Auch der längste Weg beginnt mit dem ersten Schritt

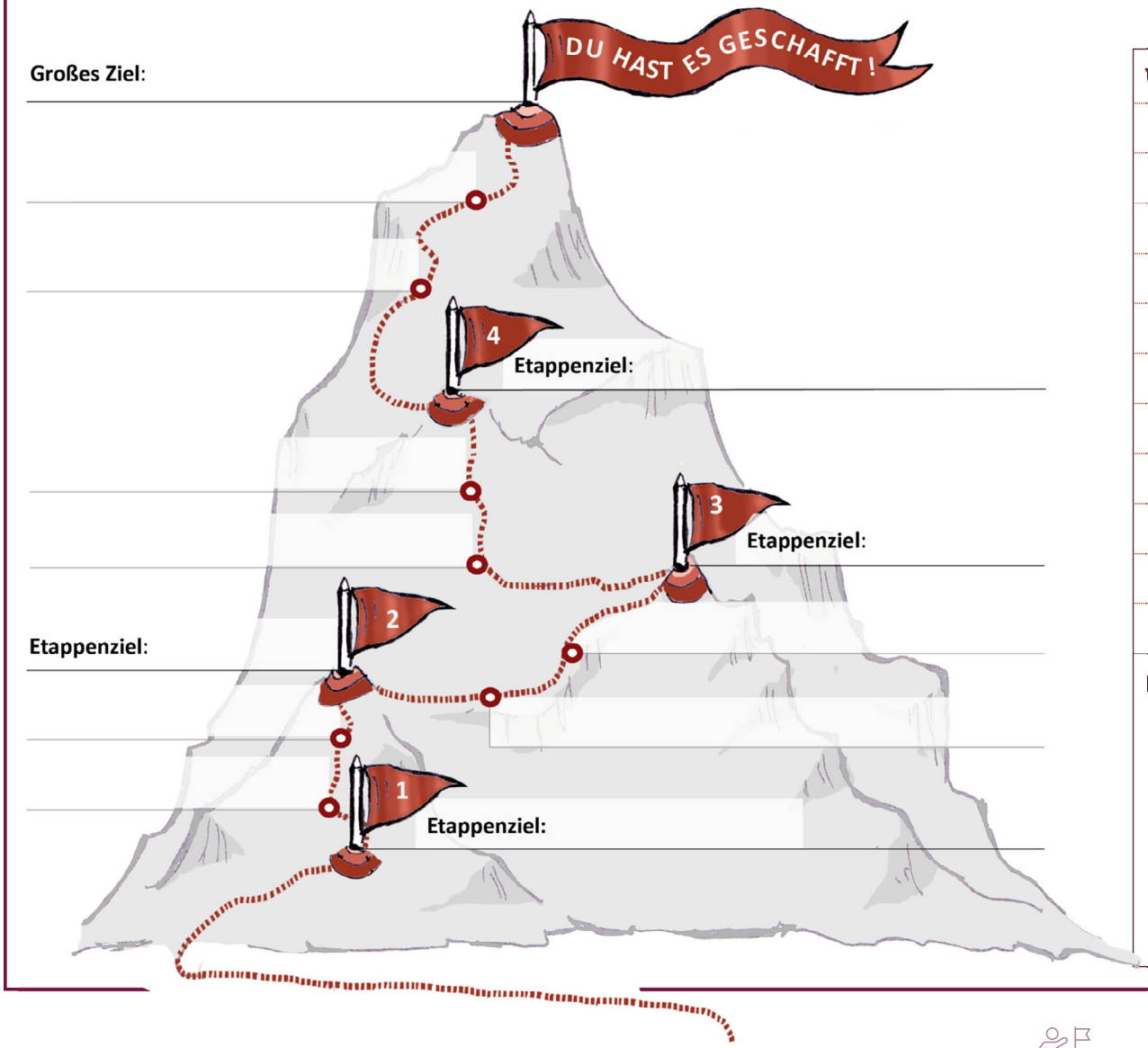


Didaktische Hinweise

Material	Kopiervorlage *Ausdauer 2* für jede Schülerin/jeden Schüler
Ziel	Schülerinnen und Schüler arbeiten ausdauernd an einem komplexen/langfristigen Ziel.
Sozialform	Einzelarbeit, gesamte Klasse
Durchführung	Komplexe Ziele scheinen oft unerreichbar, wodurch sich die Gefahr ergibt, dass man bei Schwierigkeiten vorschnell aufgibt. Teilt man das komplexe Fernziel jedoch in mehrere realistische Unterziele (Etappen), fördert dies die Motivation und Ausdauer, da diese Unterziele leichter zu erreichen sind. Das Erreichen jeder Etappe/jedes Unterziels sollte als kleiner Erfolg gefeiert werden. 1. Die Lehrperson teilt pro Schülerin/Schüler ein Arbeitsblatt aus (Kopiervorlage *Ausdauer 2*). 2. Sie erklärt die Sinnhaftigkeit von Zwischenzielen, z. B. anhand eines Vergleichs mit einer langen (mehrtägigen) Wanderung. 3. Die Schülerinnen und Schüler tragen nun das große Ziel (siehe Hinweis) ein und überlegen, bis wann das Ziel erreicht werden soll. Je nach Einsatz der Übung können alle das gleiche Ziel oder unterschiedliche Ziele haben. 4. Nun überlegen die Schülerinnen und Schüler, in welche konkreten Teilziele sie das große Ziel unterteilen können. Sie sollten mindestens vier Teilziele finden, es können aber natürlich auch weitere eingetragen werden. Für etwaige Notizen ist unten am Arbeitsblatt Platz. 5. Die Schülerinnen und Schüler überlegen, wann sie die Teilziele realistischerweise erreichen können/sollen und tragen die jeweilige Frist ein. Sinnvoll ist eine zeitlich annähernd gleichmäßige Verteilung. 6. In Einzelgesprächen oder im Plenum werden die Ziele besprochen. Die Lehrperson kann ihre Einschätzung abgeben, ob die Formulierung auch konkret genug und die Einteilung realistisch/schaffbar ist. (Nimmt man sich zu viel oder zu wenig vor, ist dies nicht motivierend – ggf. werden die Ziele oder Fristen adaptiert.) 7. Werden individuelle Ziele in der Klasse besprochen, schafft das Verbindlichkeit und hilft beim Durchhalten. Klassenkolleginnen und -kollegen können sich so gegenseitig bei Vorhaben unterstützen. 8. Zur Erinnerung können die Arbeitsblätter mit den Bergen aufgehängt oder in eine Mappe gegeben werden, bis das große Ziel erreicht wurde.
Hinweis	Die Übung kann bei individuellen Gesprächen oder mit der gesamten Klasse und auch bei diversen Zielsetzungen eingesetzt werden: z. B. Lesen eines Buches, Vorbereitung auf einen Test, Verbesserung einer Note, Absolvieren eines größeren Projekts usw.

Auch der längste Weg beginnt mit dem ersten Schritt

Name: _____ Datum: _____



Wann?

Hier ist Platz für Notizen:

PÄDAGOGISCHE HOCHSCHULE SALZBURG Stefan Zweig

ÖZBF Österreichisches Zentrum für Begabtenförderung und Begabungsforschung

IfBQ Institut für Bildungsmonitoring und Qualitätsentwicklung

Impressum

Autorinnen:
Mag.ª Silvia Theiss MSc, Mag.ª Barbara Gürtler, MMag.ª Dr.in Claudia Resch BA, Mag.ª Anja Schulz
Österreichisches Zentrum für Begabtenförderung und Begabungsforschung (ÖZBF) an der Pädagogischen Hochschule Salzburg Stefan Zweig

Mit freundlicher Unterstützung der Bundeslandkoordinatorinnen für iKM^{PLUS}:
Heidrun Ziegler BEd. und Mag.ª Elisabeth Fuchs

Comics: Mag.ª Anna Klaffinger BA

Alle nicht mit einer anderen Quellenangabe gekennzeichneten Bilder: Mag.ª Anna Klaffinger BA
Alle nicht mit einer anderen Quellenangabe gekennzeichneten Übungen: Team des ÖZBF

Fragebogen-Items (2020): Institut für Bildungsmonitoring und Qualitätsentwicklung (IfBQ), Hamburg