



Autor: Heinz-Dieter Ulrich

## Einleitung

Der schulische Unterricht ist nun seit vielen Wochen ganz oder teilweise ins virtuelle Klassenzimmer verlegt worden. Nach den ersten technischen Anlaufschwierigkeiten fragen sich die ein oder anderen Lehrkräfte, wie sie die aus Lions-Quest bekannten Energizer auch in ihrem digitalen Unterricht anwenden können, um die Schüler\*innen zwischendurch zu aktivieren oder die Konzentration wieder zu fördern. Wir haben einige neue, leicht anwendbare Online-Energizer für Sie zusammengestellt, die wir Ihnen hier in den kommenden Wochen zur Verfügung stellen werden.

Wichtig ist an dieser Stelle anzumerken, dass Lehrer\*innen vorab in Erfahrung bringen sollten, ob wirklich alle Kinder und Jugendlichen ihrer Lerngruppe am Online-Unterricht teilnehmen können und nicht aufgrund fehlender technischer Geräte davon ausgeschlossen sind. Falls die Teilhabe aller gesichert ist, wünschen wir viel Freude beim Ausprobieren der Energizer und freuen uns, von Ihren Erfahrungen zu hören.

## Online-Energizer 8 Hände schütteln zur Begrüßung

Die erste Person (links oben im Bildschirm) legt eine Hand an den rechten Rand des sichtbaren Bildschirms. Die daneben sichtbare Person legt eine Hand an den linken Rand des sichtbaren Bildschirms. Es soll der Eindruck entstehen, wie bei „Gib fünf“. Danach gibt die zweite Person es an die dritte weiter, usw.



Ist man bei der Person rechts am Bildschirm angekommen, gibt diese Person die Hand nach unten weiter. Die Person darunter legt die Hand an den oberen Rand des sichtbaren Bildschirms.

Da man bei dieser Übung etwas umdenken muss, ist sie meist sehr lustig für die Zuschauenden.