

Arbeitsaufträge des ELEC-Moodle-Kurses
**WOHLBEFINDEN IN DER GANZTAGSSCHULE**der Kursreihe „Multiprofessionelle Zusammenarbeit in der Ganztagsschule“

**Aufgabe 1: IST-Stand Analyse**

Überlegen Sie zusammen im Team mit 2-3 Kolleg:innen, was Sie bereits umsetzen, damit sich Ihre Schülerinnen und Schüler in der Schule wohlfühlen.

* Was würden Sie noch gerne umsetzen, um das Wohlbefinden Ihrer Schülerinnen und Schüler zu steigern?
* Was benötigen Sie, um Ihre Ideen umzusetzen (Ressourcen, Verbündete, Zeit)?

Diskutieren Sie diese Fragestellungen in ihrem Team, sodass sie ein möglichst vollständiges Gesamtbild haben.



**Aufgabe 2: Bewegung im Schulalltag**

Suchen Sie sich zwei Übungen zur Einbindung von Bewegung in Ihrem Schulalltag aus und setzen diese um:

 [Übungen (Text) [Link]](https://www.tk.de/techniker/magazin/life-balance/familie/besser-lernen-mit-bewegung-2009494?tkcm=ab)

 [Übungen (Videos) [Link]](http://www.youtube.com/channel/UCQ2xVfsIDzZ1NpMgtyR3fTw/videos)

Probieren Sie nun die gleichen Übungen in Zusammenarbeit mit einer Kollegin/einem Kollegen Ihres Teams aus. Zur Gewinnung einer Kollegin oder eines Kollegen können Sie bspw. die Stufenkonferenz oder Dienstbesprechungen nutzen.

Gehen Sie nun weiter zur Reflexion: Überlegen Sie nun gemeinsam mit Ihrer Kollegin/Ihrem Kollegen, was gut gelaufen ist und was besser laufen könnte? Welche Unterschiede haben Sie in der Durchführung wahrgenommen?

**Aufgabe 3: Psycho-Soziales Wohlbefinden**

Überlegen Sie, ob Sie aus Ihrem Schulalltag für jedes Gestaltungsbeispiel aus der folgenden Tabelle, ein konkretes Beispiel aus Ihrem Schulalltag finden und tragen Sie es in die Tabelle ein.

Gehen Sie nun weiter zur Reflexion: Wo bleiben Lücken? Überlegen Sie sich, was Sie hier im Alltag ändern können, damit Sie zu jedem Gestaltungsbeispiel mindestens eine konkrete Umsetzung eintragen können.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Grundbedürfnis nach…**  | **Beschreibung**  | **Gestaltungsbeispiel (Schule)**  | **Konkrete Umsetzung**  |
| **Autonomie**  | Verlangen danach, sich selbst für das eigene Verhalten verantwortlich zu fühlen und aus eigenen Werten und Interessen heraus zu handeln.  | * Herstellung von Alltags- und Lebensweltbezug
* Aufzeigen von Handlungsspielräumen
* Wahlmöglichkeiten
 |   |
| **Kompetenz**  | Bedürfnis, die eigenen Fähigkeiten effektiv zu nutzen und zu erweitern.  | * Herausfordernde Aufgaben
* Konstruktives Feedback
* Positives Fehlerklima
* Individuelle Bezugsnorm
 |   |
| **Sozialer Eingebundenheit**  | Bedürfnis, sich anderen Menschen zugehörig zu fühlen.  | * Gelegenheiten zum Austausch
* Kooperative Lernformen
* Positive Beziehungen zwischen Lernenden und Lehrenden
 |   |

**Zum Sozial-Emotionalen-Lernen (SEL) gehört u. a. die Gefühlsregulation und die Konfliktfähigkeit von Schüler:innen.**

1. Suchen Sie sich eine Übung zum SEL zur Einbindung in Ihren Schulalltag aus und setzen diese um: [Übung SEL [Link].](https://healingclassrooms.de/materialpool/)

Gehen Sie nun weiter zur Reflexion: Was ist gut gelaufen? Was könnte besser laufen?

2. Probieren Sie nun die gleichen Übungen in Zusammenarbeit mit einer Kollegin/einem Kollegen Ihres Teams aus. Zur Gewinnung einer Kollegin oder eines Kollegen können Sie bspw. die Stufenkonferenz oder Dienstbesprechungen nutzen.

Gehen Sie nun weiter zur Reflexion: Überlegen Sie nun gemeinsam mit Ihrer Kollegin/Ihrem Kollegen, was gut gelaufen ist und was besser laufen könnte? Welche Unterschiede haben Sie in der Durchführung wahrgenommen?

**Die Förderung von Achtsamkeit bietet Hilfe für Schüler:innen, um sich zu entspannen und zu konzentrieren zu können.
Anmerkung: Auch für das schulische Personal können die Achtsamkeitsübungen zur Entspannung genutzt werden.**

1. Suchen Sie sich eine Übung zur Achtsamkeit zur Einbindung in Ihren Schulalltag aus und setzen diese um: [SEL-Übung [Link].](https://healingclassrooms.de/materialpool/)

Gehen Sie nun weiter zur Reflexion: Was ist gut gelaufen? Was könnte besser laufen?

2. Probieren Sie nun die gleichen Übungen in Zusammenarbeit mit einer Kollegin/einem Kollegen Ihres Teams aus. Zur Gewinnung einer Kollegin oder eines Kollegen können Sie bspw. die Stufenkonferenz oder Dienstbesprechungen nutzen.

Gehen Sie nun weiter zur Reflexion: Überlegen Sie nun gemeinsam mit Ihrer Kollegin/Ihrem Kollegen, was gut gelaufen ist und was besser laufen könnte? Welche Unterschiede haben Sie in der Durchführung wahrgenommen?

Machen Sie sich dabei Notizen und formulieren Sie im folgenden Dokument eine kurze Zusammenfassung Ihrer Ergebnisse zu den Fragen. Diese Zusammenfassungen dienen in erster Linie Ihnen selbst, wenn Sie in die Umsetzung an der Schule starten.