehrkräfte
Zeitbedarf	2 Schulstunden
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Stärkung der Koordination und Kooperation durch Übungen, die nur gemeinsam bewältigt werden können. - Diese Einheiten eignen sich insbesondere für Klassen, die noch in der Gruppenfindungsphase sind oder einen Konflikt aufgearbeitet haben.
Ziele	<p>Die Lehrkräfte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verstehen Fragestellungen und Themen zu Gruppenprozessen in ihren Klassen - erleben praktische Übungen und Spiele zur Förderung der Klassengemeinschaft, die im Schulalltag umgesetzt werden können.