

Durchführung des Lions-Quest-Unterrichts am Amandus-Abendroth-Gymnasium Cuxhaven (Stand Oktober 2022)

Das Programm Lions-Quest "Erwachsen werden" möchte nicht nur die sozialen Kompetenzen Jugendlicher in der Schule stärken, sondern auch beim Aufbau eines eigenen Wertesystems Orientierung anbieten.

„Erwachsen werden“ befasst sich mit folgenden Themen:

- Die Mitschülerinnen und Mitschüler besser kennenlernen, die Klassengemeinschaft fördern
- Das Selbstvertrauen und die Fähigkeiten zur Kommunikation stärken
- Gefühle verstehen und angemessen mit ihnen umgehen
- Freundschaften verbessern und Konflikte lösen
- Die Beziehungen in der Familie stärken
- Sich gegen Gruppendruck und für ein Leben ohne Sucht und Suchtmittel entscheiden
- Sich Ziele für ein erfolgreiches Leben setzen

Am Amandus-Abendroth-Gymnasium führen wir den Lions-Quest-Unterricht in den Klassen 5 – 7 verpflichtend durch. Grundlage für den Unterricht, der jeweils vom Klassenlehrer durchgeführt wird, ist der Lions-Quest-Ordner „Erwachsen werden“. Alle Klassenlehrer lassen sich auf einer speziellen Lions-Quest-Fortbildung für diesen Unterricht befähigen. Die Eltern werden über diesen Unterricht auf dem Einführungselternabend für die 5. Klassen sowie auf den weiteren Elternabenden informiert und auf dem Laufenden gehalten. Außerdem können sie die unterrichteten Themen auf der Homepage unter dem Button „LionsQuest“ nachlesen.

Eine Dienstbesprechung aller Lions-Quest-Lehrer des kommenden Schuljahrs findet jeweils zwei Tage vor dem Beginn des neuen Schuljahrs statt.

Die Leitung des Projekts liegt derzeit bei Frau Schön.

5. Klasse

Jeweils am

Montag der ersten vollen Unterrichtswoche und am

Dienstag oder Mittwoch der zweiten vollen Unterrichtswoche des 1. Halbjahrs

findet in der **1.–5. Stunde Unterricht beim Klassenlehrer** statt. Er nutzt diese Stunden auch für die erste Einheit des LQ-Unterrichts (Kennenlernspiele, Energizer, „Meine Klasse“). An diesen beiden Tagen entfällt für die Schüler die 6. Stunde, die Klassenlehrer treffen sich zu einer gemeinsamen Auswertung zu einer Dienstbesprechung und werden von anderer Unterrichtsverpflichtung freigestellt. Danach findet der Lions-Quest-Unterricht jeweils in der Verfügungsstunde statt.

Die für die 5. Klassen am AAG vorgesehenen Themen aus dem Lions-Quest-Programm finden sich im Anhang. Dies ist eine Auswahl, die sich an unserer Schule bewährt hat und auf die sich die Klassenlehrer daher verständigt haben. Die Reihenfolge sollte in etwa beibehalten werden, da die Einheiten auf einander aufbauen. Vollständigkeit ist aber nicht Pflicht, der Klassenlehrer entscheidet, welche

Auswahl er individuell für seine Klasse trifft. Besonders die Verhaltensregeln sollten sorgfältig bearbeitet werden. Der erteilte LQ-Unterricht wird bei WebUntis als Lehrstoff eingetragen.

Im 1. Halbjahr muss in den Verfügungsstunden zudem das in der 5. Klasse eingeführte Methodenheft durchgearbeitet werden.

6. Klasse

Die aus dem Lions-Quest-Programm ausgewählten Themen für die 6. Klassen finden sich weiter unten; es gilt prinzipiell dasselbe wie für die 5. Klassen.

7. Klasse

Da die Stundentafel für die Klasse 7 keine Verfügungsstunde mehr aufweist, muss die Zeit für die Lions-Quest-Stunden aus anderen Quellen kommen.

1. Alle zwei Wochen wird vom Klassenlehrer eine Doppelstunde Lions-Quest unterrichtet.

2. Alle Unterrichtsfächer geben reihum Stunden für dieses Sozialtraining ab. Der Klassenlehrer erstellt einen Plan, wann der Unterricht stattfinden wird und welche Fachlehrer außer ihm selbst betroffen sind. Er informiert darüber die Schüler, die Kollegen, die Eltern und vor allem den Stundenplaner rechtzeitig zu Beginn des Schuljahrs.

Die LQ-Stunden werden zur besseren Transparenz vom Stundenplaner im Vertretungsplan extra ausgewiesen.

Auf der LQ- Dienstbesprechung zu Beginn des neuen Schuljahrs gibt der vorige Klassenlehrer seine Erfahrungen und den Stand des LQ- Unterrichts an seinen Nachfolger weiter.

Der Klassenlehrer ist für die Verteilung der Stunden und die Benachrichtigung der Schüler, Eltern und Kollegen zuständig.

Je nachdem, wie sehr die Klasse harmoniert oder interne Konflikte zutage treten, kann der Klassenlehrer sich auch dafür entscheiden, im Wechsel mit dem LQ- Unterricht den Klassenrat zu etablieren.

LionsQuest am AAG: Klasse 5

Die Angaben beziehen sich auf das Handbuch zum Programm „Erwachsen werden“.

1 - Meine Klasse

Nr.	Titel/Ziel	Zeitbedarf	Klassenstufe
1.01	Ich bin ich – und wer bist du? Kontaktaufnahme, Kennenlernen	2	5 Anfang, neue LG
1.02	Ich stelle dich vor Kontaktaufnahme, jemanden vorstellen	2	5 Anfang, neue LG
1.03	Gemeinsames und Unterschiedliches Kontaktaufnahme, von sich erzählen, zuhören	1	5 Anfang, neue LG
1.04	Sich auf Verhaltensregeln einigen (1) über Verhaltensregeln nachdenken, sich auf Regeln einigen	2	5 Anfang, neue LG
1.05	Über Verhaltensregeln nachdenken (2) erneut über die Bedeutung von Regeln nachdenken, Teil 3 ab Klasse 6 (1.06)	1	5 (auch später zur Wiederholung)
1.07	Fertigmacher und Aufbauer Unterschiede zwischen Fertigmachern und Aufbauern erfahren, Förderung eines guten Klassenklimas	1 - 2	ab 5
1.08	Künstlerwerkstatt Erleben verschiedener kreativer Fähigkeiten in einer Gruppe, Integration durch gemeinsames Planen und Handeln	1	ab 5
1.09	Spielwerkstatt (Quesito S)[Fragespiel Schüler?] Integration durch gemeinsame Planung und Kommunikation	1, später wiederho- len	ab 5
1.10	Kreativwerkstatt Integration durch kreative Sprachideen und Kommunikation, Zusammenhang zwischen Verhaltensregeln und gelingender Arbeit erleben	2 - 4	ab 5
1.11	Kooperationswerkstatt 1 „Rondua“ Kooperation und Kommunikation, Erkennen des Vorteils der Teamarbeit, Vertreten eigener Meinung, Eingehen auf die Meinung anderer	1	ab 5
1.12	Kooperationswerkstatt 2 „Eisenbahn“ Kooperation und Kommunikation, physikalische Kenntnisse von Geschwindigkeit, Weg und Zeit sind nötig	1	ab 5 oder 6
1.14	Konstruktionswerkstatt Integration durch gemeinsames Planen und Handeln, Brücke aus Klötzen bauen	1	ab 5
1.15	Fundgrube Voraussetzung: Vertrauen, Akzeptanz der	1	ab 5

	Grundregeln! Förderung der Integration, Persönliches vor der Gruppe erzählen		
--	---	--	--

2 - Stärkung des Selbstvertrauens

Nummer	Titel/Ziel	Zeitbedarf	Klassenstufe
2.01	Der dreibeinige Hocker des Selbstvertrauens (1) Fähigkeiten haben, (2) sich anerkannt fühlen, (3) Verantwortung für eigenes Handeln übernehmen, Modell des Selbstvertrauens lernen und auf eigene Erfahrung übertragen	1	ab 5
2.02	Erfolge stärken das Selbstvertrauen Nachdenken über eigene Erfolge, Erfolgscollage erstellen	1	ab 5
2.03	Erfolge mit anderen teilen Präsentation der Collagen aus 2.02	1 - 2	ab 5
2.04	Hörst du mir überhaupt zu? Aufmerksamkeit, Zuwendung und Anerkennung bekommen (2.01, Nr. 2), Merkmale guten Zuhörens	1	ab 5
2.05	Hilfen für gutes Zuhören Training guten Zuhörens	1	ab 5
2.06	Ich finde dich toll! (2.01, Nr. 2), klare und unklare Botschaften unterscheiden, positive Rückmeldungen geben	1	ab 5
2.07	Ich übernehme Verantwortung Ideen sammeln, wo Schüler selbstständig Aufgaben und Verantwortung übernehmen können	1	ab 5
2.08	Verantwortungsvolles Verhalten Nachdenken über Verhalten und seine Folgen, Erkennen von verantwortungsvollem und verantwortungslosem Handeln	1 - 3	ab 5, je nach Alter und Vernunft
2.09	Werte und Wegweiser Werte kennen lernen und nach deren Bedeutung für sich selbst fragen	1 - 2	ab 5

3 – Mit Gefühlen umgehen

Nummer	Titel/Ziel	Zeitbedarf	Klassenstufe
3.01	Was ist das für ein Gefühl? Erweiterung des Sprachschatzes im Wortfeld „Gefühle“, verschiedene Gefühle kennen lernen, differenziert beschreiben	1 - 2	ab 5/6
3.02	Gefühle darstellen/beschreiben Schulung der Wahrnehmung- und Ausdrucksfähigkeit, Körpersprache - Gefühle	1	ab 5/6
3.03	Unterschiedliche Gefühle entdecken Erkennen, dass gleiche Ereignisse unterschiedlich gefühlt werden können	bis 2	ab 5/6
3.04	Alles im Eimer? Förderung des Einfühlungsvermögens, Erkennen der Möglichkeit Einfluss zu nehmen auf das eigene Erleben und das Erleben anderer	1 - 2	ab 5/6

LionsQuest am AAG: Klasse 6

Die Angaben beziehen sich auf das Handbuch zum Programm „Erwachsen werden“.

1 - Meine Klasse

Nr.	Titel/Ziel	Zeitbedarf	Klassenstufe
1.05	Über Verhaltensregeln nachdenken (2) erneut über die Bedeutung von Regeln nachdenken,	1	(Wiederholung!)
1.06	Über Verhaltensregeln nachdenken (3) erneut über die Bedeutung von Regeln nachdenken,	1	ab 6
1.12	Kooperationswerkstatt 2 „Eisenbahn“ Kooperation und Kommunikation, physikalische Kenntnisse von Geschwindigkeit, Weg und Zeit sind nötig	1	ab 5 oder 6, (falls nicht schon in 5!)

2 - Stärkung des Selbstvertrauens

Nummer	Titel/Ziel	Zeitbedarf	Klassenstufe
2.07	Ich übernehme Verantwortung Ideen sammeln, wo Schüler selbstständig Aufgaben und Verantwortung übernehmen können	1	ab 5 (Wiederholung!)
2.08	Verantwortungsvolles Verhalten Nachdenken über Verhalten und seine Folgen, Erkennen von verantwortungsvollem und	1 - 3	ab 5, je nach Alter und Vernunft

	verantwortungslosem Handeln		(Wiederholung!)
2.10	Fünf Schritte zu guten Entscheidungen Folgen eigener Handlung abschätzen	2	ab 5

3 – Mit Gefühlen umgehen

Nummer	Titel/Ziel	Zeitbedarf	Klassenstufe
3.04	Alles im Eimer? Förderung des Einfühlungsvermögens, Erkennen der Möglichkeit Einfluss zu nehmen auf das eigene Erleben und das Erleben anderer	1 - 2	ab 5/6 (Wiederholung!)
3.05	Auf die Einstellung kommt es an Ein Problem von mehreren Seiten betrachten; eine positive Einstellung soll positive Entwicklung fördern	1 - 2	ab 6 frühestens
3.06	Was mich auf die Palme bringt Konstruktiven Umgang mit Ärger kennen lernen	1 – 2	ab 6
3.07	Drei Fragen bringen Klarheit in deine Gefühle Klärende Kommunikation bei unangenehmen Gefühlen	2	ab 6
3.08	Bei Stress einen kühlen Kopf behalten Welche Auswirkung hat Stress auf Verhalten?	1 – 2	ab 6

4 – Die Beziehungen zu meinen Freunden

Nummer	Titel/Ziel	Zeitbedarf	Klassenstufe
4.01	Im Angebot: Freundschaft Was bedeutet Freundschaft? Wann ist ein Mensch ein Freund?	2	ab 6
4.03	Zusammen geht es besser Erfahrungen mit Freundesgruppen	1 - 2	ab 6
4.04	Ich hab was falsch gemacht – und nun? Verhalten der anderen, wenn ich etwas falsch mache	1	ab 6
4.05a	A Umgang mit Ärger 1 Kennenlernen und Ausprobieren von überlegten Ich-Botschaften	1	ab 6, 3.07 bereitet vor
4.05b	B Umgang mit Ärger 2 Reflexion der überlegten Ich-Botschaften	1	ab 6
4.05c	C Umgang mit Ärger – Training Training der überlegten Ich-Botschaften	1	ab 6
4.08a	A Konflikte lösen ohne Streit 1 Konstruktive Konfliktlösung kennen lernen	1	ab 6
4.08b	B Konflikte lösen ohne Streit 2 Übung und Reflexion der konstruktiven Konfliktlösung	2 - 3	ab 6
4.08c	C Konflikte lösen ohne Streit – Training	1	ab 6

	Training der konstruktiven Konfliktlösung		
4.09	Ärgern, belästigen, schikanieren Belästigendes Verhalten und Umgang damit	2	ab 6 + Befragung
4.10	Wenn alle gegen mich sind – Mobbing Reaktionen auf Mobbing	1	ab 6

35 Stunden (max.!)

LionsQuest am AAG: Klasse 7

Die Angaben beziehen sich auf das Handbuch zum Programm „Erwachsen werden“.

4 – Die Beziehungen zu meinen Freunden

Nummer	Titel/Ziel	Zeitbedarf in Std.
4.02	Neue Freunde finden	2
4.06	Mit Gruppendruck umgehen	2
4.07	Sich selbstsicher behaupten	2
4.11	Das Ende einer Freundschaft	1

5 – Mein Zuhause

Nummer	Titel/Ziel	Zeit in Std.
5.01	Das ist meine Familie	2
5.02	Einige Jahrzehnte zurück: Familie früher	2
5.03	Fundgrube: Familiensymbole	1
5.06A	Konflikte konstruktiv lösen 1	1 - 2
5.06B	Konflikte konstruktiv lösen 2	2 - 3
5.07	Streitsachen - Familienbande	1 - 2

6 – Ich entscheide für mich selbst

Nummer	Titel/Ziel	Zeit
6.01	Werte beeinflussen meine Entscheidungen	1
6.02	Kritisch denken, überlegt entscheiden	1 – 2
6.03	Brainstorming „Sucht und Suchtmittel“	1
6.04	Wenn ich traurig bin, ...	1
6.05	Sucht hat immer eine Geschichte	1 - 2
6.06	Worum geht es hier eigentlich?	1 - 2
6.07	Sag einfach nein – gar nicht so einfach!	1 - 2
6.08	Was habe ich denn mit Sucht zu tun?	1
6.09	Widersprüchliche Botschaften	1
6.10	Was die Werbung verschweigt	1 - 2
6.11	Der erstaunliche Balanceakt des Körpers	1

6.12	<i>Mach doch mal Theater (Projekttag planen!)</i>	1 Tag
------	---	----------

35 Stunden (max.!)
plus (eventuell!) einen Projekttag