

Unsere Top 10 Online Warming-Ups für Gruppenleiter_innen

Ein paar Tipps zum Aufwärmen gefällig? Speziell bei Online-Gruppenstunden helfen Warming-Ups, eine anfangs etwas verkrampte und unpersönliche Stimmung aufzulockern. Hier folgen unsere persönlichen Top 10 Online Warming-Ups!

Generelle Vorüberlegungen

- ✓ **Ziel:** Wofür möchtest du das Warming-Up bzw. die Warming-Ups einbauen? Was braucht deine Gruppe? Was macht ihr besonders Spaß?
- ✓ **Zeitpunkt:** Wann soll das Warming-Up eingesetzt werden? Zum Kennenlernen und Eis brechen, einfach mal zwischendurch, als Überleitung vor einem anderen Thema, gegen Ende wenn die Gruppe unruhiger wird o. Ä.? Wie lange sitzt ihr zu dem Zeitpunkt dann schon vor euren Bildschirmen?
- ✓ **(Technische) Ausstattung** deiner Gruppenkinder/ -jugendlichen: Hat jede_r einen Laptop oder sind sie mit ihrem Smartphone verfügbar? Bei vielen Spielen sind Headsets im Weg.
- ✓ **Verfügbarkeit:** Musst zumindest du als Gruppenleitung dich registrieren lassen, um das Tool nutzen zu können? (Achtung Datenschutz!)
- ✓ **Genaue Vorbereitung:** Bedenke die Kleinigkeiten, z. B. den Link vorher in einem Word-Dokument zu speichern und dann rechtzeitig in den Allgemein-Chat zu stellen.

Beispiele

Inhalt/ Ablauf
<p>1. Autodraw https://www.autodraw.com/</p> <p>Nutze Autodraw als Icebreaker bzw. zum Kennenlernen, um kostenlos und ohne Registrierung die Kinder und Jugendlichen mit einem Augenzwinkern malen zu lassen! Vorschlag: Ein Selbstporträt oder eine einfache Skizze eures Teams. Im Anschluss teilt jede_r ihren/ seinen Bildschirm und ihr bestaunt die Kunstwerke. Dabei geht es nicht um Perfektion. Spaßfaktor: Sehr wahrscheinlich hoch.</p>
<p>2. Tscheck In https://tscheck.in/</p> <p>Eine weitere Möglichkeit das Eis zu brechen bzw. das Kennenlernen zu vereinfachen. Der/die Moderator_in oder ein_e Teilnehmer_in (Link vorher in den Chat kopieren) teilt ihren/ seinen Bildschirm und wählt „shuffle“ und damit eine neue Frage (Achtung, die Fragen sind auf englisch)! Jede_r reihum steuert anschließend seine Antwort bei. Wenn ihr lieber eine andere Frage beantworten wollt, einfach wieder auf „shuffle“ klicken. Es gibt eine ganze Menge an Fragen zur Auswahl, die auch ein bisschen in die Tiefe gehen – lass dich überraschen! Sinnvoll für Jugendliche ab 16 Jahren. Extra-Tipp: Wähle oben links „tscheck out“, um Fragen am Ende eurer Gruppenstunde einzubauen.</p>
<p>3. Random picker wheel https://tools-unite.com/tools/random-picker-wheel</p> <p>Random picker wheel hilft euch zwischendurch bzw. auch beim Kennenlernen die Entscheidung abzunehmen, wer als nächste_r bzw. als Erste_r etwas sagt. Trage einfach die Vornamen deiner Gruppenmitglieder in die Tabelle ein, klicke auf „Update“ und dann direkt auf das Rad und es dreht sich! Ein einfaches, aber wirkungsvolles Tool. Für jedes Alter geeignet (ab dem man lesen kann).</p>



4. Tiger, Samurai, Oma

Schnick-Schnack-Schnuck war einmal, jetzt kämpfen Tiger, Samurai und Oma! Schicke deine Mitglieder für drei Minuten in Breakout Rooms. Wer sich für den Tiger entscheidet, formt die Hand zu einer Kralle und faucht die Gruppe an. Die Oma hebt ihren Zeigefinger und sagt dabei tadelnd "Na, na, na". Der Samurai ruft laut "Ha" und schlägt dabei mit seinem unsichtbaren Schwert von oben nach unten. Die Regeln lauten: Der Samurai schlägt den Tiger, der Tiger frisst die Oma und die Oma schüchtert den Samurai ein. (vgl. [Spieledatei, S. 23](#))

5. Lebhaftige Geschichte mit Gesten

Denk dir eine eigene Geschichte aus, in die du Gesten einbaust, die alle mitmachen müssen! Vorher beispielhaft eine Geste einüben, dabei immer möglichst übertreiben. Dabei simuliert ihr beispielsweise Wellen (Arme mit Wellenbewegungen), eine Siegerpose (Arme in die Luft) oder ihr friert jämmerlich. Du benötigst etwas Vorbereitungszeit, der Spaßfaktor kann aber – abhängig von deiner Geschichte – sehr hoch sein!

6. Grimassencontest

Küre die schrägste/ schönste/ verrückteste/ ungewöhnlichste/ seltenste Grimasse eures Teams; ein Foto bzw. Screenshot (Achtung Datenschutz) hält den Moment für die Ewigkeit fest (und verschönert eure Team-Foto-Galerie...). Einfach und macht Spaß!

7. Foto Warming-Up

Wenn deine Gruppe unruhiger wird, schicke sie (je nach Alter – Aufsichtspflicht) für fünf Minuten kurz vor die Haustür und lasse sie mit ihrem Handy ein Foto zu einem bestimmten Thema machen, z. B. zu „grau-in-grau“ oder „Spuren“, und es anschließend in die Kamera halten!

8. Touch something blue

Wird deine Gruppe noch unruhiger, baue dieses Warming-Up ein. Dabei müssen die Teilnehmer_innen möglichst schnell einen Gegenstand in die Kamera halten, der bestimmten Kriterien entspricht. Etwas Blaues zu berühren und in die Kamera zu halten ist da noch die einfache Variante. Wie wäre es mit etwas Dreieckigem, etwas Flüssigem, etwas Silbernem oder...

9. Bewegungs-Warming-Up

Auf geht's raus, ein Blatt, einen kleinen Stein o. Ä. holen. Der/ die Schnellste gewinnt den tosenden Applaus der gesamten Gruppe!

10. Sprechender Gegenstand

Jede_r Teilnehmer_in muss einen Gegenstand finden (z. B. nur aus der Küche/ vom Schreibtisch/ ...), der z. B. beschreibt:

- wie er/ sie sich das nächste Jahr wünscht
- wie es ihm/ ihr gerade geht
- was euer Team besonders macht

Wir wünschen euch viel Spaß beim Ausprobieren!

Bei Fragen oder Tipps für tolle Online Warming-Ups schreibt uns einfach an bildung@jugend-erzbistum-hamburg.de

Euer Team vom Fachbereich Bildung

