

SPÜRZEIT – Das Kurzkonzept

Das Projekt SPÜRZEIT dient der emotionalen Bildung von Grundschulkindern und wird von einer Sonderpädagogin (M. Ed.) durchgeführt.

Projektziele

In der heutigen pandemiegeprägten Zeit sind Kinder zunehmenden Stressfaktoren ausgesetzt und benötigen Unterstützung dabei, ihre Belastungserfahrungen zu bewältigen. Eine Auszeit vom Schulalltag soll Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit geben, zur Ruhe zu kommen. Während einer SPÜRZEIT in Kleingruppen soll vor allem die Selbstregulationsfähigkeit der Kinder gefördert werden. Die Schülerinnen und Schüler bekommen die Möglichkeit, ihre Bedürfnisse und Emotionen wahrzunehmen und auszudrücken, bevor sie stressbedingte Symptome entwickeln. Das Projekt hat dadurch vor allem einen präventiven Charakter.

Zielgruppe

Erreicht werden sollen Grundschülerinnen und -schüler der Jahrgangsstufen 1 bis 4.

Auswahl der Teilnehmenden

Alle Lernenden sollen regelmäßig die Möglichkeit haben, an einer SPÜRZEIT teilzunehmen. Liegt ein akuter Bedarf vor, kann eine Teilnahme in kürzeren Abständen erfolgen und ggf. mit einem individuellen Training kombiniert werden. Hier sind sowohl Einzel- als auch Gruppensettings möglich.

Orte

Die SPÜRZEIT in Kleingruppen findet in einem separaten Raum der Schule statt. Für ein Einzeltraining können auch andere Orte, wie z.B. der Schulhof genutzt werden.

Methoden

Mit Hilfe unterschiedlicher Methoden aus der Körper- und Entspannungspädagogik soll während der SPÜRZEIT vor allem die Selbstregulationsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler gefördert werden. Zu den Methoden zählen u.a. die progressive Muskelentspannung, Phantasiereisen, Konzentrations- und Wahrnehmungsspiele sowie Atemübungen. Die Kinder lernen, sich auf sich selbst zu konzentrieren und ihr individuelles Erleben zu reflektieren. Eine Partnerübung am Ende der Einheit soll den Kindern zeigen, dass sie den persönlichen Fokus auch im Kontakt mit anderen beibehalten können.

Zusätzlich zur regulären SPÜRZEIT bieten individuell gestaltete Übungseinheiten ein Ventil für aufgestaute Emotionen. Theaterpädagogische Methoden, kombiniert mit Übungen aus dem Kampfsportbereich, sollen das Selbstbewusstsein der Kinder stärken und ihnen die Möglichkeit geben, ihre sozialen Kompetenzen weiter zu entwickeln.

Zeitliche Struktur

Eine SPÜRZEIT dauert 45 Minuten und findet am Vormittag statt. Die Schülerinnen und Schüler werden dafür vom Unterricht befreit. In der Regel gibt es feste wöchentliche Zeiten, die zwischen den Klassen aufgeteilt werden. Die zusätzlichen individualisierten Übungseinheiten können sowohl am Vor- als auch Nachmittag stattfinden.

Zu den Aufgaben der Projektleitung zählt, neben der Planung und Durchführung der SPÜRZEIT, der regelmäßige Austausch mit dem Schulpersonal und anderen Kooperationspartnern.

Kontakt

Nina Marten

Sonderpädagogin (M. Ed.)

gemeinnützige ENSINO UG (haftungsbeschränkt)

Freesienweg 40

22395 Hamburg

mobil: 0178 29 49 078

email: info@ensino.de

www.ensino.de