

SchattenSpringer
| POWERKLASSE



SchattenSpringer
| POWERKLASSE

UNSERE PROGRAMM-ANGEBOTE

2-tägiges Programm „Bewegung, Wagnis und Kooperation“

1. Tag: Bewegungsspiele zu Körperwahrnehmung und Vertrauen, Kooperationsübungen
2. Tag: Interaktionsspiele, Klettern und Abschlussreflexion



3-tägiges Programm „PowerKlasse in Aktion“

1. Tag: Teamspiele, Aktivitäten zu Vertrauen, Kommunikation und Körpererfahrung
2. Tag: Interaktionsspiele, Niedrigseilaktionen mit Kooperation und Motorikförderung
3. Tag: Bewegungsspiele, Kletteraktion und Abschlussreflexion

Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen pro Klasse (April - Oktober)
16 Personen pro Klasse (November - März)

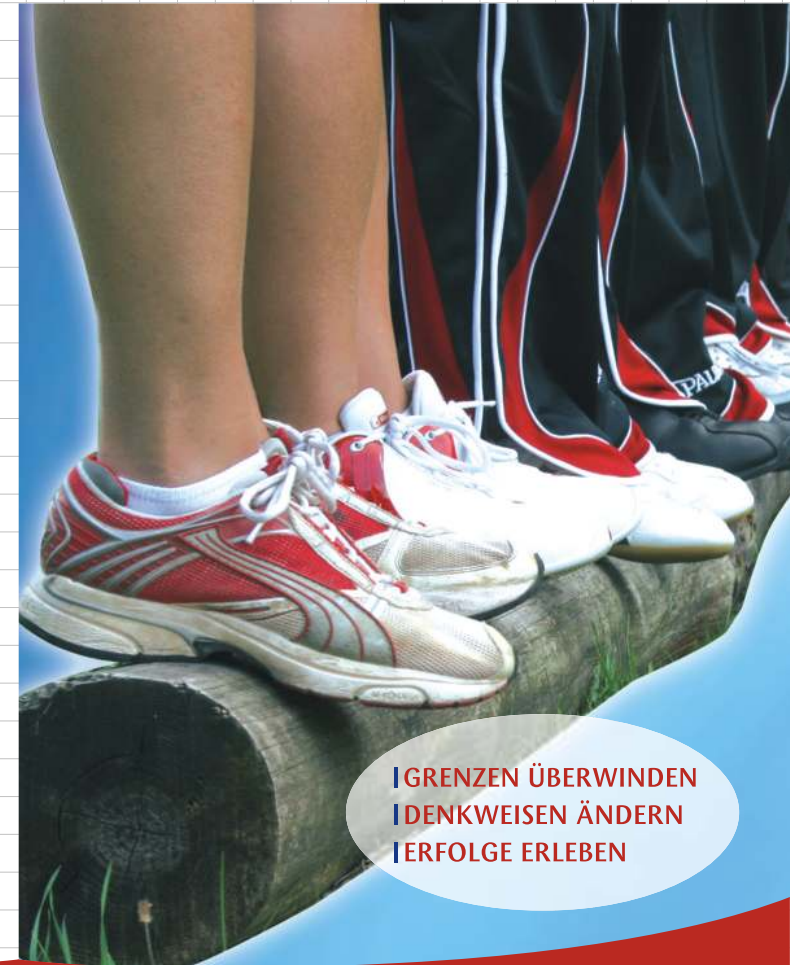
MEHR INFOS?

Die Programme können Sie direkt bei der Jugendherberge Rotenburg buchen.

Jugendherberge Rotenburg
Verdener Str. 104
27356 Rotenburg (Wümme)
fon 04261 | 83 041
fax 04261 | 84 233
rotenburg@jugendherberge.de

Für Informationen zum Programm stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Schattenspringer GmbH
Milser Straße 37
33729 Bielefeld
fon 0521 | 32 99 20 - 0
fax 0521 | 32 99 20 - 10
info@schattenspringer.de



| GRENZEN ÜBERWINDEN
| DENKWEISEN ÄNDERN
| ERFOLGE ERLEBEN

PowerKlasse

www.schattenspringer.de



Sport | Jugendherberge
Rotenburg (Wümme)



WIR FÖRDERN FÄHIGKEITEN

Durch abwechslungsreiche und spannende Aktionen bringen wir jeden in Bewegung. Als einer der führenden Anbieter für erlebnis- und bewegungsorientierte Programme bei Klassenfahrten fördern und fordern wir den Einzelnen und die Gruppe.

Dabei gehen wir stets von den persönlichen Stärken aus.

Mit einem praxiserprobten erlebnispädagogischen Programm vermitteln wir Kindern und Jugendlichen Spaß an Bewegung und zeigen, wie sich personale Ressourcen gewinnbringend in den Alltag einbringen lassen. Die ungewohnte Umgebung und Reflexionen erleichtern den Transfer.

✓ PHYSISCHE KOMPETENZEN

wie Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Koordination

✓ PSYCHISCHE KOMPETENZEN

wie Selbstwirksamkeit, Kompetenzerwartung, Wohlbefinden

✓ SOZIALE KOMPETENZEN

wie Kooperationsfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit

DIE ZIELSETZUNGEN

Unser aktives Programm unterstützt Kinder und Jugendliche in ihrer Entwicklung, hilft ihnen bei der Bewältigung des Alltags und fördert ihre Gesundheit. Um diese Ziele zu erreichen, kombinieren wir erlebnispädagogische und sportliche Aktivitäten.

● VERMITTLUNG VON BEWEGUNGSERFAHRUNGEN

Durch neue und ungewohnte Bewegungen lernen die Teilnehmer sich und ihren Körper besser kennen.

● STÄRKUNG PHYSISCHER FÄHIGKEITEN

Durch spielerische Aktionen motivieren wir zu körperlicher Aktivität.

● FÖRDERUNG SOZIALER KOMPETENZEN

Durch Teamaufgaben werden Kommunikations- und Kooperationsfähigkeiten gefördert.

● VERMITTLUNG VON ERFOLGERLEBNISSEN

Das Erreichen von Zielen stärkt den Einzelnen und die Gruppe. Zukünftiges Handeln wird positiv beeinflusst.

● PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Das Kennenlernen und Überwinden eigener Grenzen schafft Selbstvertrauen.

INDIVIDUELLE PROGRAMME

Die Auswahl der Aktivitäten stimmen wir auf die Besonderheiten vor Ort und die Bedürfnisse Ihrer Gruppe ab. Aus folgenden Aktionen und Methoden stellen wir ein individuelles Schattenspringer-Programm für Ihre Gruppe zusammen:

BEWEGUNGSSPIELE

z.B. Takeshi, Chaos-Rallye, Lasersicherung, Zahlentippen

KOORDINATIONSÜBUNGEN

z.B. Sitzschlange, Decke drehen

KÖRPERWAHRNEHMUNGSSCHULUNG

z.B. Gassenlauf, Blind führen, Tuchföhlung

INDOOR-AKTIONEN

z.B. bei schlechtem Wetter

NIEDRIGSEILAKTIONEN

z.B. „Mohawk-Walk“, „Low-V“

KLETTERN

z.B. Riesenstrickleiter, „Chaplin Walk“

INTERAKTIONSSPIELE

z.B. E-Zaun Überquerung

ENTSPANNUNGSSEQUENZEN

z.B. Geschichten, Massagen

REFLEXION DER AKTIVITÄTEN



✓ GRENZEN ÜBERWINDEN
✓ DENKWEISEN ÄNDERN
✓ ERFOLGE ERLEBEN

