



Stärken entdecken (45 Min.)

Lernziele:

Die Schülerinnen und Schüler

- lernen die sieben „komm auf Tour“-Stärken kennen
- reflektieren eigene Fähigkeiten und Interessen
- beurteilen die Stärken von Mitschülerinnen und Mitschülern
- identifizieren erste persönliche TOP-Stärken

Vorbereitung:

- Internetzugang und Endgeräte sicherstellen
- ggf. Beamer für Videos vorbereiten
- Website „Stärken entdecken zu Hause“ aufrufen
- Arbeitsblätter bereitstellen

Diese Unterrichtseinheit dient der Einführung in die Stärkensystematik **unabhängig vom Erlebnisraum.**

Unterrichtsphase	Zeit	Sozialform	Beschreibung	Methoden/Materialien
Einstieg	10 min	Plenum	<ul style="list-style-type: none"> • Die Lehrkraft erklärt den Rahmen der Unterrichtsstunde und zeigt als Impuls das Video „Was sind Stärken?“ • Anschließend gibt die Lehrkraft die Impulsfrage ins Plenum: „Was glaubst du – was sind eigentlich Stärken?“ • Die Schülerinnen und Schüler sammeln Beispiele im Plenum. 	Plenumsdiskussion und Videoimpulse



Unterrichtsphase	Zeit	Sozialform	Beschreibung	Methoden/Materialien
			<ul style="list-style-type: none"> • Danach spielt die Lehrkraft den Videoimpuls zu den 7 Stärken-Symbolen ab und erklärt, dass diese im weiteren Verlauf der Stunde immer wieder auftauchen werden. Ausgabe des Arbeitsblattes. 	
Erarbeitung I	15 min	Einzelarbeit	<ul style="list-style-type: none"> • Die Schülerinnen und Schüler arbeiten selbstständig auf der Website. • Sie bearbeiten folgende Elemente: Stärken-Checkbox Stärken-Slider • Dabei sammeln sie Hinweise auf ihre persönlichen Stärken. • Die Ergebnisse werden automatisch auf der Website gesammelt. • Die Lehrkraft unterstützt bei Fragen. 	Website Stärken-Entdecker
Erarbeitung II	10 min	Plenum	<ul style="list-style-type: none"> • Die Schülerinnen und Schüler bilden Tandems. • Sie führen das Stärken-Interview durch und stellen sich gegenseitig Fragen zu beobachteten Fähigkeiten und Eigenschaften. • Ziel ist es, zusätzliche Rückmeldungen zu den eigenen Stärken zu erhalten. • Optional können die Teams anschließend durchmischt oder eine kurze Rückmeldung der Lehrkraft erfolgen. 	Website
Sicherung und Reflexion	10 min	Einzelarbeit	<ul style="list-style-type: none"> • Die Lehrkraft spielt den Videoimpuls „Dein Stärkenkoffer“ ab 	Videoimpuls Stärken-Koffer Stärken-Koffer (PDF)



Unterrichtsphase	Zeit	Sozialform	Beschreibung	Methoden/Materialien
			<ul style="list-style-type: none">• Die Jugendlichen laden den Stärkenkoffer (PDF) herunter• Darin werden die auf der Website gesammelten Stärken sichtbar gemacht. • Gemeinsam reflektiert die Gruppe im Plenum:• Welche Stärken wurden besonders häufig gesammelt?• Welche Stärken passen am besten zu mir?• Auf dem Arbeitsblatt halten sie abschließend ihre persönlichen TOP-Stärken fest, diese können von den TOP-Stärken aus dem Stärkenkoffer abweichen.	

Differenzierungsmöglichkeiten:

- Anpassung der Aufgaben und Erläuterungen:

Ggf. können die Zeiten ausgeweitet und die UE innerhalb einer Doppelstunde absolviert werden.

Die Stärkeninterviews können in Kleingruppen durchgeführt werden, sodass die Jugendlichen mehr Rückmeldungen zu ihren Stärken erhalten.

Achten Sie bei der Zuteilung zu Tandems bzw. Kleingruppen auf die Klassendynamik und dass alle Jugendlichen positive Stärkerückmeldungen erhalten können.

Die Geschwindigkeit der Videos ist anpassbar, ggf. kann es sinnvoll sein die Videos mit verringerter Geschwindigkeit oder mehrfach abzuspielen.