



Autorin: Nikola Poitzmann

## 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 7 Däumchen drehen

Unsere Hände sind im virtuellen Klassenraum in der Regel nicht zu sehen. In diesem Energizer werden sie aber zum Mittelpunkt des Geschehens. Alle heben die Hände in Höhe des Bildschirms, legen die Fingerkuppen aufeinander und beginnen mit dem klassischen Däumchen drehen, danach sind die Zeigefinger, anschließend die Mittelfinger, die Ringfinger und zum Schluss die kleinen Finger dran. Wetten, dass die Übung bei manchen Fingern gar nicht so leicht gelingt! Auch ein Blick auf die konzentrierten Gesichter der anderen könnte lustig werden.

