



Projektantrag

„Raufbolde“ – Starke Jungs mit Herz

für die Städtische Wilhelm-Röntgen-Realschule in
München

Zielsetzung und Nutzen

Zielgruppe: 12 Jungen im Alter von 11-16 Jahren, mit...

- Aggressionshemmungen
- Ängsten
- Außenseiter
- und reduziertem Ausdrucksvermögen



Zielsetzung und Nutzen für die Jungs

- Förderung des Selbstvertrauens und Selbstbehauptung
- Stärkung der Durchsetzungsfähigkeit
- Förderung der Gemeinschaft unter Jungen
- Entwicklung sprachlicher und körperlicher Ausdrucksmöglichkeiten

Raufbolde 1

„Wer sind wir als Jungs?“

- Erörterung der Stellung und Situation der Jungen in Familie, Schule und Gesellschaft
- Phantasiereise als Beginn des Workshops und Einladung, den Alltag für die Zeit des Workshops hinter sich zu lassen
- Aufwärmspiele wie Klatschspiele, Konzentrationsspiele und Laufspiele, Stockkampf (Eskrima)
- Erste Körperübungen wie Dehnen (Yoga), Kraftübungen zu zweit, Sprechübungen, Stimmübungen
- Einführung in das Entwickeln einer Theaterszene
- Einfache Rollenspiele: In welcher Situation befinde ich mich gerade? Dabei dürfen die Jungen auch in „fremde“ Rollen wie Tierfiguren schlüpfen



Raufbolde 2

„Warum bin ich so wie ich bin?“

- Sharing: die einzelnen Jungen erzählen von ihrem Leben und ihren Problem und lassen dadurch die anderen an ihrer Situation teilhaben
- Vertiefung des Stockkampfes Eskrima mit rhythmischen und tänzerischen Elementen
- Tanz und Theater als Stressbewältigung
- Interventionstheater nach Augusto Boal: gespielte Theaterszenen dürfen angehalten und nach den Vorstellungen der Jungen verändert werden. Sie können auch selbst in verschiedene Rollen schlüpfen
- Feedback aus den ersten zwei Modulen: Was hat sich verändert?



Raufbolde 3

„Was schlummert in mir?“

- Analyse der eigenen Stärken und Schwächen
- Was macht den idealen Kämpfer aus?
- Einführung in die Kampfsportarten
- Konditionstraining
- Veranschaulichung einer gesunden Lebensführung: Ernährung, Sport, Gebrauch der Unterhaltungsmedien, Genussmittel, Freizeitverhalten
- Erlebnispädagogik in der Natur: Klettern, Spiele
- Anti-Aggressionstraining



Raufbolde 4

„Meine eigene Stärke erleben“

- Soziales Kompetenztraining in der Gruppe
- Selbstbehauptungstraining
- Weiteres Training der Kampfsportarten wie Taekwondo und Modern Arnis
- Intervention und Konfliktlösungsmöglichkeiten
- Wie führe ich souverän ein Konfliktgespräch?
- Abschluss, Rückmeldungen, Ausblick und Entwicklungsmöglichkeiten für die einzelnen Jungen



Methoden

- Soziales Kompetenztraining (nach Petermann, Pfingsten, Hinsch)
- Antigewalt- und Selbstbehauptungstraining
- Erlebnispädagogik
- Kämpfen, Raufen, Spielen
- Stockkampf (Eskrima), Taekwondo und weitere Kampfsportarten
- Theaterpädagogik
- Gruppendynamische Übungen

Die Trainer



Marc Sterling

Ausbildung:

Schulpsychologe
Sport- und Bewegungspädagoge
Systemischer Therapeut, Coach



Pate der Herzkönige: Robert Hornsteiner



Susanne Breyer

Ausbildung:

Kulturpädagogin
Regisseurin
Theaterpädagogische Spielleiterin
Presseredakteurin



Wolfgang Dollansky

Ausbildung:

Sportlehrer
Antiaggressionstrainer
Erlebnispädagoge
Großmeister in Taekwondo und
Modern Arnis