

## Einheit zum Thema Sicherheit beim Gleitschirmfliegen

Gesamtdauer ca. 1 ½ h

Das Konzept besteht aus drei Blöcken:

1. Reflektion alleine
2. Austausch in Kleingruppen und persönliche Ziele definieren
3. Alle: Vorstellung der persönlichen Ideen & Ziele (+ Kurz-Input zu diesen Themen)

Material: Zweiseitiger Ausdruck mit der *Mind Map für die Reflektion* und der *Mind Map für Ziele*

Kurzvorstellung aller drei Blöcke zu Beginn

Optional: Die Überthemen der *Mind Map* wie einen „Teaser“ kurz ansprechen, um die Teilnehmer abzuholen.

Block 1:

Selbstreflektion anhand der *Mind Map für die Reflektion*

- Was hilft mir sicherer zu fliegen?
- Was macht mich zum unsicheren Piloten?

Jeder kann versuchen sich selbst bei den verschiedenen Themen einzuordnen, am besten direkt bei den Unterpunkten:

- + Eine solide Basis vorhanden
  - o Auf einem guten Weg, aber noch zu tun
  - Nachholbedarf, hieran muss ich arbeiten

Gerne kann auch schon die Rückseite des Ausdrucks mit der *Mind Map für Ziele* als Notizzettel verwendet werden, um sich parallel ein paar wenige, aber konkrete, Ideen und Ziele zur Frage „Wie und wo kann ich an mir arbeiten?“ festzulegen und aufzuschreiben.

*Dauer 30 min*

Block 2:

Austausch in der Kleingruppe zu:

- Ideen und Möglichkeiten in den verschiedenen Punkten an sich zu arbeiten
- Positive Erfahrungen zu Weiterbildungsmöglichkeiten → Wo habe ich mich danach sicherer gefühlt, mehr Spaß gehabt!
- neue inhaltliche Punkte zum Themenfeld Sicherheit
- vorhandenen Punkten der *Mind Map für die Reflektion*

Jeder wird ermutigt sich parallel ein paar wenige, aber konkrete, Ideen und Ziele zur Frage „Wie und wo kann ich an mir arbeiten?“ festzulegen und aufzuschreiben.

*Dauer 30 min*

Block 3:

Zusammenkommen in die gesamte Gruppe: Wer möchte nennt eine oder auch alle seiner Ideen und Ziele oder einfach die Schwerpunkte, die durch die Selbsteinschätzung deutlich wurden.

Optional, danach Input zu den aufgeworfenen Themen, bzw. einem Thema, welches sich als Schwerpunkt herauskristallisiert hat.

*Dauer 15 min + Input je nach Zeitbudget*