Themenbeschreibungen 24. CLT

Thema 1

„Mehrfachbelastungen meistern - gerade in Zeiten von Stress und Überlastung“

Übungsimpulse zur Selbstreflexion und persönlichen Standortbestimmung

Petra Eisenbichler

alle Schularten

Inhalt:

Anhaltende Mehrfachbelastungen, volle To-Do-Listen und das Gefühl nie genug Zeit zu haben. Statt nur gute Vorsätze zu fassen, erfahren Sie in diesem Workshop, Prioritäten klug zu setzen, mit Stress besser umzugehen und Ihre Selbstwirksamkeit zu stärken. Durch die richtigen Arbeitsmethoden, alltagsnahe Resilienzstrategien und Anregungen für eine gesündere Selbstorganisation, kommen Sie durch dieses Seminar vom Wissen ins Handeln.

Petra Eisenbichler - Dipl. Sportwissenschaftlerin (univ.)

• Referentin im Gesundheitswesen

• Führungskraft

• Spezialistin für Betriebliches Gesundheitsmanagement und

Betriebliches Eingliederungsmanagement bei der

Landeshauptstadt München

• Strategische Beratung, Konzept- und Maßnahmenentwicklung

• Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen

• Referentin im Bereich Gesundheit: Vorträge, Fortbildungen,

Seminare, Gesundheitstage

• Zertifizierte Resilienztrainerin

Thema 2

„Geschichte, Erinnern, Vermitteln. – Lernen am außerschulischen Ort im ehemaligen Kaßberg-Gefängnis“

Kristina Hahn

OS, GYM, FÖ, BS

Inhalt:

Die Teilnehmenden erhalten einen Überblick über die doppelte Diktaturgeschichte des ehemaligen Kaßberg-Gefängnisses sowie über den innerdeutschen Häftlingsfreikauf. Die Führung beleuchtet ausgewählte Haftschicksale, gibt einen ersten Einblick in die Hintergründe und Zusammenhänge der jeweiligen Repressionsapparate und wird von einem Zeitzeugen begleitet, der eindrucksvoll von seinen eigenen Hafterfahrungen berichtet.

Der Lern- und Gedenkort Kaßberg-Gefängnis ist eine Gedenkstätte am historischen Ort und zugleich ein außerschulischer Lernort. Er verbindet die Erinnerung an die Opfer politischer Verfolgung mit historischer Bildungsarbeit und Demokratiebildung. Im Mittelpunkt stehen die Lebenswege und Haftschicksale ehemaliger politischer Gefangener.

Die Führung vermittelt die wechselvolle Geschichte des ehemaligen Kaßberg-Gefängnisses als Ort politischer Repression während des Nationalsozialismus, der sowjetischen Besatzungszeit und der DDR. Besucherinnen und Besucher erhalten Einblicke in die unterschiedlichen Repressionssysteme und lernen anhand ausgewählter Biografien die Folgen politischer Verfolgung kennen.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf dem Häftlingsfreikauf aus der DDR. Als zentraler Abwicklungsort dieses einzigartigen Kapitels deutsch-deutscher Geschichte spielte das Kaßberg-Gefängnis eine herausragende Rolle. Die Ausstellung und die Führung beleuchten die Entwicklung des Freikaufs und thematisieren zugleich die damit verbundenen Fragestellungen. Die Führung wird durch einen Zeitzeugen begleitet, der eindrucksvoll von seinen eigenen Hafterfahrungen berichtet.

Der Lern- und Gedenkort versteht sich als offener Bildungsort für alle Schulformen und Bildungseinrichtungen – von Oberschulen und Gymnasien über Berufsschulen und Förderzentren bis hin zu Universitäten und Angeboten der Erwachsenenbildung.

Kristina Hahn - Wissenschaftliche Mitarbeiterin im Lern- und Gedenkort Kaßberg-Gefängnis mit dem Schwerpunkt Bildungsarbeit.

Thema 3

„Professioneller Umgang mit aggressiven Situationen – Deeskalation, Gewaltprävention Konfliktmanagement!“

Torsten Badstübner - Verein für Aktivität und Prävention VAP e.V.

alle Schularten

Inhalt:

Stören, Nerven, Schreien, Verweigern, Beleidigen, Mobbing, körperliche Übergriffe und andere aggressive Konfliktverhalten beeinträchtigen die wertvolle Arbeit in der Bildung, Erziehung und Betreuung und schaden unserer Arbeitsgesundheit. Aggressives Konfliktverhalten hemmt Entwicklungsprozesse.

Der Workshop nimmt sich dem Problem an und bietet unterschiedliche intervenierende sowie präventive Ansätze für verbale, nonverbale, körperliche und strukturelle Deeskalation sowie eine angemessene Kommunikation im Konfliktfall. Der Workshop stellt sich dem besonderen Zwiespalt zwischen dem Arbeitsauftrag, Klientenfreundlichkeit sowie dem Dienst am Menschen einerseits und dem Schutz des Lebens, der Gesundheit sowie der persönlichen psychischen Integrität der Arbeitnehmer auf der anderen Seite.

Das verhältnis- und verhaltenspräventive Programm basiert auf neusten verhaltensbiologischen, kommunikativen und gruppendynamischen Sichtweisen. Es ist praktisch, erlebnisreich und zudem als teambildende Maßnahme sehr gut geeignet. Nach dem Konzept von Torsten Badstübner werden seit 2004 jährlich hunderte modulare, langfristig angelegte Projekte durchgeführt.

Torsten Badstübner ist pädagogischer Leiter der Verhaltensfabrik. Die zwölf Trainerinnen und Trainern sind täglich an Schulen mit verschiedenen Verhaltenstrainings unterwegs. Jährlich werden fast eintausend modulare Projekte durchgeführt.

- ➔ „verhaltensfabrik.de“

Thema 4

„Gelingende Kommunikation in schwierigen Situationen sowie aktuelle Mediennutzung bei Schülern“

Eric Maes

Alle Schularten

Inhalt:

Wie ist die aktuelle Mediennutzung bei Schülern und welche Auswirkungen hat das auf den Schulalltag? Anhand der aktuellen JIM-Studie sowie anhand der Grundlagen des Systemischen Aggressions-Managements in Kombination mit traumapädagogischen Elementen werden Möglichkeiten der Kommunikation in schwierigen Situationen aufgezeigt. Bedürfnispyramide - Der Gute Grund – Das Gegenüber als Profi– verschiedene Typen – VAKOG-Prinzip in Kopplung mit Gestaltung der Gesprächssituation – Eskalationsstufen in der Aggression inkl. Stopp - Fragestellungen

Eric Maes, Diakon - Systemischer Berater, Systemischer Pädagoge – Sexualpädagoge i.A. – SAM SuperVisor und Trainer für Systemisches Aggressionsmanagement – Elternkurstrainer – Medienkurstrainer – insofern erfahrene Fachkraft

Selbstständiger Freiberufler – www.amaesing.de

Thema 5

„Vom Fehlwurf zum Erfolg – Resilienztraining mit Methoden aus dem Basketball“

NINERS Chemnitz e. V.

alle Schularten

Inhalt:

Resilienz ist die Fähigkeit, Herausforderungen zu bewältigen, Rückschläge zu verarbeiten und auch in stressigen Situationen handlungsfähig zu bleiben. In diesem praxisorientierten

Workshop erleben die Teilnehmenden anhand bewegungsorientierter Übungen und einfacher Basketballspiele, wie Resilienzfaktoren wie Selbstwirksamkeit, Vertrauen, Kommunikation, Fehlerkultur und Lösungsorientierung gestärkt werden können. Die vorgestellten Methoden lassen sich unabhängig von sportlichen Vorkenntnissen erleben und bieten wertvolle Impulse für den schulischen Alltag.

Modul 1: Fehler sind Feedback (ca. 25 Minuten)

Basketball-Challenge mit bewusst schwierigen Aufgaben

Modul 2: Gemeinsam stärker (ca. 30 Minuten)

Kooperative Team-Challenges

Modul 3: Drucksituationen meistern (ca. 30 Minuten)

Wurfspiele unter zunehmendem Zeit- oder Entscheidungsdruck

Modul 4: Erfolgsfaktoren sichtbar machen (ca. 20 Minuten)

Abschluss-Challenge, die alle Gruppen erfolgreich bewältigen können.

Je nach Gruppengröße zeitlich Anpassung der Module möglich.

Thema 6

„Finanzielle Leichtigkeit – heute klug entscheiden, morgen entspannt leben

Dein Geld. Deine Freiheit. Deine Zukunft."

Annemarie Mähne + Frank Stöcker

Inhalt:

Female Finance

Folgen aus Teilzeit für Ruhestand

Investment Basics

Money Mindset

Traum vom Eigenheim umsetzen

Vorteile DBB Vorsorgewerk

Welche Rabatte kann ich clever nutzen

Annemarie Mähne ist Bankbetriebswirtin, Teamleiterin Swiss Life Select, Vorsorgespezialistin für das DBB Vorsorgewerk.

Thema 7

„Raus aus der Opferrolle zu einer selbstsicheren Haltung!“

Yvonne Winkler, Dr. Sven Hensel

alle Schularten

Inhalt:

In unserem Kurs lernen die Teilnehmer ein selbstsicheres Auftreten im Alltag. Sie üben Handlungsabläufe zur Abwendung von Aggressionen und Vermeidung von Gefahrzuständen. Mittels gezielter Partnerübungen werden Körperwahrnehmung und Krafteinsatz trainiert. Der Lehrgang ist praxisorientiert und es empfiehlt sich, Sportkleidung zu tragen!

Kursleiter sind:

Dr. Sven Hensel, 5. Dan Shotokan Karate (Prüfungsreferent Sachsen, Trainer und Vorstandsmitglied Chemnitzer Karateverein)

Yvonne Winkler 4. Kyu Shotokan Karate (Kinder – und Jugendtrainerin, Lehrerin an Schule mit Förderschwerpunkt geistige Entwicklung)

Thema 8

„Organisation und Durchführung einer Klassenfahrt“

Winni Kettner

alle Schularten

Inhalt:

Einordnung in das pädagogische Konzept (auch für und wider), Vorüberlegungen, Organisationskette, hilfreiche Formulare und Unterlagen, Detailplanung bis zur Anreise, Rechte und Pflichten, Finanzen, Besonderheiten für verschiedene Schularten, Belehrungen in der Einrichtung, Wichtiges während und nach der Klassenfahrt Teamspiel aus unseren Einrichtungen als Abschluss

über **Winni Kettner:**

Beruf: Lehrerin

Aktuelle Tätigkeit (seit 12 J.): Bildungsreferentin beim Landesverband KiEZ Sachsen, das ist die Dachorganisation der fünf Kinder- und Jugenderholungszentren in Sachsen (Gruppenunterkunft für Schul- und Klassenfahrten, Ferienlager, Vereins- und Familienfahrten)

Aufgaben: alle Themen um den Außerschulischen Lernort KiEZ, Weiterbildungen, Juleicaausbildungen, Jugendbildungscamps, Internationale Camps, Fördermittelbeantragung, tw. Öffentlichkeitsarbeit, Kinderschutzverantwortliche im LV

Thema 9

„Resilienzimpulse durch Yoga“

Anne-Kathrein Plötz

alle Schularten

Inhalt:

Stress, Erschöpfung und das Gefühl, dauerhaft auf Hochtouren zu laufen – das

kennen viele Lehrkräfte und Schülerinnen und Schüler aus ihrem Alltag. Doch was passiert dabei eigentlich in unserem Körper? Und wie kann Yoga helfen, diesen Kreislauf zu durchbrechen?

In diesem Workshop tauchen wir gemeinsam in die Welt des Yoga ein – verständlich, praxisnah und ohne Vorkenntnisse. Wir schauen, wie Yoga das vegetative Nervensystem beeinflusst, warum regelmäßige Praxis den Cortisolspiegel senkt und die Herzratenvariabilität verbessert, und welche Rolle der Hormonhaushalt für unsere innere Widerstandskraft spielt.

Der Workshop gliedert sich in zwei Teile: Zunächst gibt ein kurzweiliger Impulsvortrag Einblick in die wissenschaftlichen Hintergründe von Yoga und Resilienz – anschaulich, lebendig und mit konkretem Bezug zum Schulalltag. Im zweiten Teil erleben alle Teilnehmenden gemeinsam einen 12-minütigen Mini-Yogaflow, der direkt im Raum praktiziert werden kann – im Sitzen oder Stehen, ohne Matte, ohne Ausrüstung. Die Übungen sind bewusst einfach gehalten und sofort in den Schulalltag übertragbar – für Lehrkräfte genauso wie für Schülerinnen und Schüler jeder Altersgruppe.

Anne-Kathrein Plötz ist zertifizierte Yogalehrerin mit einer 500-Stunden-Yogalehrerausbildung, einer 300-Stunden-Ausbildung im therapeutischen Yoga sowie einer 100-Stunden-Hormonyoga-Lehrerausbildung. Ergänzend ist sie ausgebildete Yoga- und Krebs-Trainerin. Als Inhaberin von Mana Essence bietet sie Yogakurse in Chemnitz an und hat bereits Yoga-Blockkurse an einem Beruflichen Schulzentrum in Chemnitz durchgeführt. Ihre über 10-jährige Berufserfahrung in der Pharmaindustrie schärft ihren Blick für die Verbindung von Wissenschaft und ganzheitlicher Gesundheit.

Thema 10

„Schule im Fokus: Eindrucksvolle Fotos machen & rechtssicher verwenden“

Jeannette Koch

alle Schularten

Inhalt:

Ob Schulhomepage, Jahresbericht oder Öffentlichkeitsarbeit: Gute Fotos sind unverzichtbar, werfen im Schulalltag aber oft rechtliche Fragen auf. In diesem kompakten 2-stündigen Workshop schlagen wir die Brücke zwischen Praxis und Recht. Die Teilnehmenden lernen zum einen, wie sie Schulprojekte und Veranstaltungen unkompliziert (auch mit dem Smartphone) lebendig und professionell in Szene setzen. Zum anderen widmen wir uns den wichtigsten Grundlagen des Urheberrechts und Datenschutzes: Was ist bei Fotos von Schülern (Stichwort: Minderjährige/U18) und Kollegen zu beachten, und wie schützt man sich vor rechtlichen Stolperfallen?

Jeannette Koch ist leidenschaftliche Fotografin und Expertin für visuelle Kommunikation. Ihr Fokus liegt auf der Sichtbarkeit für Organisationen und Unternehmen – online & lokal.

Thema 11

„Individueller und selbstorganisierter Unterricht mit den Digitalen Lernmodulen“

Sandy Kunis

OS, GYM, FÖS

Inhalt:

Mit den neuen lehrwerksunabhängigen Digitalen Lernmodulen unterstützen Sie Ihre Schülerinnen und Schüler zielgerichtet beim Aufbau und der Stärkung zentraler Basis- und Zukunftskompetenzen. Sie lassen sich flexibel in jede Unterrichtsform integrieren und eignen sich ebenso hervorragend für das selbstorganisierte, digitale Lernen. In diesem Workshop zeigen wir Ihnen, wie Sie mit Hilfe der Lernmodule Ihre Schülerinnen und Schüler zielgerichtet und individueller fördern können.

Sandy Kunis ist Schulberaterin des Westermann Schulbuchverlags für alle Schulformen und Fächer in Sachsen.

Thema 12

„KI und Lernprodukte: Unterrichtsvorbereitung und Projekte mit Schulklassen“

Marcel Burghardt

OS/GYM/BSZ

Inhalt:

Ich möchte euch zeigen, dass es neben ChatGPT weitere gut geeignete KI-Anwendungen für die Schule gibt. Sie unterstützen sowohl die Unterrichtsvorbereitung als auch Projekte mit Schulklassen und eröffnen neue didaktische Möglichkeiten.

- Mit NapkinAI lassen sich aus vorhandenen Texten schnell Diagramme, Zeitstrahlen und Prozessdarstellungen erstellen und flexibel bearbeiten. So können komplexe Inhalte anschaulich visualisiert und als Grundlage für Erklärungen genutzt werden.
- NotebookLM fördert individualisiertes Lernen und beschleunigt Rechercheprozesse auf Basis verschiedener Quellen. Daraus lassen sich KI-gestützt Lernprodukte wie Erklärvideos, Podcasts oder Infografiken entwickeln.
- Mit GammaAI können umfangreiche Präsentationen automatisiert erstellt werden. Die KI generiert Folien und Vorträge aus vorgegebenen Quellen, die anschließend weiterbearbeitet werden können.
- Wenn noch Zeit bleibt, werfen wir einen Blick auf weitere Ideen, wie KI-Projekte mit Schulklassen umgesetzt werden können.

Marcel Burghardt ist Geschäftsführer von „Social Web macht Schule“.

Thema 13

„Workshop zur Psychischen Gesundheit - Mit psychischer Gesundheit gute Schule entwickeln“

Ines Pröhl

OS, GYM, FÖ, BSZ

Inhalt:

Die Themenschwerpunkte:

• Einführung in das Konzept der guten gesunden Schule
• Psychische Gesundheit in der Schule stärken und Schulkultur betrachten
• Vorstellung des Programms MindMatters & einzelner Module
• Praxiserprobung

Module, z.B.: Stress-, Mobbingprävention, psychische Störungen in der Schule, Übergang zu Ausbildung & Studium

Ines Pröhl:

- Dipl. Soz.arb./ Soz.päd. (FH)
- MHFA- Ersthelfer für psychische Gesundheit
  Resilienzcoach (IfBC)
- MindMatters Multiplikatorin
- seit 1997 beim Netzwerk für Kinder – und Jugendarbeit e.V. - Fachstelle Bildung & Beratung
- Schwerpunkt psychische Gesundheit
- seit 2016 Arbeit mit dem Programm MindMatters

Thema 14

„Mit Passwort LUPE auf der Spur des neuen Lehrplans & Rechtschreibrahmens im Deutschunterricht“

Theresia Mai

GS

Inhalt:

Prototypische zweisilbige Wörter, Erweitern, verbindliche Lesezeit- der neue Lehrplan und vor allem der Rechtschreibrahmen bringt viele Veränderungen mit sich. Passwort LUPE überzeugt dabei nicht nur durch seine hohe Passgenauigkeit, sondern auch durch vielfältige Materialien im Kompetenzbereich Lesen: ein abwechslungsreicher Methodenmix in den Materialien, passende Hördateien, eine eigene Kinderbuchreihe sowie Lesehefte. Begeben Sie sich mit uns auf die Spur und ermitteln Sie gemeinsam mit den Detektivfiguren des Lehrwerks, wie Sie Ihren Unterricht effektiv und zielgerichtet vorbereiten können.

Theresia Mai ist Schulberaterin des Westermann Schulbuchverlags für alle Schulformen und Fächer in Sachsen.

Thema 15

Stadtführung zum Thema „Chemnitz mit Kinderaugen“

Veronika Leonhardt

GS

Inhalt:

Eine Stadtführung, die sich an Kinder richtet und auch aus dieser Perspektive den Teilnehmern (Lehrkräfte/Erzieher) angeboten wird.
Start und Ende an der Oberschule am Hartmannplatz
verfügbarer Zeitrahmen: 12.15 Uhr – 14.00 Uhr

Veronika Leonhardt - Dipl. Phil.

- Mitarbeiter der Tourist-Information
- freiberufliche Gästeführerin seit 2008
- Ausstellungsmoderatorin (smac, Villa Esche, Industriemuseum, Roter Turm, Rathaus)

Thema 16

„l, le, le-sen – Freude statt Frust: Kinder mit Leselust“

Romy Wittig

Kinder kommen bereits weit vor dem Schuleintritt mit Schrift und Lesematerial in Berührung – ob durch das Erkennen von Marken, Werbung oder dem Vorlesen durch ihre Eltern. Mit differenzierten Lösungen unterstützt die *Jo-Jo-Fibel* Sie dabei, die individuellen Voraussetzungen Ihrer Schüler/-innen zu erkennen, sie gezielt abzuholen und individuell zu fördern.
Erfahren Sie in unserer Veranstaltung anhand von motivierenden Unterrichtsideen und praktischen Beispielen, wie Sie die Kinder auf ihrem Weg zur Lesefreude begleiten und unterstützen. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Romy Wittig ist Lehrerin an der Grundschule Lauterbach, Marienberg

Thema 17

"Philosophieren mit Kinderbüchern"

Katharina Bruntsch

GS, FÖS

<u>Inhalt</u>

- Kennenlernen von Kinderbüchern für den Ethikunterricht der Grundschule
- Einbindung praktischer und philosophischer Methoden
- zur Arbeit mit Lerntagebüchern im Ehikunterricht

Katharina Bruntsch

- Grundschullehrerin
- Landesfachberaterin Ethik
- Fachausbildungsleiterin Ethik an der LAS Dresden
- Lernsaxgruppe: „Ethik in der Grundschule“

Thema 18

„Ich kann kochen! - Praktische Ernährungsbildung für den Schulalltag“

Marcel Oschmann

GS, FÖS

Inhalt:

Im Workshop der Ernährungsinitiative Ich kann kochen! erleben die Teilnehmenden, wie Kochen alle Sinne anspricht und wie kleine praktische Impulse zu einer ausgewogenen Ernährung beitragen können. Gemeinsam stehen wir an der Rührschüssel und am Schneidbrett. Wir bereiten gemeinsam kleine Snacks und frische Dips zu. Alles kann direkt vor Ort probiert werden. Gleichzeitig schlagen wir die Brücke zur pädagogischen Praxis: Die Teilnehmenden lernen die Unterstützungsangebote von Ich kann kochen! kennen und erhalten Anregungen, wie praktische Ernährungsbildung mit Kindern auch ohne Küche gelingen kann.

Marcel Oschmann leitet den Bereich für Kooperationen und Netzwerke bei der Sarah Wiener Stiftung. Er arbeitet im Partner- und Netzwerkmanagement des Programms „Ich kann kochen!“ und gestaltet bundesweite Kooperationen mit Partnern aus Zivilgesellschaft, Kommunen und Bildungslandschaft.