

Motivationsmodul „Mach mit! - One Day Off“

Zeit	Methode	Inhaltlicher Ablauf	Setting /Material
15 min	Einstieg / Aktivierung „Was hätte ich davon?“ – Blitzlicht	Vorstellung durch Lehrkraft- was ist One Day Off Die Schüler*innen sammeln spontan Ideen: Was könnte cool daran sein, einen Tag offline zu sein? (Lehrkraft sammelt Begriffe sichtbar, z. B. an der Tafel oder digital) → Fokus: positive Erwartungen (z. B. mehr Zeit, weniger Stress, Spaß mit Freund*innen)	Arbeitsblatt Ideen für ODO/ Gewinnseiten Tafel / Whiteboard
25 min	Gruppenarbeit / Kreativphase „Überzeug mich!“ – Mini-Kampagne entwickeln	In Kleingruppen entwickeln die Schüler*innen kleine Motivationskampagnen: <ul style="list-style-type: none"> • Slogan für One Day Off • 3 Gründe, warum sich mitmachen lohnt • Idee für eine Aktion am Tag (z. B. Sport, Treffen, Challenge) Ergebnisse werden als Plakat, kurzer Pitch oder Story präsentiert.	Papier, Stifte oder digitale Tools
20 min	Rollenspiel / Perspektivwechsel „Wie überzeuge ich andere?“	Die Schüler*innen üben in kleinen Szenen: <ul style="list-style-type: none"> • Freund*innen motivieren • Familie überzeugen • Andere Klassen ansprechen → Ziel: Hemmschwellen abbauen & Sicherheit gewinnen	ggf. Rollenkarten
15 min	Gemeinsame Planung „Unser One Day Off“	Die Klasse sammelt konkrete Ideen: <ul style="list-style-type: none"> • Was wollen wir am Aktionstag machen? • Wer organisiert was? → Ziel: Verbindlichkeit schaffen & Vorfreude steigern	Tafel / Planungsübersicht
10 min	Abschluss / Commitment „Ich bin dabei, weil...“	Freiwillige kurze Statements oder schriftlich: Warum mache ich mit? Optional: kleine Zusage-Karten oder Klassen-Challenge Klärung der Aufgaben und des Selbstverständnisses Challenge ist vorbei Supervisionsfragen zum Workshop in den 6. Klassen (was hat gut geklappt? Was hat nicht geklappt? Wo war es schwierig? Warum hat es nicht geklappt? Würdest du es noch mal machen? Was sagt dein Umfeld? MindMap erstellen in Kleingruppen)	Lehrer gibt sachliche Rückmeldungen Feedback, was ist bei den Schüler:innen hängen geblieben. Kann Diskussion anleiten