

PROGRAMM:

14:00 Uhr -14:20 Uhr

Begrüßung und Vorstellung des Präventionskonzepts **stark.stärker.WIR** mit den KollegInnen vom Regionalteam Markdorf

14:20 Uhr – 15:00 Uhr

Impulsreferat „**Bunte** Intelligenz“
Olivia Maciejowski (M.A.)

15:00 Uhr – 15:30 Uhr

Kaffeepause

15:30 Uhr – 17:00 Uhr

- Workshop1: Emotionen fühlen und regulieren**
- Workshop2: Lions Quest**
- Workshop3: Erste Schritte im Netz und am Handy**
- Workshop4: Stressmanagement im Unterricht**
- Workshop5: Gesundheit spielend lernen**
- Workshop6: Spielerisch zum starken ICH**
- Workshop7: Schülermentoren SMEP**

17:00 Uhr– 17:30 Uhr

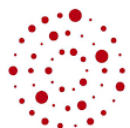
Gemeinsamer **bunter** Ausklang

Sie dürfen sich für einen Workshop entscheiden und am Präventionstag in die entsprechende Liste eintragen.

An unserem Infostand können Sie sich über unser Präventionskonzept „**stark.stärker.WIR**“ informieren.

Wir freuen uns auf interessante Gespräche,

Ihr Regionalteam
Markdorf



ZSL
Zentrum für Schulqualität
und Lehrerbildung
Baden-Württemberg

AUF EINEN BLICK:

Datum: 13. März 2023

Ort: Realschule Überlingen

Rauensteinstr. 4

88662 Überlingen

Konzeption/ Organisation:

ZSL Regionalstelle Tübingen

Präventionsteam Markdorf

praevention-mak@zsl-rstue.de

Zielgruppe und Anmeldung

Aus den Landkreisen Ravensburg und Bodenseekreis sind eingeladen:

- ✓ Lehrkräfte und Schulleitungen
- ✓ Lehrkräfte für Prävention
- ✓ BeratungslehrerInnen
- ✓ FachberaterInnen Schulentwicklung
- ✓ SchulpsychologInnen
- ✓ SchulsozialarbeiterInnen
- ✓ Schulrätinnen und Schulräte
- ✓ Kommunale Suchtbeauftragte
- ✓ Netzwerkpartner

Anmeldung in LFB Online bis 17.02.2023

Anmeldung unter LFB-Nr.: 9REQG

Nicht-Lehrkräfte (ohne Zugang zu LFB)

melden sich bitte bei

birgit.stotz@zsl-rs-tue.kv.bwl.de



stark.stärker.WIR.
PRÄVENTIONSKONZEPT AN SCHULEN

Präventionsnachmittag

13. März 2023

LEBENSKOMPETENZEN

Sich selbst wahrnehmen
Mit Gefühlen umgehen
Kommunikativ sein
Beziehungen leben
Entscheidungen treffen
Kritisch denken
Kreativ sein
Probleme lösen
Stress bewältigen



Realschule Überlingen

Rauensteinstraße 4

88662 Überlingen

Beginn: 14:00 Uhr

Ende: 17:30 Uhr

**Parkmöglichkeiten in der Johann-Kraus-Straße,
von diesem Parkplatz aus führt ein Fußweg
direkt zum Neubau der Realschule.**

KURZBESCHREIBUNG der Workshops:

Workshop 1:

Emotionen fühlen, regulieren und verarbeiten – Lebenskompetenz 2.0

(mit freundlicher, finanzieller Unterstützung TK)

**Leitung: Olivia Maciejowski – Bunte Intelligenz –
Agentur für lebendige Potentialentfaltung**

Einer der wichtigsten Faktoren, seine Potentiale zu entfalten und sein Leben zu leben liegt in der Fähigkeit mit seinen Emotionen intelligent umzugehen. Nicht umsonst sagen Forscher, dass der EQ die Ausbildung des IQ maßgeblich beeinflusst.

Im Workshop werden Interventionen vermittelt, die der Lehrkraft und den SchülerInnen helfen Ressourcen zu stärken, negative Gefühle zu verarbeiten und positive Gefühle zu entwickeln.

Workshop 2:

Lebenskompetenzprogramme Lions Quest

**Leitung: Christina Strack / Susanne Schwager
Präventionsbeauftragte Regionalteam Markdorf**

Die Lebenskompetenzprogramme Lions Quest „Erwachsen werden“ und „Erwachsen handeln“ ermöglichen es LehrerInnen, die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder und Jugendlichen in der Schule gezielt zu fördern. In diesem Workshop werden die beiden Programme vorgestellt und es wird aufgezeigt, inwieweit mit ihnen soziale und emotionale Kompetenzen wie selbstreguliertes Lernen verstärkt werden können. Die TeilnehmerInnen erleben selbst einige praktische Übungen.

Workshop 3:

Erste Schritte im Netz – Sicherer Umgang mit dem Internet und dem Handy für Grundschüler

Leitung: Fritz Wäldin, Landesmedienzentrum BaWü

Computer, Tablets und Smartphones sind ein selbstverständlicher Teil unserer Lebenswelt. Unsere Kinder sind fasziniert von diesen Medien und benutzen sie tagtäglich. Diese Medien, auch das Internet, können Dinge erleichtern und gleichzeitig sind im Umgang mit ihnen Gefahren und damit verbundenes Fehlverhalten gegeben. Was müssen Sie wissen, um die Kinder in der Grundschule anzuleiten und zu begleiten, um Problembewusstsein zu schaffen und Medienkompetenz zu fördern?

Workshop 4:

Stressmanagement im Unterricht

Leitung: Birgit Sorg, AOK Bodensee-Oberschwaben

In diesem praxisreichen Workshop lernen Sie wie Ihre SchülerInnen:

- sich Stressreaktionen und -quellen bewusst machen
- lernen, welche Auswirkungen Stress auf ihr Gehirn hat
- mental(e) Strategien zur Stressbewältigung kennen lernen
- Achtsamkeit kennen lernen und erfahren
- sich selber Ziele setzen und darauf zusteuern
- ihre Lebenskompetenz „Stressbewältigung“ stärken und im Alltag üben können.

Anhand der Unterrichtsmaterialien „ScienceKids – Seelisches Wohlbefinden“ lernen Sie verschiedene wertvolle Übungen kennen, die Sie so im Unterricht einsetzen können.

Workshop 5:

Gesundheit spielend lernen -

AOK-Projekt „Henrietta“ für die Grundschule

Leitung: Stephanie Müller

**Ganzheitliche Kinder- und Jugendcoach, Lebe-Balance-
Trainerin, staatl. Anerkannte Diätassistentin**

Gesundheit spielend lernen- mit Henrietta in der Grundschule. Im Zentrum steht dabei die Grundschülerin Henrietta. Mit ihren Freunden meistert sie schwierige Herausforderungen und geht schließlich gestärkt aus den Abenteuern hervor.

Ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung und seelisches Wohlbefinden sind drei wichtige Säulen für die gesunde Entwicklung von Kindern.

Die in der Kindheit gelernten Verhaltensmuster und Gewohnheiten manifestieren sich oft für das weitere Leben. Faktoren wie stabiles Selbstbewusstsein, ein positives Bild vom eigenen Ich und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten machen Kinder stark und sind eine gute Ausgangsbasis für ihr Ziel.

In dem Workshop werden das Projekt und die umfangreichen Materialien vorgestellt und ausprobiert. Hintergründe zu den möglichen Unterrichtseinheiten und die technischen Hilfsmittel werden erklärt und ausprobiert.

Workshop 6:

Spielerisch zum starken ICH

Leitung: Susanne Homann-Liesener

**Präventionsbeauftragte Regionalteam Markdorf,
psych. Beraterin IPL, Achtsamkeitstrainerin**

Theaterpädagogik ist ein Feld des Experimentierens, der Kommunikation und Kooperation. Sie stärkt individuelle Kompetenzen wie Urteilsfähigkeit und die Fähigkeit zum Umgang mit Kritik, Selbstständigkeit und Verantwortungsbewusstsein und fördert damit auch die sozialen Lernprozesse. Dieser praxisorientierte Workshop möchte Anregungen geben, SchülerInnen in ihrer Persönlichkeitsentfaltung zu unterstützen. Diverse Übungen zur Selbstwahrnehmung, Empathie und aktiven Auseinandersetzung in Konfliktsituationen nehmen sowohl Geist als auch Körper in den Blick und ermöglichen somit kompetenzorientiertes und ganzheitliches Lernen.

Workshop 7:

Medienpräventionsarbeit nach dem Peer-to-Peer Ansatz mit dem Schülermentoren-Programm SMEP

Leitung: Nicolai Schlotmann

Fortbildner für Medienbildung am KMZ RV,

Fotograf und Mediengestalter

Sebastian Stoll, Realschullehrer

Fortbildner und Medienpädagogischer Berater

Im Workshop wird das SMEP und dessen Umsetzung im Landkreis Ravensburg und Bodenseekreis vorgestellt:

Die Kerninhalte bzw. das Ziel des Programms ist, dass Jugendliche sich und andere fit in Bezug auf das Thema Medienkompetenz machen. Im Vordergrund stehen hierbei sowohl das technische Knowhow als auch der Jugendmedienschutz. Durch den Peer-to-Peer Ansatz erfolgt eine niederschwellige Medienprävention, die andere Jugendliche anspricht und abholt. Die Jugendlichen agieren als kompetente BeraterInnen und vertrauensvolle AnsprechpartnerInnen und stellen so eine Bereicherung des Schullebens dar. Die Referenten stellen im Workshop die Rahmenbedingungen, die konkreten Ausbildungsinhalte als auch mögliche Einsatzszenarien für SMEPler vor, um diese möglichst gewinnbringend in den Schulalltag zu integrieren.