

G Sich mit Geschlechterzuschreibungen kritisch auseinandersetzen

Fallen lassen – zu zweit, zu dritt, im Kreis

Absicht: achtsam miteinander umgehen, Verantwortung übernehmen

Altersgruppe: ab Klasse 4

Anzahl: 15 Jungen

Zeitrahmen: 15 Minuten

Voraussetzung: -/-

Vorbereitung/Material: -/-

Übungsverlauf:

Fallen lassen - zu zweit

Zwei Jungen führen die Übung durch. Junge A steht mit dem Rücken vor Junge B, der seine Hände vorsichtig an den Rücken von A legt. Außerdem sollen sich die Füße von B in Schrittstellung befinden, damit größere Standfestigkeit gewährleistet ist. Junge A schließt die Augen, lässt sich fallen, B hält ihn. A dreht sich um, B legt die Hände gegen seine Schultern, die Übung wird wiederholt.

Fallen lassen - zu dritt

A steht zwischen B und C. Er lässt sich nach vorn fallen und wird von B gehalten, der ihn durch einen sanften Anstoß in die Ausgangsposition zurückbringt. Dann lässt sich A nach hinten fallen und wird von C gehalten.

Fallen lassen - im Kreis

Sechs bzw. sieben Jungen stehen im Kreis zusammen, A befindet sich in der Mitte, lässt sich fallen, wird gehalten und durch sanften Anstoß zu einem anderen Jungen im Kreis bewegt.

Anmerkung:

Für Jungen scheint es schwierig zu sein, die eigenen Gefühle wahrzunehmen und darüber zu sprechen. Auch wenn sie sich zunächst dagegen wehren und teilweise mit Albernheiten reagieren, sollte jede Gelegenheit zum Gespräch genutzt werden.

Auswertung:

Nach den Übungen sollen die Jungen zunächst zu zweit oder in kleinen Gruppen darüber sprechen, wie sie sich gefühlt haben. Anschließend wird mit allen darüber im Stuhlkreis gesprochen.

Fundort/Idee:

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Sport (Hg.): Mädchen sind besser, Jungen auch, Band 2