

## **Soziales Training für Schulklassen im Seilgarten**

### **Teamwork der Klasse im Seilgarten fördern (5. – 7. Klasse)**

### **Soziales Kompetenztraining für Jugendliche im Seilgarten (8. – 10. Klasse)**

#### **Was ist ein Seilgarten oder Ropes-Course?**

Unter Ropes-Course wird in Deutschland ein Hochseilgarten bezeichnet, der künstlich angelegte Kletter- und Balancierstationen bietet. In dem Seilgarten in Kerken, in dem die Trainings stattfinden, gibt es niedrige Elemente in ca. 40 cm Höhe, aber auch hohe Stationen in ca. 8 Meter Höhe. Zwischen den Bäumen sind Seile, Balken und Stämme gespannt und wirken wie ein großer Abenteuerspielplatz.

Der Ropes-Course wird im Rahmen von handlungs- und erfahrungsorientierten Trainings als ein Medium genutzt, um intensive Lern-, Erlebnis- und Erfahrungssituationen für den Einzelnen, für ein Team oder eine Gruppe zu schaffen.

#### **Zielsetzung:**

Im Erlebnisraum Seilgarten steht das Lernen durch Erfahrung im Mittelpunkt.

Die niedrigen und hohen Elemente des Seilgartens können flexibel eingesetzt werden und die erlebnispädagogischen Aktivitäten bieten für die Kinder und Jugendlichen einen neuen Zugang zu bestimmten Themen.

Durch eine vorherige genaue Zielvereinbarung und -absprache mit dem Lehrer/der Lehrerin können die Inhalte flexibel gewählt und vorbereitet werden.

Unter dem Prinzip der Freiwilligkeit wird den TeilnehmerInnen die Gelegenheit geboten, mit Spaß und Nervenkitzel sich selber auszuprobieren, eigene Werte zu erkennen und zu prüfen. Jeder/jede Einzelne entscheidet selber, inwieweit er/sie sich darauf einlässt und für sich etwas mitnimmt.

Die Trainingsmöglichkeiten sind vielfältig und können nach den Wünschen der Klasse, bzw. des Lehrers/der Lehrerin gestaltet werden.

Bei den Kindern der 5.-7. Klasse können:

- die Kreativität, Geschicklichkeit und der Mut herausfordert
- die Kommunikation in der Gruppe und zwischen den Einzelnen angeregt
- die Teamarbeit und das Vertrauen gefördert
- die eigenen Grenzen und neuen Möglichkeiten erfahren
- der Umgang mit Kritik und Konflikten eingeübt und
- das Einhalten von Regeln erprobt werden

Für die Jugendlichen der 8.-10. Klasse können weitergehende Zielsetzungen vereinbart werden, die in den Bereich der sozialen Fertigkeiten und Kompetenzen liegen:

- sich über Selbst- und Fremdwahrnehmung bewusst werden
- Verantwortung übernehmen
- Ausdauer und Durchhaltevermögen steigern, Selbstkontrolle übernehmen

- Einfühlungsvermögen und soziales Verhalten fördern Entscheidungskompetenzen ausbauen
- das Selbstbewusstsein und die Persönlichkeit durch Grenzerfahrungen stärken
- Selbstreflexion übernehmen

### **Inhalt des Trainings:**

Der Übungsaufbau befolgt die Grundregel, dass zunächst Übungen (kooperative und abenteuerliche) am Boden oder mit niedrigen Elementen gemacht werden. Die Übungen am Hochseil sind dann erst die letzte Steigerung. Durch die Übungsfolge werden die Kinder und Jugendlichen auf intensive Erfahrungen vorbereitet, da sie zum Teil an eigene Grenzen und ein Stück darüber hinaus geführt werden.

Hierbei arbeiten wir nach dem ‚Drei-Zonen-Modell‘ nach Luckner und Nadler.

Die TeilnehmerInnen werden im Umgang mit den entsprechenden Sicherungsmaterialien geschult, lernen das Sichern von Gruppenmitgliedern und bekommen eine Einweisung in die Sicherheits- und Sicherungsregeln des Hochseilgartens am Jugendzeltplatz Eyller See.

### **Bedingungen der TeilnehmerInnen:**

Die TeilnehmerInnen sollen dem Wetter entsprechend gekleidet sein, festes Schuhwerk und robuste, bequeme Kleidung tragen. Es ist keine besondere Ausrüstung erforderlich. Für die Verpflegung ist die Klasse bzw. sind die TeilnehmerInnen selber zuständig.

Um möglichst alle Risiken auszuschließen, ist im Vorfeld von jedem Teilnehmer/ jeder Teilnehmerin ein Fragebogen zum Gesundheitszustand auszufüllen. Die Daten unterliegen dem Datenschutz und sind nur den Trainern vor Ort zugänglich.

Bei schlechter Wetterlage ist vorher abzuklären, inwieweit das Training in der vereinbarten Form durchgeführt werden kann.

### **Kosten:**

Wenn freiberufliche Trainer (die nicht bei der Stadt Geldern arbeiten) gebucht werden, entstehen Kosten von **20 € pro Stunde und Trainer**

**zzgl. Eintritt** für den Jugendzeltplatz

1,00 € pro Person; Mindestgebühr bei weniger als 20 Pers.: 20,00 €  
(siehe auch [www.jugendzeltplatz-eyll.de](http://www.jugendzeltplatz-eyll.de))

Im Preis enthalten ist die Leihgebühr für die erforderliche Ausrüstung (Sicherungsgurt, Helm, Seile, Karabiner)

In einem Vorgespräch werden die Zielsetzung und der Zeitumfang des Trainings besprochen.

**TrainerInnen der Stadt Geldern:**

- Monika Gottschlich, Dipl.-Sozialpädagogin, Ropes-Course Trainerin  
Amt für Jugend, Schule und Sport der Stadt Geldern, Tel.: 02831/398-303  
e-mail: [monika.gottschlich@geldern.de](mailto:monika.gottschlich@geldern.de)
- Miroslaw Merdzik, Dipl.- Pädagoge, Ropes-Course Trainer  
Streetworker der Stadt Geldern, Tel: 0173/7056182  
e-mail: [info@checkpoint-geldern.de](mailto:info@checkpoint-geldern.de)