

# WARM-UPS

Anleitungen



# WARUM WARM-UPS?

- ✓ Kennenlernen der anderen Teilnehmenden
- ✓ Stimmung auflockern und Hemmungen überwinden
- ✓ Erhöhung des Energielevels
- ✓ Förderung von Kreativität und Fantasie
- ✓ Kennenlernen der Tools, Methoden sowie Arbeits- und Denkweisen des Workshops



**WARM-UP:  
PORTRAITS ZEICHNEN**

# WARM-UP: PORTRAITS ZEICHNEN

<b>Ihre Aufgabe</b>	Finden Sie sich in Zweier-Gruppen zusammen. Zeichnen Sie ein Portrait von Ihrem Partner bzw. Ihrer Partnerin. Unterschreiben Sie das Portrait nach Ablauf der Zeit mit „Von [Ihr Name] für [Ihr:e Zeichenpartner:in] am [Datum].“
<b>Ziel</b>	Übergeben Sie das fertige Portrait nach Ablauf der Zeit an Ihre:n Partner:in.
<b>Regeln</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ 2 Minuten Zeit</li><li>▪ Beim Zeichnen nicht auf das Blatt schauen</li><li>▪ Stift nicht absetzen</li></ul>

# WARM-UP: WO IST?



# ONLINE WARM-UP: WO IST?

<b>Vorbereitung</b>	Schalten Sie bitte Ihre <b>Kamera</b> ein. Stellen Sie die Ansicht auf „ <b>Galerieansicht</b> “ um.
<b>Aufgabe</b>	Es wird gleich der Name eines:r Teilnehmenden genannt. Suchen Sie die Person in der Galerie und zeigen Sie so schnell wie möglich in Richtung dieser Person. Wenn Sie die ausgewählte Person sind und alle auf Sie zeigen, winken Sie und stellen Sie sich kurz vor. Bestimmen Sie dann die nächste Person, die in der Galerie gesucht werden soll.
<b>Ziel</b>	Verschaffen Sie sich einen Überblick über die anderen Teilnehmenden

# WARM-UP: KENNENLERN- BINGO

A 5x5 bingo card with a central 'FREE SPACE' and numbers in the other cells. The card is tilted and overlaid on other similar cards. The numbers are arranged in a standard 75-ball bingo pattern: 1-15 in the first column, 16-30 in the second, 31-45 in the third, 46-60 in the fourth, and 61-75 in the fifth.

1	28	41	49	
12	18	38	60	56
2	17	<b>FREE SPACE</b>	56	61
7	16	40	48	69
13	26	34	57	63

# WARM-UP: KENNENLERN-BINGO

<b>Aufgabe</b>	Finden Sie für jedes Kästchen Ihres Bingo-Bogens eine Person, auf die die entsprechende Aussage zutrifft. Lassen Sie diese Person in dem Kästchen unterschreiben.
<b>Ziel</b>	Vervollständigen Sie als erste:r eine komplette Reihe (horizontal, vertikal oder diagonal). Rufen Sie laut „BINGO“!
<b>Regeln</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Jede Person erscheint nur einmal pro Bingo-Blatt.</li><li>▪ Adressieren Sie die anderen Teilnehmenden mit konkreten Vermutungen.</li><li>▪ Zeigen Sie ihr Blatt nicht.</li></ul>

Fahren Sie mit dem Fahrrad zur Arbeit?

# WARM-UP: ALLE, DIE



# ONLINE WARM-UP: ALLE, DIE

<b>Vorbereitung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Schalten Sie bitte Ihre Kamera ein.</li><li>▪ Stellen Sie Ansicht auf „Galerieansicht“ um.</li><li>▪ Kleben Sie Ihre Webcam mit einem Post-it ab.</li></ul>
<b>Aufgabe</b>	Es wird gleich ein Statement vorgelesen, wenn diese Aussage auf Sie zutrifft, nehmen Sie den Post-it vor Ihrer Kamera ab.
<b>Ziel</b>	Schauen Sie sich um und sehen Sie, auf wen das Statement ebenfalls zutrifft.



**WARM-UP:  
WER BIST DU?**

# WARM-UP: WER BIST DU?

<b>Aufgabe</b>	Nutzen Sie die Post-its, die Sie erhalten haben und zeichnen Sie kleine Illustrationen, die Sie beschreiben und mit denen Sie sich vorstellen können.
<b>Ziel</b>	Erzählen Sie den anderen Teilnehmenden anhand Ihrer bemalten Klebezettel etwas über sich.
<b>Regeln</b>	Sie dürfen nun zeichnen, aufgeschrieben werden darf nichts.



WARM-UP:  
WER BIST DU?

# ONLINE WARM-UP: WER BIST DU?

<b>Aufgabe</b>	Nutzen Sie das digitale Whiteboard-Tool, um eine Collage über sich zu erstellen. Nutzen Sie Bilder, Symbole, Smileys etc.
<b>Ziel</b>	Erzählen Sie den anderen Teilnehmenden anhand Ihrer Collage, wer Sie sind.
<b>Regeln</b>	Sie dürfen nun graphische Elemente benutzen, aufgeschrieben werden darf nichts.



WARM-UP:  
**WÄRE ES NICHT  
TOLL, WENN...**

# WARM-UP: WÄRE ES NICHT TOLL, WENN...

<b>Schritt 1</b>	Schreiben Sie den Satzanfang „ <b>Wäre es nicht toll, wenn...</b> “ auf Ihren Zettel und ergänzen Sie den Satz mit einer kreativen Idee.
<b>Schritt 2</b>	Geben Sie den Zettel nach links weiter

# WARM-UP: WÄRE ES NICHT TOLL, WENN...

<b>Schritt 1</b>	Schreiben Sie den Satzanfang „Wäre es nicht toll, wenn...“ auf Ihren Zettel und ergänzen Sie den Satz mit einer kreativen Idee.
<b>Schritt 2</b>	Geben Sie den Zettel nach links weiter.
<b>Schritt 3</b>	Lesen Sie sich den Satz auf dem Zettel, den Sie erhalten haben durch. Schreiben Sie dann den Satzanfang „ <b>Ja, dann lass uns...</b> “ und ergänzen Sie den Satz mit einer möglichen Ergänzung/Weiterentwicklung der beschriebenen Idee.
<b>Schritt 4</b>	Geben Sie den Zettel wieder nach links weiter.

# WARM-UP: WÄRE ES NICHT TOLL, WENN...

<b>Schritt 5</b>	Lesen Sie sich die ersten beiden Sätze auf dem Zettel, den Sie erhalten haben durch. Schreiben Sie dann den Satzanfang „ <b>Komm, dann machen wir...</b> “ und ergänzen Sie den Satz mit einer möglichen Umsetzung der Idee.
<b>Schritt 6</b>	Lesen Sie sich die Zettel gegenseitig vor.



WARM-UP:  
**SOMMERPARTY**

# ONLINE WARM-UP: SOMMERPARTY TEIL 1

<b>Aufgabe</b>	Planen Sie gemeinsam mit den anderen Teilnehmenden eine <b>Sommerparty</b> .
<b>Ziel</b>	Tragen Sie möglichst viele kreative Ideen zusammen.
<b>Regeln</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Es geht reihum.</li><li>▪ Steuern Sie einen Satz pro Runde bei.</li><li>▪ Beginnen Sie diesen Satz immer mit „<b>JA, ABER...</b>“.</li><li>▪ Bauen Sie auf die Idee Ihres Vorredners auf.</li></ul>

# ONLINE WARM-UP: SOMMERPARTY TEIL 2

<b>Aufgabe</b>	Planen Sie gemeinsam mit den anderen Teilnehmenden eine <b>Sommerparty</b> .
<b>Ziel</b>	Tragen Sie möglichst viele kreative Ideen zusammen.
<b>Regeln</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Es geht reihum.</li><li>▪ Steuern Sie einen Satz pro Runde bei.</li><li>▪ Beginnen Sie diesen Satz immer mit „<b>JA, UND...</b>“.</li><li>▪ Bauen Sie auf die Idee Ihres Vorredners auf.</li></ul>

# ONLINE WARM-UP: SOMMERPARTY - ERGEBNIS

Welche Runde hat mehr  
Spaß gemacht?

Wie unterscheiden sich die  
Ergebnisse der beiden  
Runden?

Wie haben Sie sich bei den  
beiden Runden jeweils  
gefühlt?

Was ist Ihnen sonst noch  
aufgefallen?

A graphic on a blue background showing a paper airplane race. Five paper airplanes are shown: one yellow one is in the lead on a straight dashed line, while four white ones are on wavy dashed lines behind it. A white speech bubble with a blue border contains the title text.

# WARM-UP: PAPIERFLIEGER- RENNEN

# WARM-UP: PAPIERFLIEGER-RENNEN

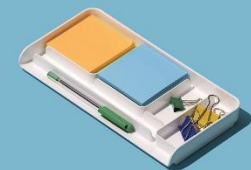
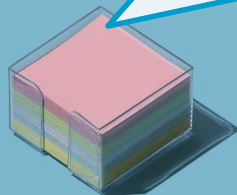
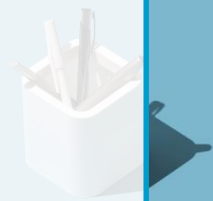
<b>Aufgabe</b>	Bilden Sie Dreier-Gruppen. Basteln Sie gemeinsam einen Papierflieger.
<b>Ziel</b>	Einen Papierflieger bauen, der besonders weit fliegt.
<b>Regeln</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Nur <b>eine Minute</b> Zeit!</li></ul>

# WARM-UP: PAPIERFLIEGER-RENNEN

<b>Aufgabe</b>	<p>Stellen Sie sich Rücken an Rücken mit Ihren Team-Mitglieder:innen auf und haken Sie Ihre Arme ein.</p> <p>Stellen Sie sich an der Startlinie auf und werfen Sie auf Kommando Ihren Papierflieger.</p>
<b>Ziel</b>	<p>Versuchen Sie mit Ihrem Dreier-Team als Erstes den Papierflieger über die Ziellinie zu werfen.</p>
<b>Regeln</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Durchgängig eingehakt bleiben</li><li>▪ Papierflieger darf mehrmals geworfen werden</li></ul>



WARM-UP:  
FINDE EINEN  
GEGENSTAND



# ONLINE WARM-UP: FINDE EINEN GEGENSTAND

<b>Vorbereitung</b>	Schalten Sie bitte Ihre <b>Kamera</b> ein. Stellen Sie Ihre Ansicht auf <b>Rasteransicht</b> um.
<b>Aufgabe</b>	Sie bekommen gleich einen Gegenstand beschrieben. Versuchen Sie so schnell, wie möglich einen Gegenstand dieser Art in Ihrem Raum zu finden. Halten Sie den Gegenstand in die Kamera.
<b>Ziel</b>	Seien Sie nicht die letzte Person, die ihren Gegenstand in die Kamera hält!
<b>Regeln</b>	Wenn Sie als letztes einen passenden Gegenstand finden, sind Sie dran. Stellen Sie sich kurz vor und beschreiben Sie dann, welcher Gegenstand als nächstes gesucht werden soll.



COOL DOWN:  
**BRIEF AN MICH**

# COOL DOWN: BRIEF AN MICH

<b>Aufgabe</b>	Schreiben Sie einen Brief an sich selbst, in dem Sie die wichtigsten Erkenntnisse und besonders interessante Inhalte des Workshops festhalten.
<b>Ziel</b>	Schreiben Sie alles auf, was Sie nicht vergessen und im Arbeitsalltag anwenden wollen.