

ABLAUF

1. Stunde (Klassenraum)

Einstieg & Sensibilisierung

- Kennenlernen & Erwartungen
- Interaktives Quiz zum Paraspport
- Austausch über eigene Erfahrungen mit Inklusion

2.-4. Stunde (Sporthalle)

Perspektivwechsel erleben

- Vertrauensübung „Blind führen“
- Erste Erfahrungen mit verschiedenen Handicaps im geschützten Rahmen

Team-Challenges mit Handicap

- Staffellauf mit Rollenwechsel (blind, gehörlos, Rollstuhl) → verschiedene Perspektiven
- Gemeinsames Lösen von Bewegungsaufgaben im Team

Inklusive Sportspiele

- Rollstuhltennis, Rollstuhlhockey, Brennball (mit verschiedenen Handicaps)
- Zusammenarbeit im Team unter veränderten Bedingungen
- Entwicklung eigener Spielstrategien

5. Stunde (Klassenraum)

Reflexion & Transfer

- Gemeinsame Auswertung der Erfahrungen, Gefühle und Herausforderungen

Nachhaltiger Abschluss

- Entwicklung eines wertorientierten Klassenleitbildes
- Sichtbare Verankerung für den Schulalltag

UNSERE LERNZIELE

Individuelle Entwicklung

- Reflexion eigener Erfahrungen und Grenzen
- Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstwahrnehmung

Persönlichkeitsentwicklung & Werte

- Förderung von Respekt und Empathie
- Verantwortungsbewusstsein im Umgang miteinander
- Stärkung der Teamfähigkeit

Soziale & demokratische Kompetenzen

- Austausch von Meinungen und gemeinsame Lösungsfindung
- Rücksichtnahme und konstruktiver Umgang mit Unterschieden

Zukunfts- und Lebenskompetenzen

- Problemlösen in neuen, herausfordernden Situationen
- Umgang mit Unsicherheit, Druck und Perspektivwechsel
- Förderung von Selbstorganisation und Entscheidungsfähigkeit

Selbstständiges & kooperatives Lernen

- Eigenverantwortliches Arbeiten in Teams
- Entwicklung gemeinsamer Strategien
- Präsentation und Reflexion von Ergebnissen

"Beyond Limits" ist für alle Jahrgangsstufen geeignet. Das Programm dauert 5 Schulstunden und ist individuell an das Alter angepasst. Ein Workshop eignet sich für Schulklassen oder Kurse mit bis zu 30 Schülern.

(Preis-) Anfragen über die Kontaktdaten.



BEYOND LIMITS

Der Workshop, der
soziales Lernen erlebbar macht.



DAS SIND WIR



Christoph Wilke (24)

Ich spiele seit meinem 17. Lebensjahr für die Rollstuhltennis Nationalmannschaft und stehe in der Top 60 der Weltrangliste. Der Sport lehrte mich Herausforderungen im Sportlichen, wie auch im alltäglichen Leben anzunehmen, Grenzen zu überwinden und neue Perspektiven zu gewinnen. Diese Erfahrungen möchte ich an Kinder und Jugendliche weitergeben.



Julian Krisp (24)

Ich begleite Christoph auf der internationalen Rollstuhltennis-Tour als Athlet-Performance Partner. Auch durch die schwere Mehrfachbehinderung meiner Schwester erlebe ich Inklusion persönlich im Alltag. Ich setze mich dafür ein, Inklusion als selbstverständlich zu verankern, Kinder und Jugendliche zu stärken sowie unsichtbare Barrieren abzubauen und für Respekt und Chancengleichheit zu sensibilisieren.

”

Wir verbinden Sport, mentale Stärke und Inklusion, um Menschen zu motivieren, Perspektiven zu verändern und gemeinsam Barrieren zu überwinden.

SPORT- und EVENTMANAGEMENT
SEM WILKE & KRISP

SEMINARE

SCHULEN

WORKSHOPS

VEREINE

**SPORT-
MENTALTRAINING**

SPORTLER

SPORT EVENTS

 event@sem-wilke-krisp.de

 www.sem-wilke-krisp.de

 [sem.wilke.krisp](https://www.instagram.com/sem.wilke.krisp)

 0151 72414173