

Erfassung Methoden für die Betreuer*innenausbildung

Titel	Held:innen Akademie
Themenbereich	<p>Gruppendynamik</p> <p>Idee</p> <p>Jeder kann ein:e Held:in werden – und auch Held:innen haben ein Team und einen Lernweg hinter sich.</p> <p>In der Held:innen-Akademie lernen die Kinder und Jugendlichen eine eigene kleine Bühnenperformance mit allen wichtigen Bestandteilen kennen und setzen sie um.</p> <p>Dabei folgt die Gruppe ihrem eigenen Plan. Jede Show ist einzigartig und folgt den Ideen und der Kreativität der Teilnehmenden. Die Trainer:innen geben den Rahmen, begleiten und unterstützen. Die Entscheidungen treffen die Teilnehmenden.</p> <p>Die Teilnehmenden setzen sich dadurch mit ihren Fähigkeiten, Vorlieben und Talenten auseinander. Es werden ihre Frustrationstoleranz, ihre Konfliktfähigkeit und ihre Kompromissbereitschaft auf die Probe gestellt.</p>
Dauer	4 – 6 Stunden inkl. Pause, abhängig von der Gruppengröße
Benötigte Materialien	<p>Stühle, Indoor bevorzugt (z.B. Turnhalle/Aula), Outdoor möglich (Bühne und Akustik sind in dem Fall zu adaptieren), Verdunkelungsmöglichkeiten, gute Musikboxen, Diverse Verkleidungsutensilien und Requisiten für die Held:innenrolle, verschiedene Gläser bzw. Behälter (Vasen, Töpfe, Schalen, etc.) Säfte/ Obst in unterschiedlichen Farben und Deko aus der Kategorie „Cocktail“ für die Held:innen ggf. Schneidebrett und Schneidemesser, Handy mit Internetzugang und wahlweise YouTube, Spotify o.Ä., ein großes Tuch das als „Vorhang“ dient, ggf. vorbereitete Held:innen Rollen auf Zettel geschrieben und zusammengefaltet (zum auslösen) z.B.: Biene Maja, Gollum, Das Krümelmonster, Angela Merkel, Darth Vader, ggf. Moderationskarten, Stifte und Flipcharts</p>
Min./ Max. Teilnehmer*innenanzahl	10 – 30 Personen, 6 – 18 Jahre
Beschreibung der Methode	<p>Ablaufplan</p> <p>Kennenlernen und Einführung in die Aktion - 60 Minuten: gemeinsames Kennenlernen, Ziel wird definiert, Rollen</p>

werden verteilt und erklärt, Materialien gezeigt und Fragen geklärt

Vorbereitung - 120 Minuten: „Ausbildung“ der Held:innen, Bau der Bühne, Regieplan wird entwickelt, Moderation entworfen, Soundchoreografie entwickelt

Generalprobe – 60 Minuten: 1 Durchlauf der Aufführung wird geprobt, entsprechende Verbesserungen und Feintuning vorgenommen

Aufführung – 30 Minuten: Aufführen, verbeugen, freuen

Aufräumen und Nachbesprechung – 30 Minuten

Beschreibung

Kennenlernen:

Je nach Zeit und Gruppe können hier einige Übungen und Spiele zum gegenseitigen Kennenlernen gemacht werden.

(Der Wind weht über) alle die...:

TN sitzen im Stuhlkreis und ein:e Startspieler:in steht in der Mitte (hat keinen Stuhl) und ruft „Alle die ...“. Dabei wird ein Merkmal genannt (z.B. gerne Radfahren: „Alle die über alle, die gerne Radfahren“). Nun müssen alle TN, auf die dieses Merkmal zutrifft, den Platz verlassen und sich einen neuen Platz suchen, auch der:die Startspieler:in. Der:die übrig gebliebene Spieler:in (hat keinen Platz gefunden) ist nun an der Reihe.

Fan-Schnick-Schnack-Schnuck:

Zunächst werden die Regeln des Symbolspiel „Schere, Papier, Stein“ (ohne Brunnen) erläutert. Nun sollen alle TN gleichzeitig durch den Raum gehen und sich zu entsprechenden „Duellen“ herausfordern. Wer gewinnt, bekommt die „Verliererperson“ als „Fan“. Der Fan läuft nun hinter der anderen Person hinterher und ruft laut den jeweiligen Namen. Spielen TN mit ihren Fans im Duell gegeneinander, dann „gewinnen“ die „Duellsieger“ auch die Fans des anderen TN, bis zum Schluss alle TN den Namen des Gewinners des letzten Duells rufen. Das Spiel kann einige Durchgänge – je nach Situation – gespielt werden.

Whiskeymixer/Wachsmaske/Messwechsel:

TN stehen im Kreis, die/der Trainer:in gibt das Wort Whiskeymixer, Wachsmaske oder Messwechsel nach links oder rechts weiter. Das Wort wird jeweils von TN zu TN weitergegeben. Bei einem Richtungswechsel muss ein anderes Wort weitergegeben werden. Macht ein:e TN ein Fehler oder lacht, muss sie/er einmal um die im Kreis stehende Gruppe laufen und darf, am Platz angekommen, weiter mitspielen.

Kotzendes Känguru:

Eine Person steht im Kreis und zeigt auf eine Person, die gemeinsam mit ihren Nachbar:innen die Bewegung machen muss, die die Person in der Mitte bestimmt. Figuren können auch mit der Gruppe kreativ überlegt werden. Beispiele hierfür:

Kotzendes Känguru: Mittlere Person macht mit den Armen einen Beutel, rechts und links „übergeben“ sich hinein

Waschmaschine: rechts und links bilden mit den Armen die Maschine, Mitte dreht den Kopf James Bond: Mitte stellt sich selbstbewusst hin und sagt „Mein Name ist Bond. James Bond“; rechts und links himmeln ihn an Elefant: Mitte macht mit den Armen einen Rüssel, rechts und links die Ohren

Einführung:

Je nach Altersgruppe und Zeit kann der:die Trainer:in vorab mit den TN überlegen, was Held:innen ausmachen, welche Eigenschaften sie haben können und wer Held:innen im Leben der TN sind. Die Ergebnisse können auf Karten/ einer Flipchart oder mündlich gesammelt werden und als Anregungen für den Tag dienen.

Trainer:in erklärt die Aufgabe (gerne auch mit Karten oder Flipcharts die einzelnen Rollen und Aufgaben visualisieren): „in ca. (2-4) Stunden wird es eine Bühne mit Laufsteg geben auf der sich einige von euch als frischgebackene Held:innen präsentieren. Dafür müssen wir einiges vorbereiten: Ein paar von euch werden die Bühne aufbauen, wozu ein Vorhang gehört, eine Soundanlage und Beleuchtung, außerdem brauchen wir eine:n Moderator:in (Showmaster) der:die uns durch die Aufführung begleitet. Andere werden zu Coaches: wir brauchen sie um unsere Held:innen in 4 Dingen fit zu machen:

1. einen passenden Drink kreieren, und Ihm einen Namen geben
2. einen coolen Spruch und eine passende Musikeinlage für den Auftritt finden
3. einen held:innentypischen (Dance)move einstudieren
4. und das passende Outfit zusammenstellen

und zu guter-letzt brauchen wir natürlich noch die Unerschrockenen unter euch, die bereit sind, hier, in diesen Lostopf (Hut) zu greifen und herauszufinden, welche Rolle Ihnen das Schicksal zugeteilt hat. Nach der Vorbereitung werden die Coaches die Trainer:in und alle von der Bühnencrew, die nicht mehr aktiv gebraucht werden zum Publikum; und die Aufführung beginnt: jede:r Held:in hat 1 Minute Zeit sich abschließend auf der Bühne zu präsentieren, bevor er auf die Welt losgelassen wird und – naja, Held:innensachen macht. Noch Fragen?“

Nehmt Euch hier Zeit eine gute Story zu erzählen, ergänzt obenstehendes unbedingt durch eigene Gedanken, Metaphern und Sinnzusammenhänge! Hier entscheidet sich die Grundmotivation der TN, Ihr fordert einen großen und mutigen Schritt von Ihnen – lasst sie das Verdauen und behaltet jederzeit eine optimistische Aussage, geht auf Bedenken und Widerstand ruhig, empathisch und klar ein. Es können auch Held:innen kreativ von den TN gestaltet werden, ohne vorab Rollen zu lösen.

Vorbereitung

Die Coaches richten sich (Bsp.: In den 4 Ecken des Raumes) ihr Coaching-zone

ein und beginnen nacheinander die zukünftigen Held:innen zu trainieren in ihrem jeweiligen „Spezialgebiet“ (siehe vier Aufgaben oben). Die Held:innen durchlaufen somit die einzelnen Stationen und lassen sich von den Coaches für ihren Auftritt individuell vorbereiten; Der Teil ist schnell chaotisch, ordnet sich aber meist von selbst – alternativ machen die Coaches mit Euch im Vorfeld „Sprechstunden“ oder eine Terminübersicht, auf der sich die Held:innen eintragen.

Währenddessen baut die Bühnencrew den Laufsteg und die Bühne auf, bestuhlt den „Saal“, arbeitet so weit wie möglich mit Licht- und Tontechnik zusammen und der:die Moderator:in legt ein Drehbuch an: wer kommt wann mit welcher Musik usw.

Hier müsst Ihr die meiste Hilfestellung geben je nach Selbstständigkeit der Gruppe, die wiederum stark vom Alter abhängt – wo 14-18-jährige hier in der Regel alles allein (und

besser als Ihr) erledigen, brauchen Grundschüler:innen viel Hilfe: Bau der Bühne, Bedienung der technischen Geräte.

Lasst der Kreativität der TN bei den Vorbereitungen freien Lauf. Es können bspw. auch Eintrittskarten für die Gäste oder ähnliches gebastelt werden. Die Drinks können entweder für alle zum Anstoßen nach dem gelungenen Auftritt, als Erfrischungsgetränk für während des Auftritts oder lediglich als präsentierter Held:innen-Drink auf der Bühne gemischt werden. Lasst gerne Interpretationsfreiraum bei der gesamten Umsetzung, denn jede Show ist einzigartig!

Proben

Kompletter Durchlauf der Generalprobe mit Nachbesprechung. Hier bietet es sich an ein Element der Steigerung für die Aufführung anzukündigen: Gäste einladen von außerhalb (Lehrkräfte, andere Klasse) oder Videomitschnitt für die „Nachwelt“ (Achtung – siehe Tipps und Hinweise am Ende!)

Aufführung:

Einzige Regel hier: the Show must go on! (außer medizinischen Notfällen u.ä.)

Aufräumen und Nachbesprechung:

Reflexionsfragen (erweitern und ergänzen):

- Wie habt ihr das Element Inszenierung erlebt?
- Worauf kam es da besonders an?
- Welche Elemente braucht es, um eine Rolle zu gestalten?
- Wie habt ihr das Zusammenspiel von EBS (Ernährung-Bewegung-Stressregulation) erlebt?
- Worauf ist bei teamorientierten, vorbereitungsintensiven Aktionen wie dieser besonders zu achten (Transfer, wenn Ihr, die TN, es selbst anleitet)
- Was macht eine gute Vorbereitung aus?

Tipps und Hinweise zur Umsetzung

Klären ob bei der Aufführung Videomitschnitte erlaubt werden
– Zustimmung aller erforderlich, im Vorfeld mit den Lehrkräften/Eltern klären.

Empfohlene Aufteilung je nach Gruppengröße:

	<ul style="list-style-type: none"> • Bei 10 Teilnehmenden empfiehlt sich: 4 Held:innen, 4 Coaches, 2 Bühnis – 1 wird zur:zum Moderator:in. • Bei ca. 20: alles jeweils verdoppeln, dann sind es 2 Cocktailcoaches, die parallel 2 Held:innen coachen. • Bei ca. 15: Held:innenpärchen lösen: Lewis&Clark, Bibi&JulienBäm, Cäsar&Kleopatra und Paar-Coaching abhalten; alternativ die Bühnencrew vergrößern, – bei der Auswahl der Rollen sensibel vorgehen: je nach Teilnehmenden auf <p>Relevanz, Geschlecht, Religion, Identifikationspotential, historischen Kontext usw. achten; gegebenenfalls zu Beginn jede:n Teilnehmende:n auffordern seine 3 größten Held:innen aufzuschreiben und als Lose in den Hut zu werfen.</p> <p>– Das Wichtigste für die Bühne ist der Vorhang – ein großes farbiges Tuch</p>
Weiterführendes Material/ Literatur	
Quellenangabe	transfer e.V.