



### Warming Up

Bewegte Aktionen und Übungen zur Einstimmung auf die Thematik, Aktivierung und Konzentration.

### Interaktionsübungen / kooperative Abenteuerspiele

Durch entsprechende Anmoderation und Gewichtung der Aufgabenstellung lassen sie sich mit der Zielsetzung verknüpfen - und geben reichlich Stoff für Reflexion.

Hier eine mögliche Auswahl:

> **Wittekindturnier: Bewegung, Konzentration, Geschicklichkeit**

eine Sequenz von altersgerechten, lebendigen Gruppenspielen im Gelände

> **Dialogische Übung**

Vom Statement (Standpunkt) zum Dialog zum gemeinsamen Gespräch: die eigenen Ideen in die Mitte stellen, Zuhören, Austausch. Die Kunst dabei ist, konzentriert die eigene Position zu wahren, gleichzeitig jedoch mit Flexibilität und Gefühl für den richtigen Zeitpunkt die Übersicht im Umfeld zu behalten.

> **Stockkampf**

Rhythmische, dialogische Übung zur konstruktiven Auseinandersetzung: sachliche Argumente konsequent, aber nach fairen Regeln austragen.

> **Feuerspucken und Feuerlauf**

Mutprobe und Spektakel in der Abenddunkelheit

> **Brücke Leonardo**

Team-Konstruktionsaufgabe: aus einfachem Material eine komplexe, tragfähig-begehbare Brücke bauen. Dafür ist Voraussetzung, dass die zündende Idee gefunden wird. Geeignet ab 8. Klasse.

> **Gefahr-Transport**

Mut zum konstruktivem Austragen von Konflikten: „Sprengstoff“ kann überall lauern - unerwartet oder als Ergebnis lange schwelender Brände im Untergrund. In dieser Übung wird ein Sprengsatz behutsam gehoben, als Gefahrgut vorsichtig bewegt und kontrolliert zur Entladung gebracht.

> **GeländeSpiele / GPS-Geocaching-Abenteuer-Tour, z.B. catch-the-flag**

Klassische Geländespiele oder GPS-Orientierungsspiel mit motivierendem Wettbewerbscharakter.

> **Bogenschießen**

Ruhe und Konzentration, als Übung in kleineren Gruppen

> **Germanischer Axtwurf** als mögliche Abschluss-Aktion eines Projektstages, ab 16 Jahren.

Die Disziplin "Germanischer Axtwurf" mit der eindrucksvollen, doppelschneidigen Wurfaxt oder der kleinen einhändigen "fränkischen Wurfaxt" setzt noch einmal Motivations-Impulse. Im Sinne von: "Ins Schwarze treffen."



### Seilaktionen im Waldgelände

Abenteuerliche, Kooperation fördernde Aufgaben und praktische Herausforderungen, mit z.T. sportlichem Charakter, die aber auch Seil- und Klettertechniken vermitteln.

> **Bau von Seilbrücken** zur Überquerung eines Taleinschnitts

> **Kistenklettern**

> **Bau Flying Fox** lange Seilbahn

> **Treeclimbing**

> **Kletter- und Aufstiegsstechniken / Abseilen** für sportlich-aktive Jugendliche





## Niedrigseilgarten

- > **Mohawk-Walk, Low-V** „gemeinsam einen Weg gehen“  
Niedrigseil-Übungen, die Kooperation in den Mittelpunkt stellen und auf hohe Seilaktionen vorbereiten.

## Hochseilgarten

- > **Einweisung in die Sicherungstechnik (Top Rope)**
- > **Hochseilgarten in Teams\***

Die verschiedenen Elemente des Hochseilgartens visualisieren persönliche und soziale Aspekte der Kommunikation. Metaphern eröffnen Blickwechsel und reflektierende Gespräche.  
Darunter Übungen wie:

- **Soft Walk** „bedingungsloser Vertrauensfall“
- **High Walk/Fledermaus** „Perspektivwechsel“
- **Kleines Pendel** Trennendes überwinden, Mut zum ersten Schritt
- **High-V** Partner-Übung
- **Pampers Pole** Ziele und Perspektiven, Wichtiges von Unwichtigem unterscheiden.
- **Großer Pendelsprung** Verantwortung und Entscheidung, u.U. auch Mut zum „Nein!“



## Schmieden und Metallgießen

### > **Feldschmiede**

Schmieden: traditionelle Technik auf Feldesse-Schmiedefeuern, Hammer und Amboss.  
Die handwerklich-technische Arbeit mit dem glühenden Eisen unterstützt die individuelle Motivation sehr, erfordert Arbeitsteilung und trägt zur Gemeinschaftsbildung bei.  
Jeder Schüler erarbeitet sein eigenes Werkstück



### > **Metallgießen im Sandgussverfahren**

Kennenlernen der Verfahrenstechnik Metallguss. Einbetten der Werkstück-Formen in Sandformkästen, Ausarbeitung der Gieß- und Luftkanäle im Sandbett, Aufbereiten der Schmelze mittels Blasebalg und Schmelzofen, Feuerführung zur Herstellung der Aluminium- oder Messingschmelze, Versäubern der Werkstücke nach dem fertigen Guss.



## Feedback und Reflexion

Visualisierende Gesprächsübungen begleiten die Aktionen, beleuchten das individuelle bzw. gemeinsame Handeln, geben Denkanstöße und Ansatzpunkte für Verhaltensänderungen.

## Bunter Abend

Spiele, Sketche, Darbietungen, Feuer und Pfannkuchen, heiterer Rückblick auf lebhaftere Tage.  
Anleitung zur Vorbereitung von eigenen Beiträgen der Kinder und Jugendlichen.



## Umfang der erlebnispädagogischen Programm-Angebote und Kosten:

Wir bieten Ihnen gerne ein Programm für den gesamten Zeitraum Ihrer Klassenfahrt an. Erfahrungsgemäß ist es jedoch sinnvoll, ausreichend Zeit für eigene Aktivitäten und auch Freiraum zu ermöglichen. Denn eine gute Balance zwischen Anforderungen/Programm und Freizeit kommt Kindern und Jugendlichen sehr entgegen und trägt zu einem positiven Erlebnisgefühl und dem Gelingen einer Klassenfahrt ganz wesentlich bei.

Durch eine Auswahl für Ihre Klasse passender Programmbausteine gestalten wir erfahrungsreiche Tage, die auch Ihr Kostenbudget flexibel berücksichtigen.

**Kosten:** je nach Dauer und gewähltem Umfang der erlebnispädagogischen Angebote, z.B. halbtägiges Programm 4 Std. 20 €TN.  
**Gruppengröße:** 20 - 30 Schüler. Auch die Betreuung von 2 Klassen ist möglich. Keine Kosten für Lehrer und Betreuer der Klassen.  
**Betreuung:** 2 - 5\* Sozialpädagogen / Erlebnispädagogen / Ropes Course Trainer \*(je nach Gruppengröße)

## Games and Ropes Erlebnispädagogik

Mitgliedseinrichtung Paritätischer Niedersachsen e.V., Paritätisches Jugendwerk,  
ERCA European Ropes Course Association e.V., Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltung u. Bewegung e.V.,  
Bündnis für Familien Osnabrück, „Bündnis Recht auf Spiel“ des Dt. Kinderhilfswerks e.V.,  
Berghof Peace Education / Institut für Friedenspädagogik Tübingen e.V.