



Zielorientierte erlebnispädagogische Programme

**für Kinder und Jugendliche
ab 8 Jahren**

INHALT:	Seite:
Wer ist simply out tours?	3
Die Trainer und Betreuer	4
Zur Durchführung unserer erlebnispädagogischen Angebote	5
■ Methodik	6
■ Zielsetzung	6
■ Zielgruppen	6
Themenübersicht:	7
■ Team-/ Sozialkompetenztraining	7
■ Klettern	7
■ Niedrigseilgarten	7
■ City Bound	8
■ Outdoor- / Survival-Training	8
■ Natur-Erlebnis-Tour	8
■ Exkursionen / Abenteuerrallyes	8
■ Themenorientierte Kinder- und Jugendarbeit	9
Workshops:	10
■ Theaterpädagogik – Vorhang auf!	10
■ Mit allen Sinnen – Körper- und Sinneserfahrungen	10
■ Stimme- und Körpersprache	10
■ Kunst- und Kreativwerkstatt	11
○ Land – Art	
○ Speckstein	
○ Tonwerkstatt	
○ Bildhauerei mit Ytongstein	
○ Kreatives Gestalten als Gruppenprozess	
Party simply out	12
Fortbildungsangebote (Train the Trainer)	13
Noch Fragen: Kontaktdaten	14

Wer ist simply out tours

Wir sind ein junges Unternehmen mit qualifizierten und erfahrenen Trainern, Betreuern, Guides und Dozenten aus den Bereichen Sport und Erlebnispädagogik, Kunst und Naturwissenschaften, Management und Gästeführung.

simply out tours hat sich auf vier Schwerpunkte spezialisiert, die überwiegend outdoor – simply out – in der Natur stattfinden:

1. Erlebnispädagogik

Dieses zielorientierte erlebnispädagogische Programm bewirkt nachhaltig wirkende Erlebnisse, die das zukünftige Verhalten der Teilnehmer beeinflussen. Teilnehmer sind vor allem

- Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren,
- Mitarbeiter von Unternehmen und soziale Einrichtungen

Von Teamtrainings und Teambuilding über themenspezifischen Workshops und Berufsvorbereitung bis hin zu Fortbildungen im Bereich "Train the Trainer" bieten wir ein umfassendes Programm. Auf den nachfolgenden Seiten sind alle wichtigen Details aufgeführt.

2. sportliche Touren durch das Ruhrgebiet in Begleitung eines Trainers und Gästeführers

Die ausgebildeten simply out Guides sind sportliche Gästeführer im Ruhrgebiet, somit ist die einmalige Verbindung von Natur, Bewegung und Kultur mit uns möglich. Wir gehen mit den Gästen wandern, mountainbiken, radeln, klettern und joggen...

3. Trainings und Kurse

Die oben aufgeführten Sport-/Bewegungsarten könnt Ihr bei uns auch von der Pike auf erlernen. Spezielle Kurse "von Frauen für Frauen", Sonderkurse und Train the Trainer-Fortbildungen bieten wir ebenfalls an.

4. Feiern und Events outdoor

Für Geburtstage, ein Meetings, Betriebsausflüge - an frischer Luft aktiv sein!

Von der 30-minütigen Fackelwanderung über einen Kunstworkshop bis zur Firmen-Olympiade haben wir viele kreative Ideen entwickelt, die Spass machen.

Die Trainer/innen:

Unsere Trainer/innen arbeiten nach simply out Philosophie und den Konzepten in diesem Programm. Je nach dem welche Zielsetzung Sie verfolgen, empfehlen wir einen bzw. mehrere Trainer.

Alle Trainer/innen sind erlebnispädagogisch ausgebildet und verfügen über langjährige Praxiserfahrung. Teilweise arbeiten sie als Lehrer, Sozialtrainer, Erlebnispädagogen oder Klettertrainer an Schulen und anderen Einrichtungen. Wir haben auch Trainer/innen aus dem Bereich Management, die die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen zu schätzen gelernt haben und das Repertoire an möglichen Tipps und Reflexionen sinnvoll erweitern.

Bei allen Aktionen achten wir auf größtmögliche Sicherheit, nach den allgemeinen Sicherheitsstandards der Erlebnispädagogik und Fachsportverbänden. Daher legen wir Wert auf regelmäßige Fortbildungen und Erste-Hilfe-Kurse unserer freien Mitarbeiter/innen.

Alle Trainer/innen zeichnen sich aus durch Fachkompetenz und Professionalität, eine hohe Auffassungsgabe, Empathie, ausgeprägte Sozialkompetenz, Flexibilität, Belastbarkeit und Ausgeglichenheit.

Zur Durchführung unserer erlebnispädagogischen Angebote

Die nachfolgend aufgeführten erlebnispädagogischen Programme sind für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren konzipiert.

Begleitet werden die Gruppen stets von fachlich qualifizierten und erfahrenen Erlebnispädagogen und Betreuern.

Entweder ist Ihre Einrichtung unser temporärer Arbeitsplatz oder wir setzen für die Teilnehmer ungewohntes Terrain ganz gezielt ein.

Der Schwerpunkt unserer Arbeit liegt auf dem Erleben, Erfahren, Reflektieren und dem Transfer in den Alltag. Auch der Spass kommt bei unseren Aktionen nicht zu kurz.

Vorbereitungsgespräch:

Inhalt, individuelle Ziele, Methodik und Programmdauer (ab 3 Std.) unserer Angebote und ein daran angepasster Betreuungsschlüssel werden durch ein Vorbereitungsgespräch auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt. Das Gespräch erfolgt im Normalfall am Veranstaltungsort. Hier lassen wir uns zunächst die Ausgangssituation ihrer Kinder und Jugendlichen schildern und besprechen Ihre Erwartungen, Ziele und Wünsche. Eine erste Ortsbegehung gibt Aufschluss über Möglichkeiten und Grenzen des Veranstaltungsortes. Auf Grundlage dieser Informationen werden wir Sie beraten und ein individuelles Programm erarbeiten.

Dauer/Umfang der Programme:

Kurz-, Mittel- und langfristige Projekte, Std., Mehrtages-, Wochen- oder Jahres-Programme werden aufeinander aufbauend weitergeführt.

Follow-up:

Nach Abschluss eines Teamtrainings empfehlen wir ein Follow-up-Treffen in einem zeitlichen Abstand von ca. 4 bis 8 Wochen.

Dieses dient dem Austausch über den Erfolg und die Nachhaltigkeit der Lernerfahrungen und weiterer Fortschritte, die die Gruppe zwischenzeitlich gemacht hat.

Bei Bedarf können weiterführende und vertiefende Maßnahmen vereinbart werden.

Dies hat sich z. B. bei unseren Sozialkompetenztrainings an Schulen als sinnvoll erwiesen.

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Ihnen und eine bereichernde Lern- und Erlebniszeit mit den Kindern und Jugendlichen.

Methodik:

- Lernen durch Erleben
- Kooperations- und Interaktionsaufgaben
- Übungen mit Abenteuercharakter zur Vertrauensbildung und Verantwortungsübernahme
- Reflexionseinheiten und Transfer in den Alltag
- Weitere Elemente aus der Erlebnispädagogik

Wir bieten Raum für individuelles und gemeinsames Entdecken, Erproben & Erleben und gemeinsamen Spaß.
Die Reflexions- und Transfereinheiten haben eine große Bedeutung, um Erfahrungen bewusst zu machen und sich mit ihnen auseinanderzusetzen.

Zielsetzung

- Sozialverhalten schulen
- Kommunikations-, Kooperations- und Erlebnisfähigkeit fördern
- Stress- und Konfliktbewältigung verbessern
- Übernahme der Verantwortung üben
- sinnliche Wahrnehmen trainieren
- Gruppenzusammenhalt stärken
- Problemlösungsfähigkeiten schulen
- Auseinandersetzung mit der Eigen- und Fremdwahrnehmung unterstützen
- Sensibilisierung für den Umgang mit Natur und Umwelt vertiefen
- Selbstvertrauen stärken
- viel Spass

Zielgruppen:

- Schulklassen
- Kinder- und Jugendeinrichtungen
- Freizeitgruppen, Verbände und Vereine
- Bildungs- und Förderstätten

Themenübersicht

Die einzelnen Themen sind in der Regel als Workshop, Projekt oder als Element eines zielorientierten erlebnispädagogischen Programms buchbar.

■ Team- und Sozialkompetenz-Training:

Erleben, Erfahren, Reflektieren -> Lernen

Die Gruppe als handlungsorientiertes Lernfeld für soziales Handeln und Persönlichkeitsentwicklung steht im Mittelpunkt unseres Teamtrainings.

Spielerische Aufgaben, Wahrnehmungs- und Vertrauensübungen, Gruppenerlebnisse und Reflexionen schaffen Räume und Situationen, in denen die Kinder und Jugendlichen neue Verhaltensweisen erproben, ihre Eigen- und Fremdwahrnehmung schulen und so Regeln und Verhaltensoptionen, die ein positives Miteinander bedingen, als wert- und sinnvoll erleben.

Gleichzeitig lernen sie, Probleme und Konflikte als Bestandteile des Lebens zu akzeptieren und konstruktiv zu bearbeiten.

Unser Training trägt dazu bei, den sozialen Umgang innerhalb der Gruppe zu verbessern und die Aggressions- und Gewaltbereitschaft zu reduzieren.

Fairplay und Teamarbeit sind hier der Weg, um gemeinsam unser Ziel zu erreichen und das mit viel Spaß.

Diesen Workshop empfehlen wir auch als ergänzende Maßnahme zur Berufsvorbereitung.

■ Klettern:

Klettern verbindet bei der Bewegungsplanung und -durchführung motorische, emotionale, kommunikative, soziale und kognitive Elemente. Unter erlebnispädagogischen Gesichtspunkten kann das Klettern im Bereich Sport, Freizeit, Persönlichkeitsentwicklung und Soziales Lernen zum Einsatz kommen. Für unsere Kletteraktionen begeben wir uns an künstliche Kletterwände und echte Felsen. Wir erleben hautnah, was es bedeutet, die Verantwortung für das Wohlergehen eines anderen Menschen zu tragen, indem wir ihn mit eigenen Händen sichern. Wir erfahren, wie wichtig es ist, anderen Menschen vertrauen zu können, wenn wir in luftiger Höhe klettern, nur gesichert durch ein Seil, mit dem der andere uns über seinen Klettergurt hält.

Wir bewegen uns, können uns erproben, unsere eigenen Grenzen austesten und zusammen Spaß haben.

■ Niedrigseilgarten:

Der Niedrigseilgarten ist eine weitere Möglichkeit des gruppen- und persönlichkeitsorientierten Trainings. Es werden sehr schnell Rollen, Stärken und Schwächen deutlich. Ein Sinn fürs Teamwork ist eine Voraussetzung um die Herausforderung „Niedrigseilgarten“ zu meistern. Der Niedrigseilgarten ermöglicht vielseitige Aufgabenstellungen, die auch die räumliche Vorstellungskraft fördern. Im Vergleich zu einem Hochseilgarten ist die Zusammenarbeit in der Gruppe hier elementar.

■ **City Bound:**

Hier geht es um erlebnispädagogische Aktionen im Lern- und Erlebnisfeld Stadt. Die Stadt als Ort für Entdeckungen, Vielfalt und Abenteuer bietet Raum für die Bewältigung verschiedenster Aufgaben in ungewöhnlichen und neuen Situationen und lässt uns einen uns bekannten, vertrauten Lebensraum auf neue Weise kennenlernen.

Durch kooperative und sinnesaktivierende Aufgaben und Rollenspiele müssen sich die Kinder und Jugendlichen in der Stadt neu zurechtfinden. Ausserdem stellen sie sich interaktiven und kommunikativen Problemen, z.B. in Form von Passanteninterviews oder dem Einholen einer Auskunft.

Um einen Sichtwechsel zu initiieren und das Einfühlungsvermögen in andere zu schulen lassen wir sie u. a. aktiv in die Haut eines anderen Menschen schlüpfen (z. B. Menschen mit einer anderen Herkunft oder mit körperlicher/ sinnlicher Beeinträchtigung).

■ **Outdoor- und Survivaltraining: Abenteuer Natur**

Hier kommen die Teilnehmer der Natur nahe. Sie freunden sich mit ihr an und lernen in und mit ihr zu leben. Auch werden uns die täglichen Grundbedürfnisse wieder ins Bewusstsein gebracht.

Die Orientierung mit und ohne Karte und Kompass, der Bau einer Schutzunterkunft, die Wald- und Wiesenküche, ein Wärme- oder Kochfeuer machen, die Wetterkunde und Erste Hilfe sind Themen die uns während der Aktion begleiten

Das Programm kann so ausgeweitet werden, dass eine Nacht im Freien verbracht wird.

■ **Natur-Erlebnis-Tour – Natur erleben mit allen Sinnen**

Mit allen Sinnen Spannendes und Neues in der Natur als Erlebnisraum zu erfahren, zu sensibilisieren und so eine Beziehung zur Umwelt aufzubauen ist unser Anliegen bei unserer Natur-Erlebnis-Tour.

Wir leiten die Kinder und Jugendlichen spielerisch dazu an, die Natur (wieder-) zu entdecken, in ihr zu experimentieren und gemeinsam mit anderen sinnliche und greifbare Erfahrungen zu sammeln.

Wahrnehmungsübungen, Rätsel, Gruppenaktivitäten und weitere Elemente der Natur- und Erlebnispädagogik bilden die Grundlage für eine spannende Natur-Erlebnis-Tour.

■ **Exkursionen / Abenteuerrallyes:**

Viele unserer angebotenen Themen können auch in den Unterricht integriert werden. Das eigene Erlebnis steht im Vordergrund.

Theoretische Grundlagen werden spannend vermittelt. Erlebnispädagogische Elemente spielen auch hier eine Rolle.

- Wo leben wir? Das Ruhrgebiet entdecken!
- Naturkunde (Tiere, Pflanzen, Steine, Wasser, Wind...)
- Spannende Orte und Geschichten
- Rallyes
- Kontrast: Stadt/Natur

■ Themenorientierte Kinder- und Jugendarbeit:

Wir bieten auch erlebnispädagogische Workshops zu bestimmten Schwerpunktthemen an, die sich besonders für den Bereich der Mädchenarbeit eignen

○ Mut und Angst

Wann haben wir Angst? Was finden wir mutig? Wie können wir in schwierigen Situationen mit Ängsten umgehen?

Ob eine Klasse ein schwächeres Kind vor Gewalt beschützt und dem Klassenboss die Meinung sagt, ob wir einem alten Mann in der U- Bahn helfen, wenn alle anderen wegschauen oder ob es manchmal mehr Mut bedarf, eine unsinnige Mutprobe nicht mitzumachen – dies alles sind Fragen, mit denen wir immer wieder in unserem Leben konfrontiert werden. In unserem Workshop setzen wir uns mit Hilfe von Geschichten, Vertrauensübungen und Rollenspielen intensiv und spielerisch mit dem Thema Angst und Mut auseinander, um für Mitgefühl, Achtsamkeit, Zivilcourage und mehr Selbstbewusstsein zu sensibilisieren.

○ Ich-Du-Wir

Wer bin ich? Wie sehe und erlebe ich mich? Wie sehen mich die anderen? Wie möchte ich sein?

Mit unterschiedlichen Übungen und spannenden Aufgaben wollen wir helfen, uns mit diesen Fragen auseinanderzusetzen und Antworten zu finden

○ You are beautiful

Immer mehr Jugendliche sind mit ihrem Aussehen unzufrieden. Durch eine starke Orientierung an teils stereotypen Schönheitsidealen leiden Sie unter geringem Selbstwertgefühl, Konkurrenzdruck und einer verzerrten Körperwahrnehmung. Fragen wie "Was ist Schönheit!", "Wie nehme ich mich wahr?", "Wie sehen mich die anderen?" und Themen wie Gesundheit, Manipulation, Sport sind mögliche Inhalte.

Wir wollen uns in diesem Workshop kritisch mit der Wirkung und den Folgen dieser Schönheitsidealen und Modeklischees auseinandersetzen und zu einem sanfteren, achtsamen Umgang mit uns selbst anregen.

Workshops

■ Theaterpädagogik – Vorhang auf!

Theater spielen macht Spaß, fördert die Kreativität, verbessert die Kooperation und steigert Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl. Spielfreude, das Ausprobieren von Rollen, Bewegungen und Sprechweisen, Ausdruck und Improvisation – das sind die Zutaten, die unseren Workshop ausmachen. Darüber hinaus stehen das Selbst- und Gruppenerlebnis im Mittelpunkt unserer Arbeit.

Wir arbeiten schwerpunktmäßig mit Elementen des Improvisationstheaters. Inhalte sind u. a.:

- Warm up
- Körper- und Stimmübungen
- Improvisationsspiele- und Übungen
- Improvisierte Szenen und Szenenarbeit

Diesen Workshop empfehlen wir auch als ergänzende Maßnahme zur Berufsvorbereitung.

■ Mit allen Sinnen: Körper- und Sinneserfahrungen

Im Mittelpunkt dieses Workshops stehen Atem-, Entspannungs-, Bewegungs- und Sinnesübungen, die den Kindern und Jugendlichen helfen, sich selbst, ihren Körper und ihre Umgebung ganz bewusst und mit allen Sinnen wahrzunehmen: fühlen, erfahren, be-„greifen“.

■ Stimme- und Körpersprache:

Kommunikation findet immer statt, wenn Menschen aufeinander treffen. Wir können demnach nicht „nicht kommunizieren“.

In diesem Workshop befassen wir uns mit zwei wesentlichen Werkzeugen der Kommunikation: Stimme und Körpersprache.

Durch unsere Körpersprache, die Betonung, Lautstärke und den Inhalt unserer Worte beeinflussen wir andere Menschen darin wie sie uns sehen und verstehen.

Der eigenen Stimme und Körpersprache durch vielfältige Übungen bewusst werden und ihre Wirkung nach außen und auf uns selbst zu entdecken, zu erleben und spielerisch zu erproben, sind Inhalt und Ziel dieses Workshops. Diesen Workshop empfehlen wir auch als ergänzende Maßnahme zur Berufsvorbereitung.

■ Kunst- und Kreativworkshop:

In unseren Kunst- und Kreativworkshops bieten wir Raum für kreatives Gestalten und sich erproben sowie Fantasie und zur Wahrnehmungsschulung. Zur Auswahl stehen:

○ Land-Art

Das gemeinsame, fantasievolle Gestalten unter freiem Himmel steht im Mittelpunkt dieses Workshops. Die künstlerische Beschäftigung mit natürlichen Formen, Farben, Strukturen und Materialien führt zu einer intensiven Wahrnehmung der Natur, fördert Kreativität und Ausdrucksfreude. Die Kinder und Jugendlichen erleben im gemeinsamen Austausch und künstlerischen Schaffen die Vielfalt ihrer Gruppe. Das Gestaltungsmaterial kann dabei alles sein, was sich in der Natur finden lässt: Steine, Sand, Bäume, Erde, Wasser, Gräser...

○ Speckstein- Werkstatt

Speckstein überrascht jeden, der zum ersten Mal damit arbeitet, in der leichten Bearbeitung und seinem marmorartigen Aussehen. Er lässt sich vielfältig gestalten: als Handschmeichler, Schmuckstück oder Kleinskulptur. In dem Workshop lernen die Teilnehmer, den Stein nach eigenen Vorstellungen fachgerecht zu bearbeiten und zu formen.

○ Ton- Werkstatt

Experimentieren und erlebnisorientiertes Gestalten mit Ton sind Inhalt des Workshops.

Ton ist ein vielseitig und einfach zu verarbeitendes Material, aus dem Alltagsgegenstände, Schmuck, Spiele oder einfach ganz persönliche Fantasiegebilde hergestellt werden können.

Die Fantasie und Ausdruckskraft sowie eine formgebende Kreativität zu entwickeln und zu erproben stehen bei unserer Arbeit ebenso im Mittelpunkt, wie Wahrnehmungsschulung, räumliche und sinnliche Erfahrungen.

○ Bildhauer- Werkstatt: Arbeit mit Ytongstein

Viele kennen Ytongstein als Material für den Bau von Häusern. Wir nutzen ihn als Werkstoff für die Bildhauerei.

Seine weiche Struktur ermöglicht es, dass die Kinder und Jugendlichen mit Hammer, Meißel und Feile wie Steinmetze arbeiten und so eigene Kunstwerke erschaffen können.

Das Gestalten mit diesen Werkzeugen schult Wahrnehmung, Motorik und macht einfach Spaß.

○ Malen als Gruppenerlebnis: kreatives Gestalten als Gruppenprozess

Im kreativen Zusammenspiel, z.B. beim Malen eines gemeinsamen Bildes, tritt die Gruppe miteinander in Kontakt. Nur zusammen kommen die Teilnehmer bei den künstlerischen Gestaltungsprozessen und Experimenten ans Ziel.

Die Malerei als Medium fördert so die Kommunikation, die Auseinandersetzung mit den Anderen, die gegenseitige Wahrnehmung, Achtung und Anerkennung.

Party - simply out:

Die Mädchen wollen nur noch chatten? Die Jungs interessieren sich nur für Computerspiele? Piraten-, Hexen- Halloween-Party kennen wir alle - Wir haben uns für Sie etwas Neues ausgedacht!

Wir gestalten für Sie einen Kindergeburtstag der anderen Art.

- Olympiade: Spiel – Spass – Spannung – Bewegung – Frischluft
- Malen – outdoor und ohne Farbe?
- Klettern – mit Leichtigkeit, spielend ohne Angst
- Theater – kleine Schauspieler auf grosser Bühne
- Rallyes – Gewinne warten
- Fackelwanderung – dunkle Ecken gibt's dabei nicht
- Lagerfeuer – Märchengeschichten und Stockbrot

Fortbildungsangebote (Train the Trainer)

Für Erzieher, Lehrer, Gruppen- und Freizeitleiter, Betreuer aus der Kinder- und Jugendarbeit und Interessierte bieten wir verschiedene Fortbildungsmöglichkeiten an. Erweitern Sie Ihr Repertoire.

Mit folgenden Schwerpunkten:

- Erlebnispädagogik in der Praxis
 - Kooperations- und Interaktionsspiele
 - Reflexionsmethoden

- Erlebnispädagogisch orientiertes Klettern
 - Warm-Ups, Übungen und Spiele

Lernen Sie uns kennen!

Wir beraten Sie sehr gerne vorab auch schon telefonisch.

Kontakt:

simply out tours

Dahlhauser Str. 103

45279 Essen

Tel. 0201 564 1004

info@simply-out-tours.de/erlebnispaedagogik

www.simply-out-tours.de

Ansprechpartner:

Melanie Hundacker

Sandra Theisen