

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
B	advance organizer	Strukturierter Überblick zu Beginn		Unterrichtsplanung	D. Wahl
B	Anekdote	Zum Unterrichtsbeginn eine Anekdote oder eine kurze Geschichte zum Thema erzählen			
B	Cartoon / Spruch	zum Anfangen, als Leitmotiv aufgehängt, als Abschluss			
B	Erwartungen und Wünsche klären	auf Karten aufschreiben lassen, anpinnen und erklären lassen	hilft, um das Programm vorzustellen		
B	Gegenstand aussuchen	Gegenstand zum Thema aussuchen und etwas dazu in der Runde sagen		Spiele	
B	Lawine	2 Personen - 4 Personen - 8 Personen mit Fragen zur Person	So viele Minuten wie Personen	Spiele	
B	Namenskärtli	anschreiben, verzieren, basteln		Gruppendynamik konkret	
B	Persönliche Lernziele	Die Lernenden formulieren ihre eigenen persönlichen Lernziele. Was will ich hier persönlich dazugewinnen? Was ist mir persönlich wichtig?	Stärkt die Motivation		
B	Was ist hier falsch	mehrere Aussagen, eine davon falsch			
E	Bild malen	gemeinsam, ohne Worte		Die Freude am Feedback	
E	Blitzlicht	Jede/r überlegt sich zu einer Leitfrage (Was nehme ich mit? Was hat besonders Spass gemacht? Was hat nicht geklappt?) einen Satz. Reihum werden diese Sätze dann ins Plenum gegeben. Es kann eine Diskussion folgen.		Unterrichtsmethoden Die Freude am Feedback	Manager-Seminare: Methodensammlung
E	Daumenprobe	mit geschlossenen Augen Fragen der Lehrperson mit Daumen hoch/runter beantworten		Unterrichtsmethoden Die Freude am Feedback	
E	elektronische Befragung	zwischen durch, im Nachhinein, systematisch oder situativ – die heutigen Umfragetools erlauben vielfältige Befragungen ohne grossen Aufwand.		Auswertungsmethoden	
E	Fischeich - Fischnetz	Auf zwei verschiedenfarbige Blätter wird aufgeschrieben: Was nehme ich mit? Was lasse ich hier? In einer Runde werden daraus Auszüge kommuniziert und das Blatt mit den hierzulassenden Aufzeichnungen zerknüllt in die Mitte geworfen. Ein befreiendes Ritual.		Die Freude am Feedback	
E	Fragebogen			Auswertungsmethoden	
E	Hand-Feedback	Daumen hoch für, darauf möchte ich hinweisen, im Mittelpunkt stand für mich, mein Schmuckstück heute war, zu kurz gekommen ist		Die Freude am Feedback	spielereader.org
E	informelle Gespräche	in Pausen, beim Essen, ...		Die Freude am Feedback	
E	Kurve	Auf einem Plakat werden verschiedene Zeitpunkte aufgezeichnet. Mit einer individuellen Kurve zeichnet jede/r Teilnehmende seinen Stimmungsverlauf oder die Lernkurve ein. Mit Kurven werden Verläufe sichtbar.		Die Freude am Feedback	
E	Mehr davon	Auf drei Flipcharts werden die Titel Mehr davon ... , weniger davon ... , beibehalten ... geschrieben. Nach den ersten zwei Einheiten in einem längeren Modul oder Lehrgang gibt das sehr gute Aussagen zur grundsätzlichen Zufriedenheit.		Die Freude am Feedback	
E	Pantomime	Der Seminarverlauf wird pantomimisch dargestellt.		Auswertungsmethoden	
E	Satzanfänge	Auf drei bis vier Flipcharts werden Satzanfänge geschrieben, die die Lernenden einzeln und nach Belieben ergänzen. Bsp. „Heute konnte ich ...“ „Besonders gut war ...“ „Eigentlich finde ich ...“		Die Freude am Feedback	
E	Säulen	Mehrere Säulen für verschiedene Aspekte sind auf ein Plakat aufgemalt. Die Lernenden setzen auf jede Säule ihren Punkt in passender Höhe.		Die Freude am Feedback	
E	Sepo-Analyse	Die SEPO-Analyse umfasst die vier Aspekte Succès (Erfolge), Echecs (Misserfolge), Potentialités (Chancen), Obstacles (Hindernisse). Es werden z.B. an der Pinwand Wortmeldungen die vier Bereiche eingeteilt (wobei die Erfolge und Misserfolge als Rückblick erfolgen und die Chancen und Hindernisse in die Zukunft weisen).	auch bekannt als Risiko-Analyse SWOT (Strengths-Stärken, Weaknesses-Schwächen, Opportunities-Chancen und Risks-Risiken)	Auswertungsmethoden	

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
E	Skalierung	Die Lernenden stellen sich anhand einer Skalierung am Boden auf. Standorte werden sofort sichtbar und können diskutiert werden.		Die Freude am Feedback	
E	Spinnwebanalyse / Zielscheibe	Die Lernenden erhalten die Zielscheibe und bewerten für sich die einzelnen Teilbereiche. Je näher sie den Punkt ins Zentrum setzen, desto besser ist die Bewertung.		Die Freude am Feedback	
E	Stammtisch	Die Lernenden sitzen an mehreren Tischen und tun so, als ob sie 10 Jahre älter wären und sich an einem Stammtisch treffen und über die zurückliegende Schulung unterhalten. Wie waren die Lehrpersonen? Wie war der Unterricht? Was hat gefehlt? Was hat gefallen? Ein oder zwei Sekretäre notieren wesentliches an der Tafel. Die Klassenlehrperson befindet sich nicht im Zimmer.	diese Methode verdanke ich M. Giovannacci	Die Freude am Feedback	
E	Stammtisch	In Dreier- oder Vierergruppen an Tischen wird geplaudert: „Stellen Sie sich vor, Sie treffen sich in 10 Jahren in einer Beiz und erinnern sich an die guten alten Zeiten im Unterricht (wie die Lehrperson war, was Spass machte, was inhaltlich hängen geblieben ist, was sie heute noch brauchen können). Pro Tisch 1 Beobachter/Protokollant		Die Freude am Feedback	
E	Stimmungsbarometer	Vorbereitetes Plakat mit einer zur Situation passenden Skala (zufrieden unzufrieden oder sehr positiv sehr negativ. Die Lernenden werden aufgefordert, mit einem Klebepunkt ihre momentane Stimmungslage auf der Skala zu visualisieren.		Die Freude am Feedback	
E	Stimmungsbilder	Vorbereitetes Bild (z.B. Segelschiff, Landschaft, Zirkus, Baum, Fluss) auf das die Lernenden ihren Standpunkte im Moment aufmalen können. Oder Bild selber malen.		Die Freude am Feedback	
E	Stummes Gespräch	Auf einem Papier-Tischtuch schreiben alle ihre Rückmeldungen auf. Andere Beiträge können kommentiert, ergänzt, verziert werden. Es wird nicht gesprochen. Erst, wenn niemand mehr schreiben möchte, ist das „Gespräch“ beendet und das Gesamtbild kann ausgewertet werden.	Variante: in Kleingruppen, zu einem Sachthema	Auswertungsmethoden	
E	Was nehme ich mit?	Eine nützliche Frage für ein Blitzlicht zum Abschluss.	Fördert Transfer und öffnet die Augen dafür, wie unterschiedlich von einem Kurs profitiert wird		
E	Zweiachsiges Diagramm /Quadrat	Mit einem Diagramm können zwei Aspekte gleichzeitig (z.B. „Neues erfahren“ und „Arbeitsmethoden“) mit einem Punkt bewertet werden. Im entstehenden Quadrat sind die Mittelsenkrechte, die Mittelwaagrechte und die Diagonale interessant zur Einordnung.		Die Freude am Feedback	
G	Arrangements zum Abzählen		für beliebig grosse Gruppen	Gruppendynamik konkret	
G	Schnüre	halb so viele Schnüre wie TN, in der Mitte halten, jeder TN packt ein Schnurende	Gruppeneinteilung für Partnerarbeiten oder zu dritt	Spiele / Gruppendynamik konkret	
G	Schöggeli	verschiedenfarbig verpackte Schokolade, alle mit der gleichen Farbe bilden eine Gruppe	Gruppeneinteilung für beliebig grosse Gruppen	Gruppendynamik konkret	
G	Vier-Ecken-Methode	In jeder der Ecken eines Raumes wird eine These oder eine Behauptung aufgehängt. Die Lernenden begeben sich in jene Ecke, die sie am meisten anspricht und diskutiert dort mit.	Gruppeneinteilung für vier Gruppen Oder auch beim Einstieg in ein Thema als Sprechanzreiz, als Vorbereitung für eine Entscheidung oder zur Meinungsbildung oder für eine abschliessende Bewertung.	Gruppendynamik konkret	
K	Aufstellung	Gruppieren und Skalieren im Raum nach gemeinsamen Merkmalen, nach Herkunft oder Name, nach Geburtstag oder Hobby etc.			Manager-Seminare: Methodensammlung
K	Begrüssungsarten	unterschiedliche Begrüssungsarten (wie Inuits, wie Jugendliche, wie Nachbarn, wie ...) spielerisch ausprobieren	es können auch Tiere sein, die sich begrüßen	Spiele	
K	Collage	aus Zeitschriften ausgeschnittene Bilder zu einer Collage zusammenfügen. Bringt auch eher schweigsamere oder skeptischere Personen zum Reden		Gruppendynamik konkret	

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
K	Initialen: Was mich charakterisiert	Zu den Initialen des eigenen Namens wird eine typische Charakterisierung für sich selbst gefunden: Ruth Meyer = RM = regelmässiges Meditieren	fördert die Selbstreflexion	Gruppendynamik konkret	
K	Name und Bewegung	Den eigenen Namen sagen und eine Körperbewegung dazu machen. Die im Kreis links stehende Person wiederholt den Namen und die Bewegung und fügt ihren eigenen Namen und eine eigene Bewegung dazu. Immer weiter nach links, bis alle an der Reihe waren.		Spiele	G. Wallenwein
K	Namens-Satz	aus den Buchstaben des eigenen Namens einen sinnvollen Satz bilden (RUTH: ruhig und tatkräftig helfen, richtig unangenehme Töne heulen)	lustig, aber auch bereits erste Infos zu den Persönlichkeiten und Interessen	Spiele	G. Wallenwein
K	Partnerinterview	Zu einem bekannten Themengebiet werden Fragen gestellt, die zuerst in Einzelarbeit beantwortet werden. (die einen die geraden Fragen, die anderen die ungeraden Fragen). Danach werden in Partnerarbeit die Antworten besprochen.	jemand anderem etwas erklären ist die effektivste Art, selbst zu lernen Die Methode kann auch zum Gruppeninterview oder Multiinterview abgewandelt werden	Spiele / Gruppendynamik konkret	D. Wahl
K	Portrait-Galerie	Es werden Fotos erstellt und mit ergänzenden Informationen versehen. Aufgehängt an einer Wand erleichtern sie das Kennenlernen.		Gruppendynamik konkret	
K	Schlüsselbund	Sich anhand des Schlüsselbundes vorstellen		Spiele / Gruppendynamik konkret	
K	Selbstbildnis	Ein Bild, das zu einem selbst passt malen. Alle Bilder in die Mitte legen. Jede/r nimmt sich ein Bild und erzählt, was er/sie darauf sieht. Der / die Malerin ergänzt danach.	Einstieg in einen persönlichkeitsbildenden Kurs	Spiele	
K	Steckbrief	Es wird ein vorgegebenes Formular ausgefüllt mit Feldern wie: Mein Name, Mein Jahrgang, Mein Hobby, Mein Wohnort, Mein Beruf, Meine Familie, Mein Haustier, Meine Lieblingsmusik, Mein Lebensmotto o.ä. Anhand dieser Steckbriefe stellt man sich in der Runde dann vor.	Variante: ohne Name ausfüllen, raten lassen, wer in der Gruppe das sein könnte	Gruppendynamik konkret	
K	Vier Buchstaben: Das ist für mich typisch	Mit vier Buchstaben aus dem eigenen Namen (Vor- und Nachnamen) als Anfangsbuchstaben typische Begriffe finden und den andern mitteilen		Spiele / Gruppendynamik konkret	
K	Vorstellungsrunde	Jede Person gibt eine vorgegebene Menge an Informationen in die Runde, der Reihe nach. Ist dann interessant, wenn die Informationen kurz und unterhaltsam sind, sonst wird das schnell langweilig, weil sich niemand die Informationen merken kann.		Gruppendynamik konkret	
L	Ablaufschema erstellen	(Prozesse überprüfen) Der Arbeitsverlauf oder die Vorgehensweise oder der innere Zusammenhang wird in einem Flussdiagramm oder ähnlich dargestellt. Die logische Reihenfolge und die Vollständigkeit der Schritte werden bewertet.	Vielen TN fällt die schematische Darstellung eines Prozesses schwer. Um einen Ablauf wirklich zu verstehen, ist die schematische Darstellung aber hilfreich. Varianten: Checkliste oder Verfahrensweisung	Erfolgskontrolle	
L	arbeitsteilige Informationsaneignung	siehe: Gruppenpuzzle			
L	Argumentarium	siehe: Debatte			
L	Assessment			Erfolgskontrolle	
L	Assessment / Teilnehmende Beobachtung	(Verhalten überprüfen) Die zu prüfende Person wird in einer realistischen Situation beobachtet und bewertet. Ein Beobachtungsbogen mit Kriterien und schriftliche Aufzeichnungen sind ein Muss.	Auch eine Beobachtung ist nie objektiv, sondern geprägt von der Einstellung und Erwartung der beobachtenden Person. Je standardisierter deshalb die Kriterien sind, desto eher können die Beobachtungen begründet werden. Es ist von Vorteil, wenn mindestens zwei Personen unabhängig beobachten.	Erfolgskontrolle	
L	Aufgabensammlung	Kurze, praxisbezogene Aufgaben geben. Reihenfolge: vom Einfachen zum Schwierigen, Häufige vor Seltenen. Hinweis: wenn immer möglich schriftlich abgeben. Verschiedene Schwierigkeitsgrade auf verschieden farbigen Blättern erleichtern die Übersicht	Zum üben, üben, üben		
L	Aufsatz	(Verständnis überprüfen) Es muss ein Text erstellt werden, der den Vorgaben an Vollständigkeit, Sprache und Qualität entspricht.	Strukturierte Texte schreiben zu können, gehört zu den Grundfähigkeiten. Varianten: Zusammenfassung, Protokoll, Bericht	Erfolgskontrolle	

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
L	Auftrag ausführen	Kleingruppen geben sich gegenseitig einen Arbeitsauftrag mit beliebigen Vorgaben. Die Ergebnisse werden den Auftraggeberinnen wieder abgegeben und von diesen beurteilt. Bemerkungen: Die Gruppen werden anspruchsvolle, aber nicht unlösbare Aufgaben formulieren um nicht selber etwas Unlösbares zu erhalten. Beim Formulieren der Aufgabe überlegen sie sich selber auch einen Lösungsansatz.	Wieso sollte immer die Lehrperson die Aufgaben stellen? Fördert die Eigenaktivität der Lernenden sehr stark.		
L	Aufzeichnen	(Verständnis überprüfen) Die Teilnehmenden zeichnen das Gehörte oder Erarbeitete auf, und zwar mit derjenigen Struktur, die am Besten zum Stoff passt (Modell, Mindmap, Netzwerk, Tabelle, Bild, ...). Die Zeichnungen werden hinsichtlich Richtigkeit und Vollständigkeit überprüft.	Wer auf kleinem Raum das Wichtigste vollständig und verständlich aufzeichnen kann, kann eine Theorie oder ein Modell begriffen.	Erfolgskontrolle	
L	beschriften	(Fachwortschatz überprüfen) Bei einer Zeichnung, einem Modell oder einem realen Gegenstand (Maschine, Einrichtungsgegenstände, Werkzeuge) werden die richtigen Beschriftungen angebracht.	Kann einzeln oder in Gruppen gemacht werden. Fördert die Begriffsbildung und die fachliche Neugier.	Erfolgskontrolle	
L	Bingo	Mit Fachbegriffen	Klassisches Spiel	Spiele / Erfolgskontrolle	G. Wallenwein Z. Klein
L	Brainstorming	Zu einem bestimmten Thema wird assoziiert. Alle Begriffe werden notiert, gegebenenfalls sortiert und besprochen, aber nicht gewertet. Hinweis: Zum Aufschreiben ein oder zwei Lernende beauftragen. Das Aufschreiben auf Zuruf soll unzensuriert, unkommentiert und für alle sichtbar stattfinden. Kann auch im chat gemacht werden.	Um Ideen zu finden, den Horizont zu erweitern.		
L	Buchstabenspiel	Die Kursleitung hat zu Buchstaben Begriffe vorbereitet, die die Gruppen im Wettbewerb finden müssen. Hinweis: Das Spiel stammt aus dem Radio. Wichtig ist, dass die Aufgaben das gleiche Schwierigkeits-Niveau haben.	Zum Einführen in ein Thema, zum Repetieren, zum Auflockern.		
L	Checkliste erarbeiten	Die Lernenden erarbeiten selbstständig Checklisten zu einem Thema/Vorgehen und stimmen diese Checklisten untereinander ab. Sie müssen dazu zwangsläufig die wichtigsten Aspekte und Aufgaben identifizieren und beschreiben.	Eine Möglichkeit, die Selbstkompetenz zu stärken		
L	Debatte	(zum Überprüfen von Begründungskompetenz) In Kleingruppen werden Pro- und Kontra-Argumente gesucht und zusammengestellt. Die Argumente werden auf ihre Richtigkeit hin untersucht und bewertet.	Diese Lernkontrolle macht dann am meisten Spass, wenn die gesammelten Argumente auch in einer kontradiktorischen Diskussion vorgebracht werden können, z.B. in der Strukturierten Kontroverse	Erfolgskontrolle	D. Wahl
L	Demonstration / Vormachen / Modeling	Das Vorgehen wird gleichzeitig schrittweise vorgezeigt und kommentiert, die Lernenden können ihre Fragen und Schwierigkeiten anbringen, die Lehrperson kann ergänzende Informationen hinzufügen.	Modell-Lernen	Erfolgskontrolle	
L	Didaktische Weiche	Alle Lernenden wählen aus einer Liste das Thema, das am meisten interessiert. Personen mit dem gleichen Thema arbeiten zusammen. Variante: Vierecken-Methode. Vier Themen werden in vier Ecken des Raums aufgehängt, die Lernenden suchen sich diejenige Ecke aus, die sie am meisten interessiert.	Wenn schon auf der Schiene, dann wenigstens mal eine Abzweigung...	Sozialformen	
L	Diskussion	(zum Überprüfen von Verständnis) In Kleingruppen oder im Plenum wird ein Thema vorbereitet und dann diskutiert. Die Gesprächsbeiträge werden auf ihre Richtigkeit und Stichhaltigkeit hin untersucht und bewertet.	Fördert die Team- und Kommunikationsfähigkeit. Und der Wissensstand kann dabei gleichzeitig bewertet werden.	Erfolgskontrolle	
L	Domino	Mit Fachbegriffen	Klassisches Spiel	Spiele	G. Wallenwein
L	eingeschobene Aufgabe	Um Informationsaufnahmephasen aufzulockern. Dauer: 5 bis 10 Minuten. Werden meist in Einzel- oder Partnerarbeit gelöst. Hinweis: Kann eine kurze Aufgabe, Diskussion zu einer Frage, kurzer Test, provokative Frage oder Beispieltext sein. Murmeln erlaubt.	Damit Referate nicht zu lange werden...		
L	ELF	Sammelbegriff für erweiterte Lernformen		Unterrichtsmethoden	N. Landwehr

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
L	Exkursion	Ausflug im Klassenverband zur Besichtigung eines Ortes in Verbindung mit thematischen Aufgaben. Vorbereitung und Nachbereitung wichtig.	bei den Lernenden beliebt, für Lehrpersonen aufwändig		
L	Expertenbefragung	Zu einem bestimmten Thema oder einer Fragestellung wird ein Experte/eine Expertin eingeladen oder am Arbeitsplatz besucht. Muss unbedingt vor- und nachbereitet werden. Wenn möglich zwei Phasen der Befragung durchführen. Dazwischen eine Bestandes-aufnahme machen: Was wissen wir, was wollen wir noch wissen, welche zusätzlichen Informationen brauchen wir?	Es gibt übrigens mehr Experten in Ihrer Klasse, als Sie denken.		
L	Expertengruppe	siehe: Gruppenpuzzle			
L	Fallbeispiel lösen	(Verständnis überprüfen) Die Teilnehmenden erhalten ein Fallbeispiel, anhand dessen sie Entscheidungen, Vorgehensweisen und Lösungen erarbeiten.	Fördert das vernetzte Denken und die Übertragung in eine konkrete Situation. Es besteht die Gefahr, Fallbeispiele allzu schematisch zu konstruieren und zu bewerten, dann bleibt der Nutzen für die Praxis gering.	Erfolgskontrolle	
L	Fallstudie	Vorgabe ist eine praxisbezogene eher komplexe Problemstellung. Die Lernenden erarbeiten eine Lösungsvorschlag und präsentieren ihn danach. Variante: Statt der Lösungsvorschläge können im Anschluss an die Gruppenarbeit auch die Schwierigkeiten oder noch offene Fragen thematisiert werden.	Charakteristisch für diese Methode ist die Vorgabe verschiedener Dokumente, deren Studium Voraussetzung ist für die fundierte Fallbearbeitung und Entscheidungsfindung. In dieser Falldokumentation sollte alles enthalten sein, was benötigt wird, um den vorgegebenen Fall sinnvoll zu lösen.	Unterrichtsmethoden	
L	Fehlersuche	Aus einer Auflistung von Begriffen soll derjenige herausgesucht werden, der nicht dazu passt. Die Auswahl soll begründet werden. Varianten Fehler in einem Text oder Schema suchen. Hinweis: eignet sich zur Ergebnissicherung, zur Prüfungsvorbereitung, begleitend und strukturierend Übrigens: Fehler suchen macht fast Allen Spass!	Jeder Fehler ein Erfolg.		
L	Fragen Fragen Fragen	Auf ein Spielfeld mit 36 Feldern werden 36 Antworten gelegt. Wer ein bestimmtes Feld würfelt, muss eine Frage, beginnend mit „w“ dazu formulieren (die zu dieser Antwort führt).	Würfelspiel mit zwei Würfeln. Ein Würfel zeigt die Spalte an, ein Würfel die Zeile. Wer ein Feld würfelt, das bereits gelöst ist, setzt aus.	Spiele	G. Wallenwein
L	Fragenball	(Wissen, Wortschatz, Verständnis) Ein Ball wird von einem TN zum nächsten weitergegeben, jedes Mal mit einer neuen Frage verbunden. Wer die Frage nicht beantworten kann, kann den Ball weitergeben.	Die meisten Menschen lieben es, andern knifflige Fragen zu stellen. Macht Spass und hat einen hohen Lerneffekt. Variante: 'heisser Stuhl' — eine Person setzt sich in die Mitte und muss drei Fragen der Klasse beantworten.	Erfolgskontrolle	
L	Fragengeleitete Informationsdarbietung	1. Leitfragen stellen 2. Besprechen der leitenden Fragen in Kleingruppen 3. kurzes Referat, dessen Aufbau sich an den Leitfragen orientiert 4. Partner- oder Gruppengespräch, in dem die erhaltene Information besprochen wird (Fragen für das Plenum bereithalten) 5. Abschliessendes Plenum	Schlüsselfunktion haben die Leitfragen: Diese sollen so formuliert sein, dass sie zu den beabsichtigten Kerninformationen führen und dass sie die TN aktivieren. In den TN wird dadurch eine Fragehaltung erzeugt.		N. Landwehr
L	Gruppenpuzzle	1. Hinführung zum Thema / zu den Leitfragen 2. Vorläufige Bearbeitung der Leitfragen in Problemlösungsgruppen 3. Arbeitsteilige Informationsaneignung in Expertengruppen (pro Gruppe die notwendigen Informationsunterlagen bereitlegen) 4. Informationsaustausch in den Problemlösungsgruppen 5. Abschliessendes Plenumgespräch	Sowohl die Theorie-Aneignung als auch der Austausch findet in Gruppen statt. Die TN sind auf den Austausch vorbereitet, da sie sich vorgängig selber mit dem Problem auseinandergesetzt haben.		D. Wahl
L	Kärtchenmethode	Kärtchen eignen sich für alles mögliche und unterstützen das Lernen dadurch, dass sie angefasst und verschoben werden können. Hinweis: Gut zur Selbstkontrolle, zur Lernkontrolle, um Vertiefen, als Repetition, als Prüfungsvorbereitung... Siehe auch: Sortierarbeit, Zuordnung	laminiieren, dann können die Kärtchen immer wieder verwendet werden. Unterschiedliche (strukturierende) Farben verwenden.	Erfolgskontrolle	

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
L	Kärtchenmethode	(komplexe Sachverhalte, Theorie, Wissen, Wortschatz, Verständnis) Kärtchen eignen sich für Vieles. Vorne und hinten beschriften und verwenden für gegenseitige Abfrage sowie für Sortier- und Zuordnungsaufgaben.	Kärtchen verbinden den visuellen mit dem taktilen Sinneskanal – dies erhöht die Behaltensquote. Eingesetzt als Prüfungsmittel können sie immer wieder auf unterschiedliche Arten eingesetzt werden.	Erfolgskontrolle	
L	Kontrollfragen	(Wissen / Verständnis überprüfen) Anhand von Prüfungsfragen wird das Wissen und das Verständnis überprüft. Offene und komplexe Fragen werden anhand klar vorgegebenen Rastern mit Punkten bewertet.	Die klassische Form der Theorieprüfung, immer noch sehr verbreitet und oft die richtige Wahl, wenn es um das Verständnis in einem klar umgrenzten Sachgebiet geht.	Erfolgskontrolle	
L	Kooperatives Entwickeln von Problemlösungen	1. Problemkonfrontation (aktuelles Problem oder Fallbeispiel) 2. Analyse des Problems (im Plenum oder in Gruppen) 3. Formulierung von Lösungsmöglichkeiten (optimal: Mit Brainstorming, erst danach ordnen) 4. Beurteilung der Lösungsvorschläge (Plenum oder Gruppen) 5. Planung von konkreten Massnahmen	Die Erfahrung, das Vorwissen, die Kreativität und die Denkfähigkeit der TN wird genutzt. Das Ausgangs-Problem wird ausführlich analysiert und die Lösungsfindung wird als kreativer Prozess betrachtet. Sie wird in Form eines schriftlichen Brainstormings in Kleingruppen durchgeführt.		N. Landwehr
L	Kreuzworträtsel	Hinweis: aufwändig in der Vorbereitung, aber immer spannend und beliebt. Es gibt im Internet verschiedene Gratisprogramme, die die Herstellung von Kreuzwort- und ähnlichen Rätseln sehr erleichtern.		Erfolgskontrolle	
L	Kugellager	Innenkreis und Aussenkreis mit Blickkontakt, rotieren	viele Wortmeldungen, man lernt die halbe Gruppe kennen		D. Wahl
L	Kurzaufsatz	schriftlich		Erfolgskontrolle	
L	Leittextgesteuerter Unterricht	1. Konfrontation mit einer praktischen Aufgabenstellung 2. Wissen aneignen (Fragebogen mit allen Fragen, was notwendig ist, um einen Arbeitsplan zu erstellen und die Arbeiten durchzuführen. Sowie Unterlagen, die es erlauben, die Fragen selbständig zu beantworten) 3. Lösungen kontrollieren und besprechen 4. Arbeitsplanung 5. Ausführen der Arbeiten 6. Beurteilung des Arbeitsprozesses und -produktes	Die Steuerung erfolgt mit Hilfe so genannter Leittexte. Leittexte enthalten diejenigen Informationen (Texte, Skizzen, usw.), Aufgaben und Anweisungen, die notwendig sind, um den gestellten Arbeitsauftrag erfolgreich zu bewältigen.	Unterrichtsmethoden	N. Landwehr
L	Lerntempoduett	1. Expertenphase (Aneignung) 2. Phase (Paare Bilden) 3. Phase Vermittlung, Austausch 4. Phase Vertiefung	Beim Lerntempoduett wird die Aneignung im eigenen Tempo vollzogen. Gleich schnelle Lernende tun sich zu zweit für die Weiterarbeit zusammen. Damit ist gewährleistet, dass das Lerntempo stimmt.	Unterrichtsmethoden	D. Wahl
L	Lernwerkstatt	1. Vorstellen der Lernwerkstatt 2. Erstellen des individuellen Lernplanes 3. Individuelle Bearbeitung der Lernaufgaben 4. Besprechung im Plenum Wahl- und Pflichtposten, Aufgaben mit unterschiedlichem Niveau, mit unterschiedlichen Lernzugängen	Eine Lernwerkstatt besteht aus verschiedenen Arbeitsplätzen, die in sich abgeschlossen sind und eine selbsterklärende Aufgabe stellen und das dazu notwendige Material enthalten. Die verschiedenen Posten sind möglichst abwechslungsreich gestaltet und gehen idealerweise von Leitfragen aus.	Unterrichtsmethoden	N. Landwehr
L	Lückentext	(Wissen überprüfen, Wortschatz) In offene Zwischenräume muss das richtige Wort oder die richtige Form oder das richtige Teil eingefügt werden.	Die meisten Menschen lieben es, etwas zu vervollständigen. Die modernste Variante arbeitet mit elektronischen Präsentationen, oder Videosequenzen, die richtig ergänzt werden müssen.	Erfolgskontrolle	
L	Lügen	Jeder TN schreibt drei Fakten zum Thema auf. Eine davon stimmt nicht, welche müssen die andern rausfinden.	macht Spass trotz hohem Lerneffekt	Erfolgskontrolle	
L	Memory	Mit Fachbegriffen	Klassisches Spiel	Spiele	Manager-Seminare: Spielbar
L	Moderation	Die TN schreiben ihren Beitrag auf Karten. An Pinwand sammeln und strukturieren / einordnen. Hinweis: eignet sich für den Einstieg in ein Thema (Vorwissen, Erfahrungen abholen) und zum Aufdecken von Problemkreisen. Achtung: Strukturierung vorher überlegen!	Karten und Pinwand Oder Zettel und Klebeband Oder ...		

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
L	multiple choice	Schriftlich: Zu einer Aussage müssen eine oder mehrere vorgegebene Antworten ausgewählt werden.	Mit einem Multiple Choice Test kann sehr gut Wissen überprüft werden. Um vernetztes Wissen zu testen, muss der Test umfangreich und komplex sein.	Erfolgskontrolle	
L	Netzwerk	Karten mit Begriffen aussuchen, die man erklären kann. I. Person erklärt eine Karte und legt sie hin. Die nächste Person legt ihre Karte daneben, erklärt sie und erklärt auch den Zusammenhang zur vorgehenden Karte.	Gehört zu den Kärtchen-Methoden: Was passt wohin/wozu? Auch: Strukturlegetechnik	Kärtchen-Methoden	
L	Planspiel / Simulation	Im Planspiel oder Simulationsspiel wird eine komplexe Situation durchgespielt über einen längeren Zeitraum und mit mehreren Akteuren.	besonders beliebt: politische oder ökonomische Planspiele (Börsenspiele)	Erfolgskontrolle	
L	Podiumsdiskussion	Bei einer Podiumsdiskussion diskutieren 3 bis 5 Delegierte aus der Klasse ein sehr kontroverses Thema unter Leitung (ebenfalls ein Vertreter aus der Klasse). In einer späteren Phase kann die Diskussion in die ganze Klasse geöffnet werden.	sowohl inhaltlich wertvoll wie auch zur Einübung von kommunikativen Fähigkeiten		
L	praktische Übung				
L	Präsentation	Darbietender Lehrvortrag mit visueller Unterstützung			
L	Präsentation	(komplexe Sachverhalte, Theorie oder praktisches Vorgehen) Die Präsentation vor dem Plenum kann als Lernkontrolle eingesetzt werden. Bewertet werden: Vollständigkeit, Richtigkeit und Gewichtung (ist das Wesentliche vollständig und inhaltlich richtig?).	Präsentationen sind sehr aussagekräftig und motivieren zu grosser Lerneranstrengung. Die eigentliche Präsentation und Bewertung braucht dann aber viel Zeit. Elektronische Formen, die über eine Plattform zugänglich sind, sind deshalb ideal.	Erfolgskontrolle	
L	Pressekonferenz	Ein bis drei Pressesprecher/innen aus der Klasse beantworten „Journalisten-Fragen“.	oft erheiternd, guter Vertiefungs- und Transfer-Effekt	Erfolgskontrolle	
L	Prioritätenspiel	Aus einer Anzahl von Aussagen müssen ein paar ausgeschieden werden, die andern nach Priorität (Relevanz) geordnet werden. Begründen!	Was ist wichtiger?		
L	Problemorientierte Handlungsanleitung	1. Praktische Aufgabenstellung 2. Suchen / Erproben eigener Lösungen (Probehandeln in Kleinstgruppen) 3. Bearbeitung der aufgetauchten Schwierigkeiten (Fragenkatalog erstellen, Plenum) 4. Herausarbeiten von wichtigen Handlungsgrundsätzen (Plenum, schriftlich festhalten, ev. individuelle Checklisten erstellen) 5. Anwendung	Die TN entwerfen und erproben eigene Lösungsvorschläge, statt passiv nachzumachen. Beim praktischen Handeln wird Theorie dazu geliefert, um die Theorie mit der Praxiserfahrung zu verbinden.		N. Landwehr
L	Projekt-Methode	1. Projektziel und -auftrag klären 2. Schritte planen (Grobplan im Plenum) 3. Gruppenbildung / Planung der Gruppenarbeiten 4. umsetzen / erarbeiten / durchführen in Gruppen 5. Projektveranstaltung 6. Abschliessende Auswertung	Ein Projekt hat einen Anfang und ein Ende, am Schluss steht ein Produkt, das andern gezeigt werden kann. Alle Mittel (Ressourcen) sind definiert. Es wird arbeitsteilig am gleichen Endprodukt gearbeitet.	Unterrichtsmethoden	N. Landwehr
L	Quartett	Mit Fachbegriffen	Klassisches Spiel	Spiele	G. Wallenwein
L	Quiz	(Wissensüberprüfung) Die TN werden in zwei Gruppen eingeteilt und treten gegeneinander in der Beantwortung von Quizfragen an. Diejenige Gruppe, die mehr Fragen richtig beantwortet hat, hat gewonnen.	Macht Spass und hat einen hohen Lerneffekt. Einzelne TN können sich aber gut verstecken.	Spiele Erfolgskontrolle	
L	Rollenspiel / Situationstraining	(Verhalten überprüfen) Die TN erhalten Rollenbeschreibungen zugeteilt, anhand derer sie miteinander kommunizieren. Es werden beobachtende Personen bestimmt. Nach dem Spiel werden die Gefühle und Beobachtungen erfragt und Schlussfolgerungen gezogen. Spontane und vorbereitete Rollenspiele dienen dazu, Einstellungen und Verhaltensweisen zu verdeutlichen und Ansatzpunkte für Veränderungen aufzuzeigen. Rollenspiele gelten als wichtige Methode um Kompetenzen zu erlernen.	Rollenspiele haben einen hohen Lerneffekt und taugen gut dazu, bestimmte Kommunikationsfähigkeiten zu beweisen. Die meisten TN unterschätzen die Übertragbarkeit der Rollenspiel-Situation in die Praxis und wollen deshalb nicht darauf einsteigen. Es wird zunehmend auch die Bezeichnung Situationstraining oder Skills-Training verwendet, um Kommunikation in Verbindung mit Handlungskompetenz zu üben.	Erfolgskontrolle	
L	schriftliche Reflexion	Schriftlich werden die wichtigsten Ergebnisse sowie die Art und Weise, wie die Lösung gefunden wurde, festgehalten. Die Vorgehensweise und das Ergebnis werden auch kritisch hinterfragt.	Mit einer Reflexion kann der eigene Lernerfolg kritisch hinterfragt werden. Sie fördert das selbstständige und selbstverantwortliche Lernen.	Erfolgskontrolle	

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
L	Sortierarbeit	Begriffe werden auf Kärtchen geschrieben und sortiert nach bekannt/nicht bekannt. Die unbekannt Begriffe wenn möglich gegenseitig erklären lassen. Solche, die allen unbekannt sind, werden von der Kursleitung erklärt.	Gehört zu den Kärtchen-Methoden: Bekannt oder unbekannt?	Kärtchen-Methoden	
L	Spaziergang	häufig zu zweit oder alleine – mit Denk-Aufgabe	sorgt für Bewegung		
L	Spielerische Erfahrung	Rötsel, Experiment, witzige Übung,	ein kleines Aha-Erlebnis, ans Thema gekoppelt		
L	Strukturlegetechnik	Auf den Karten werden einzelne Handlungsschritte aufgeschrieben. Es soll ein sinnvoller Ablauf definiert werden. Bemerkung: eignet sich vor allem bei stark sequenziell orientierten Prozessen. Allenfalls können die Abläufe mit dem Computer nachvollzogen werden. So lässt sich kontrollieren, ob das gewünschte Ziel erreicht wird. Variante: Auf den Karten sind Begriffe. Diese Begriffe werden in einer sinnvollen Struktur angeordnet.	Gehört zu den Kärtchen-Methoden: Abläufe in logischer Reihenfolge Strukturen bilden	Kärtchen-Methoden	D. Wahl
L	Tafelfussball	Mit Fachbegriffen. Auf Tafel Mittellinie und Tore einzeichnen. Der Ball (Magnet) startet in der Mitte, dasjenige Team, das schneller eine Frage richtig beantwortet hat, rückt den Ball eine Position in Richtung gegnerisches Tor.	Macht Spass und hat einen hohen Lerneffekt. Einzelne TN können sich aber gut verstecken.	Spiele	
L	Thesen diskutieren	3-4 Thesen, möglichst provokativ bzw. treffend			
L	Übungsstück / Lehrstück	(praktische Prüfung) Es muss ein Produkt erstellt werden, das den Vorgaben an Genauigkeit, Aussehen und Qualität entspricht.	Ein Lehrstück dient dazu, das Können zu überprüfen, aber auch die Arbeitseinstellung (Werthaltungen) und das für die Arbeit notwendige Wissen.	Erfolgskontrolle	
L	Unterschiedliche Blickwinkel einbringen	1 Pro Blickwinkel erarbeitet je eine Gruppe ihre Antworten auf Karten einer bestimmten Farbe. 2 Die Gruppen pinnen ihre Karten gemäss einem vorgegebenen Schema an der Pinwand an. 3 Das Ergebnis wird diskutiert.	Das fertige Ergebnis an der Pinwand zeigt visuell auf einen Blick, von welchem Blickwinkel her welche Beiträge gekommen sind. Sehr informativ.		
L	WELL	Sammelbegriff für Methoden des wechselseitigen Lehren und Lernens		Unterrichtsmethoden	D. Wahl
L	Werkstattunterricht	Siehe: Lernwerkstatt			
L	Wortspiele	Eins passt nicht: Herausfinden, welcher Begriff nicht passt Gefüllte Kalbsbrust: Langes Wort links von oben und rechts von unten aufschreiben, die Buchstaben bilden die Anfangs- und Schlussbuchstaben zu findender Fachbegriffe Wortgitter: Fachbegriffe senkrecht und waagrecht schreiben, mit sinnlosen Buchstaben auffüllen: Lernpartner muss die Worte finden und kennzeichnen.	gut für Fachbegriffe	Spiele	
L	Zuordnungen	Zuordnungen, z.B. Funktion einem Menu zuordnen, Lösungsvorschlag der Fragestellung zuordnen etc. Varianten: Kann auch mit Kärtchen gemacht werden, als Memory-Spiel, auch elektronisch	Was gehört zu wem? Wer gehört wohin?		
L	Zuordnungsaufgabe	Zuordnungen, z.B. Funktion einem Menu zuordnen, Lösungsvorschlag der Fragestellung zuordnen etc. Varianten: Kann mit Kärtchen gemacht werden, als Memory-Spiel, auch elektronisch, ...	Was gehört zu wem? Wer gehört wohin?	Erfolgskontrolle	
R	Arrangements	(zum Sichtbar machen) Die Teilnehmenden verteilen sich im Raum (entlang einer Skala = Skalierung oder nach einer Art Landkarte = Aufstellung) entsprechend einem Merkmal. Dieses "Stellung beziehen" wird üblicherweise begründet oder kommentiert, ausser es handelt sich um ganz einfache Merkmale (Grösse, Geburtstag, ...), die z.B. für eine Gruppeneinteilung verwendet werden.	Skalierungen, Aufstellungen oder Arrangements werden verwendet, um zu sehen, wer sich wie in Bezug auf ein Thema oder eine Person verortet. Kann als Einstieg oder Auswertung oder zur Gruppeneinteilung verwendet werden.		
R	Bild aussuchen	Aus einem Bildersatz passendes Bild / Karte / Foto aussuchen und beschreiben Sowohl zu Beginn für den Einstieg in ein Thema oder zum Kennenlernen wie auch für die Reflexion.	assoziativ und spielerisch, Was kommt Ihnen in den Sinn zu ...?	Unterrichtsmethoden Spiele	
R	Das Wichtigste	(nach der Lernsequenz) Lassen Sie die Teilnehmenden das Wichtigste in ein paar Sätze oder sogar nur Worte fassen und mitteilen.	Diese Methode erhöht den Lerneffekt bei allen Beteiligten enorm, da ganz zum Schluss noch Neues (von den Anderen) gelernt wird.		

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
R	gegenseitiges Coaching	(zur Entscheidungsfindung) In Partnerarbeit erzählen die beiden Partner nacheinander je ca. 20 Min. lang vom eigenen Projekt / Thema. Der andere hört nur zu oder stellt klärende Fragen, nimmt aber nicht Stellung und sagt auch nicht seine Meinung, bis der andere fertig ist.	Dieses Vorgehen eignet sich, um persönliche Entscheidungen zu fällen, z.B. finden eines Themas für eine schriftliche Arbeit. Fördert die Entwicklungs- und die Beziehungskompetenz.		P. Lahninger
R	Haiku, Elfchen, Limerick	Spezielle Versformen wie Haiku, Elfchen oder Limerick können eingesetzt werden, um auf spielerische Art und kreativ Assoziationen zu einem Thema auszudrücken.			
R	Lerntagebuch	(nach einer Lernsequenz oder laufend) Im Lerntagebuch wird festgehalten: Befindlichkeit, Vorgehensweise, Ergebnis, Aufwand, Teamarbeit, Bilanz, nächster Schritt. m Lerntagebuch wird festgehalten, was heute Nützliches gelernt wurde, wie man das Thema weiterverfolgen will und Ideen, wie das Gelernte umgesetzt werden könnte. Geben Sie ein Heft oder Blätter für das Lerntagebuch ab. Lassen Sie vor Tagesende etwas Zeit, um Notizen zu machen oder weisen Sie regelmässig darauf hin.	Unabdingbar beim selbstgesteuerten Lernen. Hilft mit, die Verantwortung für das eigene Lernen zu übernehmen. Das Lerntagebuch braucht Zeit. Lassen Sie die Teilnehmenden mindestens 10 Minuten daran arbeiten. Lernungewohnte Teilnehmende brauchen Motivation und Unterstützung — z. B. durch ein schönes Heft.	Erfolgskontrolle	
R	Persönliche Ziele setzen	(zu Beginn) Die TN formulieren ihre persönlichen Ziele für die Bildungseinheit. Dies fällt ihnen erfahrungsgemäss meistens schwer, da sie glauben, bloss die offiziellen Ziele seien wichtig und legitim. Geben Sie ihnen Beispiele und genügend Zeit.	Die wenigsten Teilnehmenden sind ausschliesslich über die Stoffziele motiviert. Das Sich-Klar-Werden über Kontakt- oder Netzwerk- oder persönliche Entwicklungswünsche unterstützt die persönliche Motivation.		
R	Prozessauswertung	nach einer Teamarbeit) Nach vollendeter Arbeit wird das Vorgehen hinterfragt, zum Beispiel im Hinblick auf Einstieg, Themenbearbeitung, Ergebnisse, Vorgehensweise, Zusammenarbeit, Befindlichkeit, Umstände und Einflüsse oder Abschluss.	Mit Prozessauswertungen können die Gruppen-, Beziehungs-, Wirkungs- und Kommunikationskompetenzen gefördert werden.		
R	Szene spielen	(zur Auswertung nach einem Lehrgang) Die Teilnehmenden entwickeln in Kleingruppen eine Szene, die sie für typisch für den Lehrgang halten und spielen sie im Plenum vor. Gibt sehr aussagekräftige Rückmeldungen zur Gesamtbewertung eines Lehrganges. Macht es möglich, dass auch problematischere Vorkommnisse in Gelächter aufgelöst werden können.	Diese Methode verdanke ich H. Ehrensperger		
R	Zielüberprüfung	(nach der Kurssequenz) Die zu Beginn kommunizierten Ziele werden dahingehend überprüft, ob sie vollständig oder teilweise erreicht wurden und was noch fehlt. Kann schriftlich und mündlich, in Einzelarbeit oder in der Gruppe gemacht werden.	Der Rückblick auf die Ziele zum Schluss ist gleichzeitig Repetition und Abrundung und erhöht das Bewusstsein darüber, was alles gelernt wurde.		
S	Abkürzung	aus drei zufälligen Buchstaben herausfinden, wofür die Abkürzung stehen könnte (zlu = Zürcher Lehrer Uniform, Zunft lahmer Uhus)		Spiele	
S	Atemübung	Je nach Vorliebe und Kenntnissen können Ballons aufgeblasen werden oder Blas-Wettbewerbe mit Wattebüschen gemacht werden — oder aber Atemübungen mit Zen-Atmung oder bewusstem Atmen.		Spiele	G. Wallenwein P. Lahninger
S	Ballon / Ball-Spiele	mit Füssen weitergeben, in der Luft halten, im Kreis rumgeben, jonglieren		Spiele	
S	Brain gym	Energieübungen nach Dr. P. Dennison: Gehirnrhythmen, Überkreuzbewegung, liegende Acht		Spiele	G. Wallenwein
S	Dialogmalerei	zwei Personen malen abwechselungsweise. Es darf hinzugefügt und/oder verfremdet werden. Nicht reden. Wenn sich beide einig sind, dass sie fertig sind, kann das Bild besprochen werden.	als Kreativübung, um Ruhe zu finden, Kooperation üben	Kooperations-Training	G. Wallenwein
S	Entspannen	Entspannungsübung geführt im liegen oder als progressive Muskelentspannung, oder alleine — eine Auszeit-Ecke wäre empfehlenswert			

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
S	Farkel Barkel	Ein Gegenstand wird linksrum, ein Gegenstand wird rechtsrum im Kreis gegeben. Reihenfolge: A an B = Das ist ein Farkel . B = Was ist das? A = ein Farkel . B an C = Das ist ein Farkel . C = Was ist das? B = Was ist das? A = ein Farkel . B = ein Farkel . C an D = Das ist ein Farkel. Jedesmal wird die Frage so lange zurückgegeben, bis sie von A beantwortet wird. Dann wandert die Frage wieder über die einzelnen Personen zu dem Teilnehmer, der das Farkel in der Hand hat und die Frage zuletzt stellte.	erfordert höchste Konzentration, ist lustig Auswertung zum Thema Stress, Fehler möglich	Spiele	Z. Klein
S	Fliegen	Im Stehen mit den Armen fliegen wie Vögel oder mit den Armen Brustschwimmen	lockert Schultergürtel	Spiele	G. Wallenwein
S	Gymnastische Übungen	Stehend oder auf dem Stuhl sitzend	lockert auf	Spiele	
S	Hamburger Wetter	Auf dem Stuhl sitzende Person wird an den Schultern massiert. Anweisung durch die Lehrperson: die Finger turnen auf im Schulterbereich das Hamburger Wetter nach: nieseln, Platzregen, Hagel, Blitz und Donner, Dauerregen, Nebel, Wolken, abtrocknen, Sonnenstrahlen, abfliessende Tropfen zum Ausstreichen. Selbst berührungs-skeptische Menschen mögen das meistens. Feinfühlig vorgehen, Kultur-Barrieren beachten!	Varianten: Pizza backen (Teig mischen, kneten, ziehen, belegen, würzen), Gartenbeet bestellen (umgraben, hacken, rechen, Saat-Rillen ziehen, Erbsen stecken, zudecken, fein rechen, giessen)	Spiele	
S	Haus — Baum — Hund	zu zweit mit dem gleichen Stift gemeinsam zeichnen	Führung, Konflikt, Dominanz, Entscheidung — diese Themen sind hier hintergründig vorhanden		G. Schilling
S	Hindernislauf	mit Zeitung oder Ball zwischen den Knien, oder zu zweit oder rückwärts oder etwas auf dem Kopf oder auf den Fingern balancierend, oder mit Ballon spielend, oder...	lockert auf, fördert Konzentrationsfähigkeit	Spiele	
S	Imaginäre Tätigkeit	Strandspaziergang, Baum fällen, Apfel pflücken, sich schütteln wie ein nasser Hund, sich dehnen wie eine Katze	lockert auf, fördert Konzentrationsfähigkeit	Spiele	
S	Isometrische Übungen			Spiele	G. Wallenwein
S	Komm näher	Paare stellen sich mit ca 5 Meter Abstand auf. Aufeinander zugehen und darauf achten, wann der Abstand stimmig ist. Nicht reden. Handzeichen ausmachen.	Achtsamkeitsübung, fördert Respekt und Konzentration	Spiele	G. Wallenwein
S	Kreisspiele	Klatschen: Doppelklatsch = Richtungswechsel / Plitsch Platsch, Ying-Yang**, Planetenspiel**, Farkel Barkel**	** separat beschrieben in dieser Tabelle	Spiele	
S	Kutschersitz	auf dem Stuhl sitzend den Oberkörper nach vorne beugen, Schultern und Kopf hängen lassen, Ellenbogen auf den Oberschenkeln stützen und Hände locker zwischen die Knie fallen lassen. Augen schliessen, gleichmässig atmen. 3-5 Minuten	zum Entspannen zwischendurch	Spiele	G. Wallenwein
S	Massage	Kreismassage oder zu zweit (Hamburger Wetter**)	** separat beschrieben in dieser Tabelle	Spiele	
S	Planetenspiel	Ball in fester Richtung, kommt bei allen vorbei, Wenn das klappt dann zweiter, eventuell dritter Ball. Ein zerknülltes Papier als Weltraummüll.	lockert auf, fördert Konzentrationsfähigkeit	Spiele	
S	Rätsel	ob Streichholzrätsel, Denkspiel, Kniffelaufgabe — Rätsel mit ihren oft verblüffenden Lösungen lockern auf und fördern das Lernklima		Spiele	L. Kölbener
S	Siebner-Paff	Konzentrationsübung: Im Kreis zählen und dazu klatschen, statt 7 oder ein Vielfaches von 7 muss der TN paff sagen und die Richtung wechselt	über 30 zu kommen ist eine Herausforderung (27, 28 = zwei Richtungswechsel hintereinander)		
S	Sportgeräte	Springseile, Bälle, Ballons, Dartboard, ...	lockert auf	Spiele	G. Wallenwein
S	Stern im Spiegel	ein grosser Stern auf einem Blatt aufgezeichnet wird mit einem Stift nachgezeichnet. Die zeichnende Person sieht den Stern bloss in einem Handspiegel, nicht direkt	Partnerarbeit, verblüffend, fördert Toleranz für eigene Fehler	Spiele	
S	Tiere nachahmen	Tierlaute oder typische Tierbewegungen oder beides zusammen	lustig, lockert auf	Spiele	
S	w-Fragen	wer? was? wie? wann? wo? Antwort auf erste Frage auf Zettel schreiben, umknicken, weitergeben nach rechts und wiederholen - bis alle Fragen beantwortet sind. Auffalten und vorlesen	fördert die Kreativität, das freie Assoziieren	Spiele	G. Wallenwein
S	Was hat sich verändert?	Zwei Personen stehen sich gegenüber. Aussehen 1 Minute lang einprägen. 180° umdrehen und drei Dinge am äusseren verändern. Wieder umdrehen. Eine Minute lang nach den drei Veränderungen am Partner suchen. Erst dann sprechen.	Partnerarbeit, verblüffend, fördert Konzentration	Spiele	G. Wallenwein
S	wieviele Worte kennen Sie?	für „essen“? Für „schlafen“? Für Vorwärtsbewegung („laufen, rennen, gehen“)? Zwei Minuten zum aufschreiben, dann vorlesen	fördert die Kreativität, das freie Assoziieren	Spiele	

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
S	Ying-Yang	flache Hand am Kinn= Ying, flache Hand am Scheitel=Yang. Regeln: wohin die Fingerspitzen zeigen: dieser Nachbar ist dran (im Kreis stehen). Gleichzeitig zur Geste das richtige Wort sagen (zweimal, der dritte sagt gar nichts und zeigt auf eine andere Person im Kreis. Dann beginnts wieder mit zweimal Ying oder Yang.	Wer Fehler macht (zu lange warten, falsches Wort, falsche Geste), fliegt raus und darf von aussen stören (ohne Berührung, ohne in den Kreis treten, niemandem das Gehör schädigen).	Spiele	
T	Aktionsplan	(am Kurs-Ende) Der Aktionsplan umfasst die notwendigen Schritte zur Umsetzung des Gelernte, wen oder was es dazu noch braucht sowie das Datum der Umsetzung. Eine gegenseitige Abmachung mit einem Partner macht den Plan verbindlicher.	Der Aktionsplan kann sowohl eine Abmachung mit sich selbst als auch mit einer anderen Person sein. Je konkreter die Schritte geplant werden, desto grösser die Chance der Umsetzung		
T	Anwendungssituationen suchen	(nach der theoretischen Einführung) Die TN überlegen sich, wo sie in der Praxis das Gelernte / Gehörte anwenden können. Diese Situationen werden danach ausgetauscht und geplant, eventuell mit Checklisten oder Verfahrenstipps hinterlegt.	Unterstützt die Anwendung und die Übertragung in die Praxis. Verfestigt das Gelernte und hilft mit, eventuelle Lücken oder Widersprüche zu erkennen.		
T	Baum malen und beschriften	Wurzeln, Stamm, Aeste, Früchte, Blüten: Es kann vorgegeben werden, was sie bedeuten oder wie sie beschriftet werden z.B. um aufzumalen: Das habe ich heute gelernt (Früchte), diese Theorien habe ich heute vertieft (Äste), diese Fragen bewegen mich (Blüten), das hat mich heute unterstützt (Wurzeln) o.ä.	unterstützt den Transfer, festigt das Gelernte		
T	Brief an sich selbst	(Am Kursende) Die TN beschriften einen Briefumschlag mit der eigenen Adresse und schreiben sich selbst einen Brief. Der verschlossene Umschlag wird durch die Kursleitung aufbewahrt und zu einem vereinbarten oder zufälligen Zeitpunkt an die TN versandt.	Soll der Brief zu einem festgesetzten Termin verschickt werden, kann das Datum auf den Umschlag geschrieben werden. Vor allem, wenn der Brief erst mehrere Monate nach Kurs-Ende eintrifft, kann er nachhaltige Impulse auslösen.		ManagerSeminare: Methodensammlung
T	Einsatzmöglichkeiten überlegen	(am Kurs-Ende) 1. Geben Sie den TN Zeit, um schriftlich festzuhalten, wie, wo und wann sie das Gelernte einsetzen werden. 2. Lassen Sie die TN überlegen, woran die Umsetzung scheitern könnte. 3. Lassen Sie die TN Gegenstrategien gegen das Scheitern suchen. 4. Geben Sie den TN den Auftrag, ihre Pläne mit jemand Betroffenenem zu besprechen.	Im besten Fall knüpfen diese Anwendungsmöglichkeiten an die herausgefundenen Defizite vor dem Kurs an.		
T	Fischteich - Fischnetz	(am Kurs-Ende) 1 Die TN halten auf zwei verschiedenfarbigen Papieren fest, was sie aus dem Kurs mitnehmen, und was sie dalassen. 2 Sie lesen vor, was sie dalassen wollen und zerknüllen das Papier und werfen es in die Mitte. 3 Sie lesen vor, was sie mitnehmen wollen und versorgen dieses Papier bei den Unterlagen.	Das Verkünden im Plenum unterstützt den Transfer. Und das Ritual macht Spass. Gleichzeitig ergibt diese Übung ein ideales Feedback für Kursleitung, inwiefern der Stoff „angekommen“ ist.	Unterrichtsmethoden	
T	Hausaufgabe	(laufend) Aufgaben, die individuell zu Hause parallel zum Kurs bearbeitet werden. Diese Aufgaben sollen herausfordern, Erfolgserlebnisse versprechen und interessant sein.	Zwischen zwei Kursblöcken gibt es gute Gelegenheiten für Beobachtungs- oder Übungsaufgaben. Lassen Sie die TN Fragen oder Fallbeispiele sammeln, geben Sie Ihnen Beobachtungs- oder Recherchier-Aufträge. Sie werden staunen, was die TN das nächste Mal mitbringen!		
T	Mein nächster Schritt	(am Kurs-Ende) Die TN formulieren den nächsten konkreten Schritt nach dem Kurs, und legen das Datum und die Erfolgskontrolle dafür fest. Der Entscheid wird in der Gruppe bekannt gemacht.	Nach dem ersten Schritt findet sich der weitere Weg oft wie von selbst. Deshalb ist es sinnvoll, diesen ersten Schritt möglichst konkret zu planen. Das Verkünden im Plenum unterstützt die Verbindlichkeit		
T	Praxisaufgaben der TN	(während des Kurses) Fragen Sie die Teilnehmenden, welche Aufgaben sie in der Praxis bewältigen müssen. Bringen Sie diese Aufgaben dann in den Kurs ein, erläutern Sie anhand dieser Aufgaben die typischen Fragestellungen und Lösungen. Die TN werden sehr davon profitieren.	Den Unterricht anhand von Aufgaben, die die TN tatsächlich in der Praxis zu lösen haben, zu gestalten, ist die wesentliche Vorbedingung zum erfolgreichen Transfer.		

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
T	Zusammenfassung	Die TN fassen das für sie selbst Wesentlichste zusammen und tragen es den anderen vor.	Eine schöne Variante: Die TN eine Karte mit passendem Sujet auswählen lassen und sie ihre Stichworte auf der Rückseite notieren lassen. Die Karte nehmen sie gerne mit.		
Z	Decke kehren	Eine Gruppe muss, auf einer Plane stehen, diese Plane umdrehen, ohne den Boden ausserhalb zu berühren. Diverse Zusatzregeln machen die Aufgabe spannend und herausfordernd.	Kooperation und Teamentwicklung	Kooperations-Training	Manager-Seminare: Methoden-sammlung
Z	Dilemma-Geschichten	anhand von Geschichten werden Dilemmas diskutiert und damit die moralische Kompetenz (Urteils- und Diskursfähigkeit) gefördert.			
Z	Fremdsprache	Kommunikation in einer unbekannt Sprache: Einsilbige sinnlose Worte um Gefühle auszudrücken und zu raten. Oder in einer unbekannt Sprache eine Geschichte erzählen. Die andern erraten, worum es geht.	Empathie- und Ausdruckstraining, Stimmschulung	Kommunikations-Training	G. Wallenwein
Z	Gordischer Knoten	Im engen Kreis stehend fasst jede Person mit geschlossenen Augen mit jeder Hand je eine andere Hand. Nun versucht die Gruppe, ohne loszulassen, wieder einen Kreis zu bilden	Kooperation, Knoten lösen	Spiele	G. Wallenwein
Z	Interviews				
Z	NASA-Experiment	Welche 15 Gegenstände sind die Wichtigsten? Ein Entscheidungs-, Kooperations- und Kommunikations-Spiel	bekannt, spannend, mit Musterlösung	Gruppendynamik konkret	G. Schilling
Z	Quadrate legen	vorbereitete Puzzleteile, die richtig zusammgelegt vier Quadrate ergeben, werden willkürlich an vier Gruppenteilnehmende verteilt. Jeder Person muss (ohne reden) ein Quadrat legen. Teile, die nicht verwendet werden können, werden zur freien Verfügung in die Mitte gelegt. Das Spiel dauert so lange, bis alle ihr Quadrat gelegt haben.	Kooperation und Teamentwicklung	Kooperations-Training	
Z	Rundum-Geschichte	Rundum-Geschichte: Jede Person ergänzt eine phantastische Geschichte mit einem Satz. Variante: mit vorgegebenen Stichworten.	Die in Spielwarenläden erhältlichen Story Cubes sind dafür und für andere Geschichten wunderbar	Strukturierende Methoden	
Z	Turmbau	Aus vorgegebenem Material einen möglichst hohen, selbst stehenden Turm bauen.	für Kooperation und Kommunikation		G. Schilling
Z	Werteübung	Es werden mindestens 20 Werte zur Verfügung gestellt. Die Lernenden kreuzen diejenigen Werte an, die sie für sich selbst als zutreffend empfinden (Freiheit, Sicherheit, Freundschaft, Leistungsfähigkeit, ...) und bringen dann die wichtigsten sechs Werte in eine Rangfolge. Anschliessend Diskussion im Plenum oder in Kleingruppen	fördert das Verständnis füreinander und Toleranz, Respekt		

	eigene Seite auf www.arbowis.ch	Methoden-Tabelle arbowis	Hinweis	Auf www.arbowis.ch erwähnt bei	Quelle
		Codes			
B	Beginnen, anfangen				
E	Evaluation, auswerten				
G	Gruppenbildung				
K	Kennenlernen				
L	Lernen, erarbeiten				
R	Reflektieren				
S	Spielen, auflockern				
T	Transfer				
Z	Zusammenarbeit, Team				
		Quellen			
	G. Schilling	Seminar-Spiele	Gert Schilling Verlag Berlin		
	G. Wallenwein	Spiele: Der Punkt auf dem i	BELTZ		
	N. Landwehr	Neue Wege der Wissensvermittlung			
	D. Wahl	Lernumgebungen erfolgreich gestalten	Klinkhardt Verlag		
	Z. Klein	Das tanzende Kamel	managerSeminare Verlags gmbh		
	P. Lahninger	leiten präsentieren moderieren	Ökoptopia Verlag (Ringbuch)		
	managerSeminare	Methodensammlung für Trainerinnen und Trainer	managerSeminare Verlags gmbh		
	managerSeminare	Spielbar Swiss Edition	managerSeminare Verlags gmbh		
	B. Kuhnt	Moderationsfibel Zukunftswerkstätten	ökoptopia Verlag		
	L. Kölbener	Praxisbuch Arbeitsgestaltung	Stiftung Arbeitsgestaltung (Ringbuch)		
		Wo nichts angegeben wurde, ist die Quelle für mich nicht mehr eruiert, da ich die Methode irgendwann erlebt habe und in mein Repertoire aufgenommen habe.	Ruth Meyer Junker		