



Kofinanziert von der
Europäischen Union



GAMING
DISORDERS

Langfristige Wirkung und Nachhaltigkeit schaffen

Tag der Naturerkundung: Digitales trifft auf Natur

Programm zur digitalen Entgiftung für Teenager



Escola Profissional de Cortegaça
OVARFORMA - Ensino e Formação Lda.

Inhaltsverzeichnis

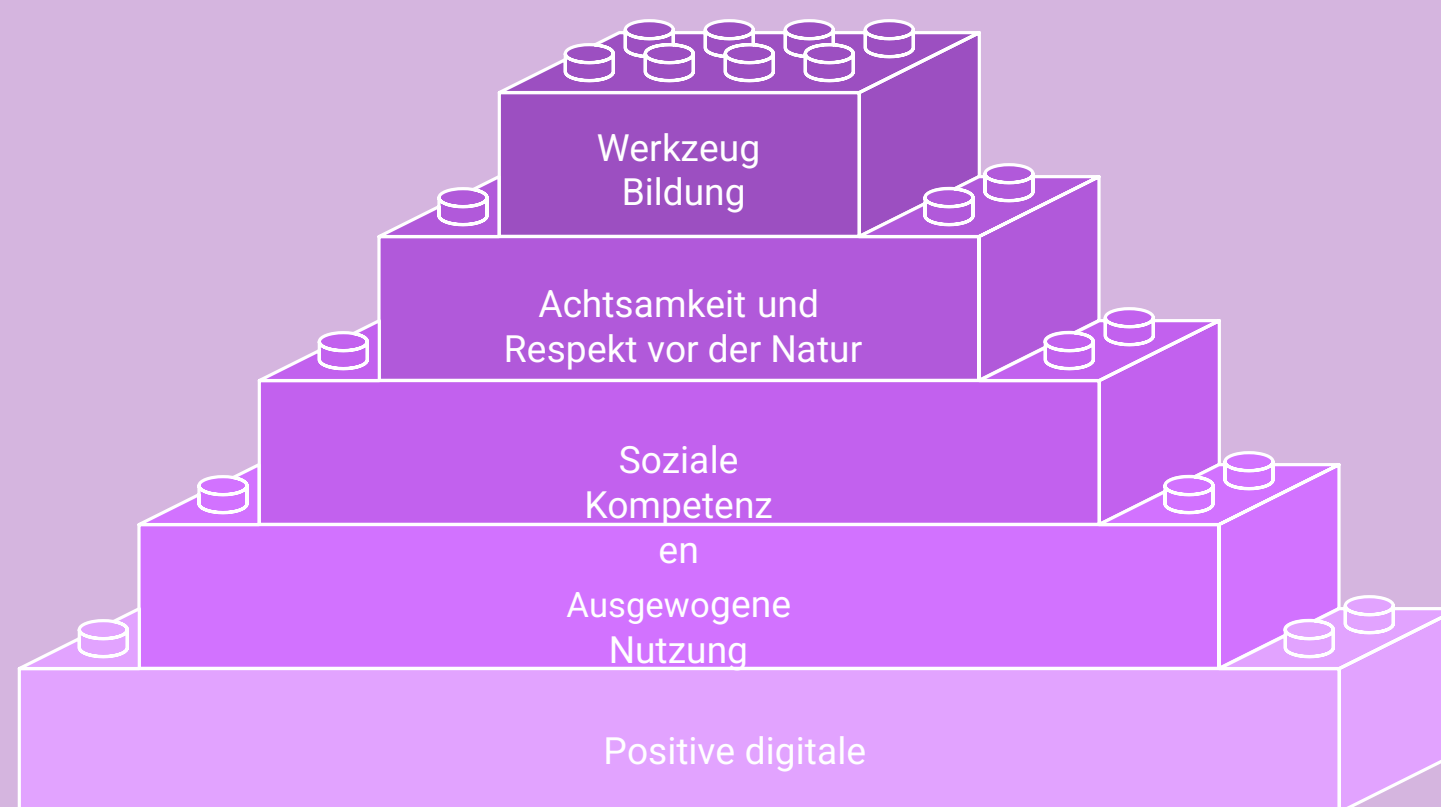
1. Programmziele
2. Zielgruppe
3. Kontext und Grundlage
4. Digitaler Detox: Strategien und Vorteile
5. Umsetzungsmodalitäten
6. Empfohlene digitale Tools
7. Aktivitätenplan:
 - A. Außerhalb der Schule
 - B. Innerhalb der Schule
8. Tragen Delightex (CoSpaces)
9. Reflexionsfragen
10. Lehrerempfehlungen
11. Bewertungsfragebogen

1. Ziele

Programmziele

- Fördern Sie eine bewusste und positive digitale Auszeit.
- Sensibilisierung für den ausgewogenen Einsatz von Technologie.
- Es fördert Kooperation und soziale Kompetenzen ohne Bildschirme.
- Entwickle Beobachtungsgabe, Achtsamkeit und Respekt vor der Natur.
- Technologie sollte als Lernwerkzeug und nicht als Ablenkung eingesetzt werden.

Pyramide der digitalen Entgiftung



2. Zielgruppe

Zielgruppe

Studenten:

- Altersgruppe: Schüler der Oberstufe (12 bis 18 Jahre).

Lehrer und Schulpersonal:

- Rolle: Moderatoren oder Teilnehmer der Aktivität, die ein digitales Gleichgewicht vorleben und die Schüler anleiten.

Eltern: (optional)

- Rolle: Beobachter oder Assistenten während der Aktivität, um die Bedeutung der digitalen Auszeit zu Hause zu unterstreichen.

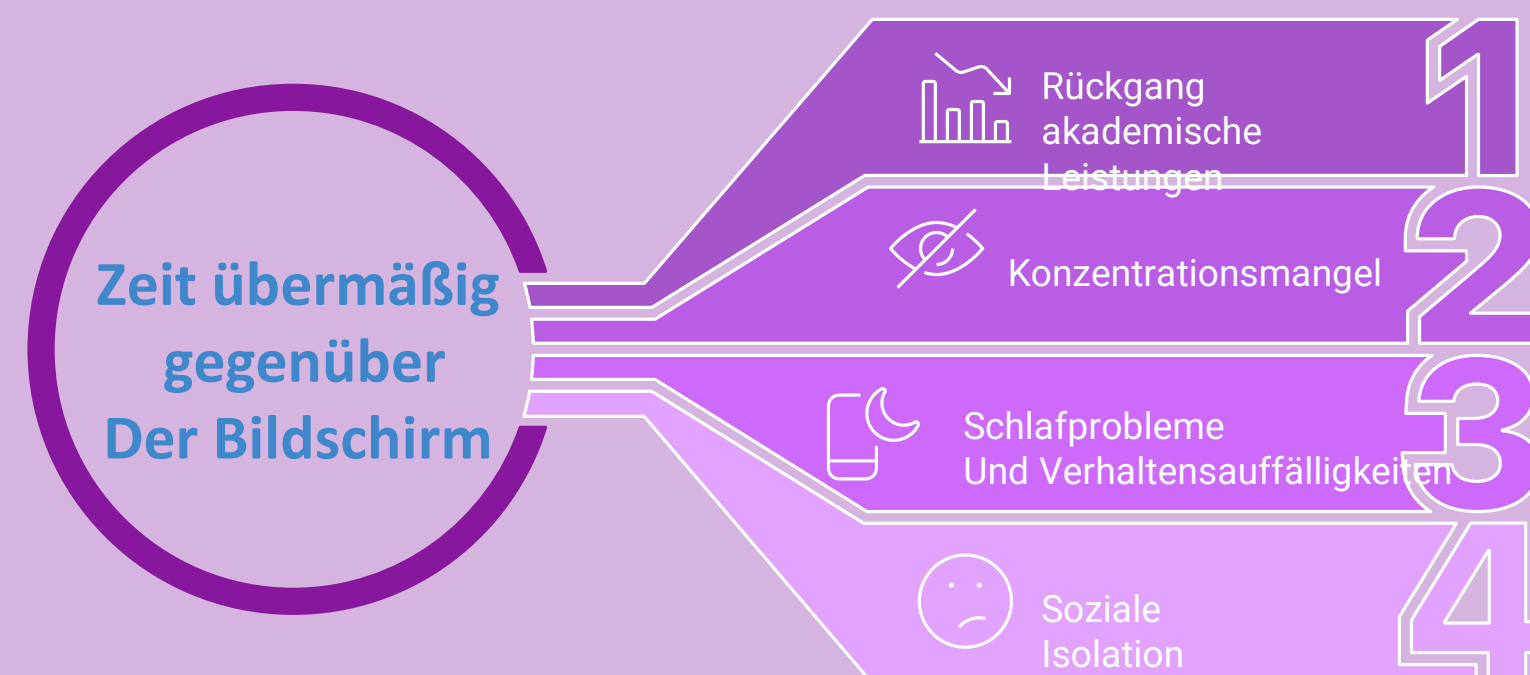
Mitglieder der Gemeinschaft: (optional)

- Umweltpädagogen oder lokale Freiwillige, die ihr Fachwissen einbringen oder die Veranstaltung unterstützen.



3. Kontext und Begründung

Kontext und Grundlage



4. Digital Detox: Strategien und Vorteile

Digitaler Detox

- Digital Detox ist der Prozess der freiwilligen Reduzierung des Gebrauchs elektronischer Geräte wie Mobiltelefone, Computer und sozialer Medien, um das Wohlbefinden zu verbessern und das Gleichgewicht zwischen digitalem und realem Leben wiederherzustellen.
- Digital Detox bedeutet nicht, Technologie vollständig zu eliminieren, sondern vielmehr zu lernen, sie bewusst und ausgewogen zu nutzen, um unsere Lebensqualität zu verbessern.
- Es wird empfohlen, die verschiedenen Umsetzungsmöglichkeiten mit der Gruppe junger Menschen zu testen und die digitale Entgiftung schrittweise und überlegt einzuführen, wobei stets die Vorteile für sie hervorgehoben werden sollten.
- Es geht auch darum, Technologie in verschiedenen Anwendungsbereichen einzusetzen. Augmented-Reality-Anwendungen werden als Möglichkeit vorgeschlagen, Technologie so zu nutzen, dass sie junge Menschen anspricht und es ihnen ermöglicht, Inhalte zu erstellen und diese mit verschiedenen Mobilgeräten zu verwenden.



Strategien für eine effektive digitale

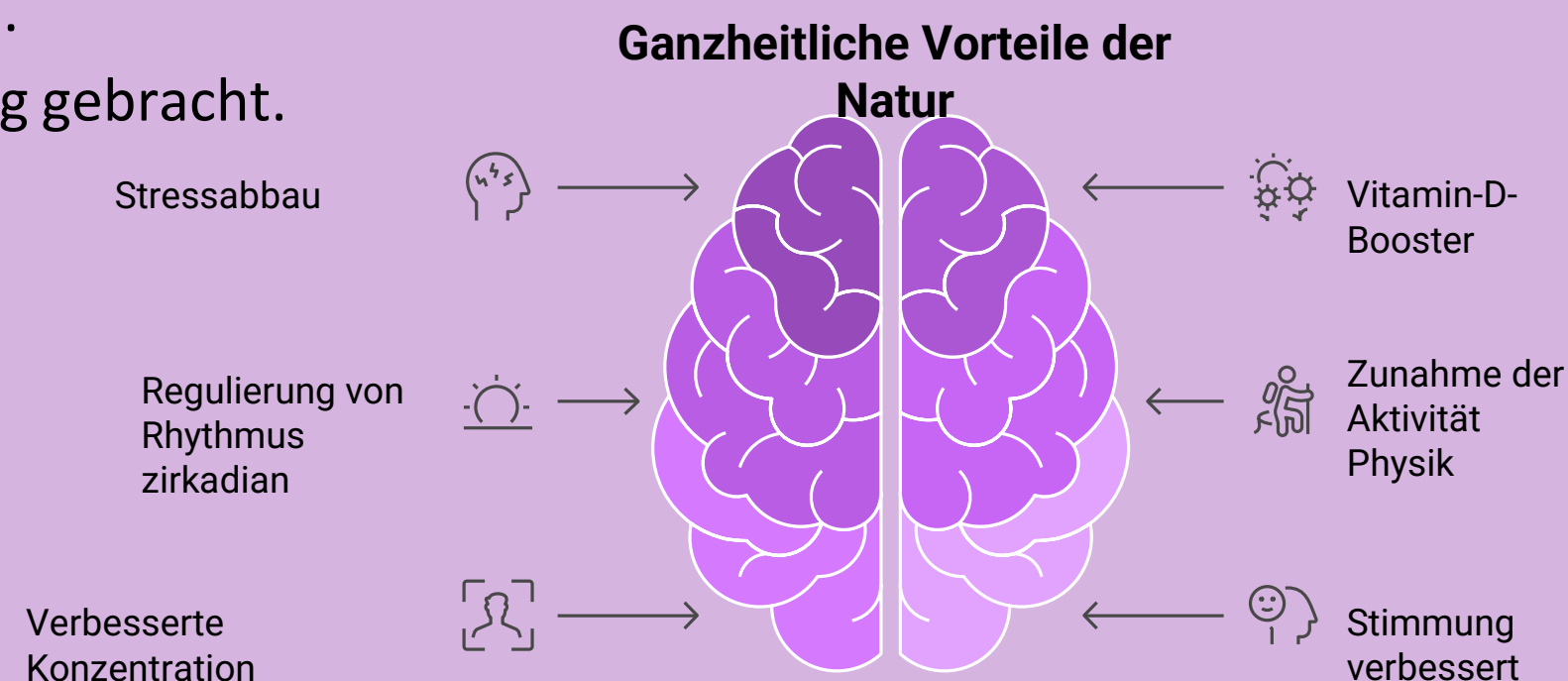
Entgiftung:

- Legen Sie feste Zeiten fest: Begrenzen Sie die Nutzungsdauer des Geräts, insbesondere vor dem Schlafengehen.
- Schaffen Sie technologiefreie Zonen: Vermeiden Sie die Verwendung von Bildschirmen in Räumen wie dem Esszimmer oder dem Schlafzimmer.
- Benachrichtigungen deaktivieren: Das reduziert Ablenkungen und die Notwendigkeit, ständig auf das Handy zu schauen.
- Beschäftigen Sie sich mit alternativen Aktivitäten: Ermutigen Sie zu Bewegung, Lesen oder Meditation, um die Bildschirmzeit zu ersetzen.



Vorteile der digitalen Entgiftung:

- Gesundheitliche Vorteile eines bewegungsvollen Lebensstils bei Studenten:
 - ✓ Der Kontakt mit der Natur reduziert Stress und Angstzustände und senkt den Spiegel des Stresshormons Cortisol.
 - ✓ Durch Sonneneinstrahlung wird die Produktion von Vitamin D gesteigert, das für Knochen und Immunsystem unerlässlich ist.
 - ✓ Die Einwirkung von natürlichem Licht reguliert den zirkadianen Rhythmus und hilft ihnen so, besser zu schlafen.
- Die Natur motiviert jeden zu mehr Bewegung, sei es Spaziergehen, Joggen oder Sport im Freien.
- Es steigert die Konzentration und Kreativität, hilft, Ideen und Gedanken zu klären und fördert innovative Problemlösungen.
- Verbessert die Stimmung: Die Natur wird damit in Verbindung gebracht mit einem gesteigerten Gefühl von Glück und Wohlbefinden.



5. Implementierungsmethoden

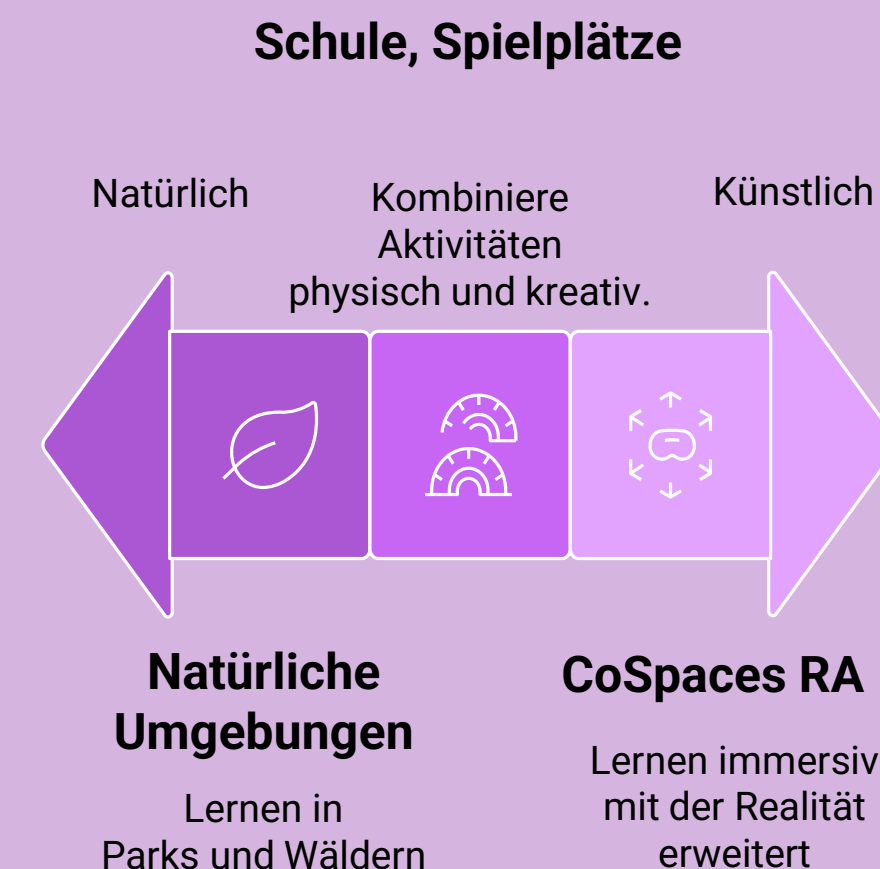
Umsetzungsmodalitäten

A. Außerhalb der Schule:

- Natürliche Umgebungen (Parks, Wälder)
- Plane eine Route, die es dir ermöglicht, verschiedene Konzepte zur Bedeutung von Auszeiten zum Abschalten anzuwenden. Du kannst auch Apps nutzen, die die Route mit Wissen und Mehrwert bereichern. Die Lehrkraft wird die Schülerinnen und Schüler jederzeit bei der Nutzung der Apps unterstützen.
- Nutzung von Bildungsanwendungen zur Identifizierung Flora/Fauna und folgen Sie den Routen.

B. Innerhalb der Schule:

- Nutzung von Kinderspielplätzen, Grünflächen und Turnhalle.
- Körperliche, sensorische und kreative Aktivitäten.
- Integration von CoSpaces AR für immersive Erlebnisse



6. Empfohlene digitale Werkzeuge

Empfohlene digitale Werkzeuge I

Je nach den Gegebenheiten des natürlichen Weges können Sie einige von uns empfohlene Hilfsmittel verwenden:

🌱 Pflanzen- und Tierbestimmung:

- PlanNet → plantnet.org
- iNaturalist → innaturalista.org
- Suche (von iNaturalist)

🕒 Erweiterte Realität/interaktive Szenen:

- Delightex (ehemals CoSpacesEdu) → <https://www.delightex.com/cospaces.io/education>

BERATUNG:

Wir können die Möglichkeiten, die uns die Technologie bietet, mit Aktivitäten im Freien verbinden.

Empfohlene digitale Werkzeuge II

📍 Routen und Orientierung::

- Komoot → [komoot.com](https://www.komoot.com)
- Wikiloc → [wikiloc.com](https://www.wikiloc.com)
- Alle Trails → [alltrails.com](https://www.alltrails.com)

🔭 Hinweis::

- Den Merlin identifizieren → [merlin.allaboutbirds.org](https://www.merlin.allaboutbirds.org)
- Sky View Lite (Android) → [Google Play](https://play.google.com/store/apps/details?id=com.skyviewlite)
- Sky View Lite (iOS) → [App Store](https://apps.apple.com/us/app/sky-view-lite/id1444444444)



7. Aktivitätsplan

Aktivitätenplan (Zusammenfassung)

- Willkommen und symbolische Trennung
- Sensorische Erkundung + AR-Anwendungen (CoSpaces)
- Kooperative Schnitzeljagd ohne Bildschirme
- Achtsames Mittagessen (optional)
- Kreativwerkstatt (virtuelle Welt des Gleichgewichts)
- Abschluss und persönliche Verpflichtungen
- Wechselmomente mit und ohne Technologie.



Aktivitätsplan – außerhalb der Schule

Begrüßung und symbolische Trennung (20 Min.) Warum ist das wichtig?

- Dies ist die pädagogische Grundlage der gesamten Exkursion. Sie dient dazu:
 - ✓ Schaffen Sie sich ein mentales Rahmenwerk (warum wir ausgehen, wie wir arbeiten werden).
 - ✓ Erwartungen und Standards (Sicherheit, Umweltschutz, Technologieeinsatz) aufeinander abstimmen.
 - ✓ Angst reduzieren (Kenntnis der Route, der Schilder, der Rollen, was zu tun ist, wenn ich mich verirre/mich unwohl fühle).
 - ✓ Gemeinschaftsbildung (Kreis, Tagesziele, Aufgabenverteilung).

Ehemalige Vorbereitungsempfehlungen

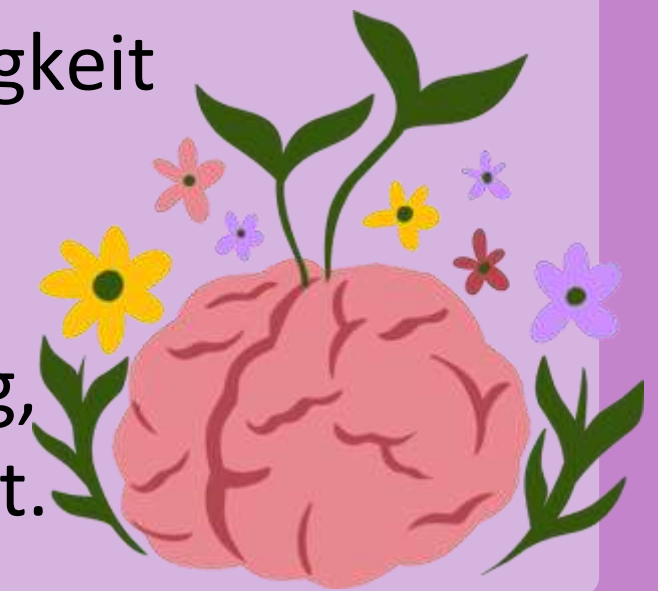
- Vorherige Vorbereitung (berechnen Sie die Zeit anhand Ihrer Schule und deren Abläufen)
- Ausstiegs- und Fotogenehmigungen, Benachrichtigung von Familienangehörigen, Erste-Hilfe-Set und Routenbesprechung.
- Apps herunterladen und testen (Flora-/Vogel-/Himmelsbestimmung und AR).



Aktivitätsplan – außerhalb der Schule

Willkommen und symbolische Trennung. Wichtige Beiträge.

- Situationsbezogenes und einprägsames Lernen, weil die Inhalte in realen Erfahrungen (Gerüchen, Texturen, Orientierung) verankert sind, was das Behalten und die Bedeutung verbessert.
- Die Natur reduziert Stress und fördert anhaltende Aufmerksamkeit, sorgt für Wohlbefinden und Selbstregulation; sie ist ein „Reset“, der soziale Interaktion und Bildschirmzeit in Einklang bringt.
- Entwicklung von Schlüsselkompetenzen durch Forschung (erfragen, klassifizieren, aufzeichnen), Kommunikation (Teamrollen, zuhören), Bürgerschaft und Nachhaltigkeit (Umweltschutz).
- Es sollten Regeln für die Nutzung mobiler Geräte festgelegt werden, die einen kritischen Umgang mit Technologie fördern: Das Mobiltelefon wird zum Werkzeug, nicht zur Ablenkung, und wird gezielt und nur in begrenzten Momenten eingesetzt.



Aktivitätsplan – außerhalb der Schule



BERATUNG:

Die Abschaltung sollte durch eine Geste (z. B. B. das Verstauen des Handys in einer nummerierten Tasche) und ein Austrittssignal (z. B. ein Teamarmband oder ein Explorer-Pass) formalisiert werden. Dieses Ritual fördert Achtsamkeit und legitimiert bildschirmfreie Momente.

Was der Lehrer in der Begrüßung erklären sollte (Kurzfassung):

- Definiere den Zweck In A Gebiet : „Heute werden wir erkunden den Park beobachten, kooperieren und Technologie nutzen nur wenn es heißt: „Trägt zum Lernen bei.“
- Zeitlich festgelegter Ablauf: Sinnesspaziergang → Identifizierung → Gymkhana → Achtsames Picknick → Kreativität → Abschluss.
- Standards Grundlagen : Einteilung in Gruppen , Treffpunkte , Hinweisschilder , Respekt für die Umwelt , Mobiltelefon - Freizeit .
- Rollen und Teams: Wer ist Leiter, der die Zeit verwaltet und die Materialien
- Sicherheit: Was tun, wenn jemand Bedürfnisse hat oder Hilfe braucht? Allergien/Bäder, Flüssigkeitszufuhr, Sonnenschutzmittel, Hut.
- Bewertung: Was beweist Werden wir (Feldnotizbuch, Foto der Arbeit, kurze Erläuterung) sammeln?
- Trennen symbolisch : „ Parken “ Telefone oder Flugmodus bis digitales Schloss ; jedes Student Aktie A Absicht (z. B. „Heute werde ich zuhören“) „Ich werde mehr auf den Bildschirm schauen als auf alles andere .“

Aktivitätsplan - A.

Außerhalb der Schule

Die weitere Entwicklung: Wie man den Faden aufrechterhält

- Beobachtung → Erkundung → Zusammenarbeit → Schöpfung → Reflexion. Diesen roten Faden sollten Sie in jedem Abschnitt beibehalten.
- Pädagogische Brücken: Nach der Identifizierung fragen Sie: „Welches Muster erkennen Sie?“; nach der Schatzsuche stellen Sie Verbindungen zu sozialen Kompetenzen her; im kreativen Prozess synthetisieren Sie Ihre Erfahrungen in einem Kunstwerk oder einem Land-Art-Projekt.
- Kurze Schlussbesprechungen pro Block: 2-3 Minuten für die Präsentation der Ergebnisse; vermeiden Sie es, die volle Bedeutung erst am Ende zu vermitteln.
- Transfer in den Unterricht: Planen Sie eine Folgeaktivität (z. B. ein Wissenschaftsposter, eine Geschichte, Daten zur Biodiversität der Schule).

BERATUNG:

Es geht nicht darum, einfach nur „spazieren zu gehen“, sondern darum, ein Erlebnis mit klaren Regeln, lernfördernder Technologie und einem einladenden Ritual zu gestalten, das die Aufmerksamkeit lenkt, für Sicherheit sorgt und die Klasse darauf vorbereitet, jede Minute im Freien optimal zu nutzen.

Aktivitätsplan - A.

Außerhalb der Schule

Sinneserfahrung + Digitale Unterstützung (30–60 Min.)

- Blockziele
 - ✓ Fördern Sie bewusste Beobachtung und Respekt für die Umwelt.
 - ✓ Technologie gezielt einsetzen, um Phänomene/Natur zu identifizieren.
 - ✓ Halten Sie einfache Beweise in einem Feldnotizbuch fest.
- Gruppierungen und Rollen (bleiben im gesamten Block erhalten)
 - ✓ Heterogene Paare oder Trios.
 - ✓ Wechselnde Rollen: Entdecker (beobachtet/weist darauf hin), Naturforscher (bedient die Anwendung, wenn angebracht), Chronist (zeichnet/macht Notizen).
- Materialien pro Team
 - ✓ 1 Notizbuch + Bleistift/Klemmbrett.
 - ✓ 1 Gerät (Flugmodus aktiviert; GPS nach Möglichkeit) mit zuvor getesteten Anwendungen .
 - ✓ Feuchttücher/Gel zur Hygiene nach dem Berühren natürliche Oberflächen.
 - ✓ (Optional) 1 einfache Lupe.



Aktivitätsplan - A.

Außerhalb der Schule

1) Sinnesspaziergang ohne Bildschirm: 10 Minuten

- Setup: Erster Kontakt, keine Geräte.
 - ✓ Bereich: Sicherer Bereich des Parks/Waldes mit ausgewiesenen Haltepunkten (vorher markiert).
- Unterrichtsskript (2')
 - ✓ Zehn Minuten lang nutzen wir nur unsere Sinne. Wir gehen schweigend; wenn ich meine Hand hebe, bleiben wir stehen und konzentrieren uns auf einen Sinn.
- Sequenz (8')
 - ✓ Zuhören (3 Min.): Alle bleiben still, die Augen halb geschlossen. → Zählen Sie im Kopf drei nahe und drei entfernte Geräusche. Zeigen Sie mit der Hand auf die Stelle, wo Sie sie wahrnehmen.
 - ✓ Schnüffeln (2'): Tief einatmen; 2 Gerüche identifizieren (feuchte Erde, Blumen, Blätter usw.).
 - ✓ Berührung (3'): Rinde/Blätter/Gestein vorsichtig berühren. Stichwörter: rau, glatt, kalt, nass. Regel: Nicht ziehen oder abziehen.
- Inklusion und Betreuung
 - ✓ Meiden Sie stechende Pflanzen und Gebiete mit aggressiven Insekten; achten Sie auf Allergien.
- Blitz (1')
 - ✓ Zwei studentische Freiwillige berichten von „etwas, das mir vorher noch nie aufgefallen war“.

Aktivitätsplan - A.

Außerhalb der Schule



2) Partnerfindung: 15 bis 20 Minuten

- Ziel: Mithilfe einer Pflanzen-App drei Pflanzen identifizieren und, falls möglich, jeweils einen Vogelgesang zuordnen.
- Unterrichtsskript (2 Minuten)
 - ✓ Nun nutzen wir das Telefon als Hilfsmittel. Innerhalb von 15 bis 20 Minuten wird jedes Team 3 Pflanzen identifizieren. (klares Foto von Blatt/Blüte/Rinde) und, wenn wir Vögel hören, werden wir einen Gesang aufnehmen.
- Feldregeln (zur Erinnerung)
 - ✓ Lebende Pflanzen und Tiere dürfen nicht gesammelt oder angefasst werden.
 - ✓ Fotografieren Sie Tiere nicht mit direktem Blitzlicht.
 - ✓ Bleiben Sie auf den Wegen; halten Sie Ihren Rucksack geschlossen.
- Praktische Vorgehensweise (10–15 Minuten)
 - ✓ Sperrzone: Legen Sie einen Bereich von 20 x 20 oder eine „kurze Route“ mit 3-4 Haltestellen fest.
 - ✓ Pflanzen (mindestens 3): Der *Forscher* wählt das Exemplar aus ; die Rolle *Ein Naturforscher* macht ein klares Foto ; Rolle des Protokollführers
Aus den Notizen: glatter/gezackter Rand, Blattanordnung, Farbe, Lebensraum . Finde eine Übereinstimmung in der App . und vergleichen Sie sie mit den beobachteten Merkmalen. Vermeiden Sie es, die erste Option „aus Gewohnheit“ zu akzeptieren.
 - ✓ Vogel pro Gesang (falls zutreffend): 30–60 Sekunden zuhören; Aufnahme, falls die Anwendung dies zulässt.
Vergleichen Sie das rhythmische/tonale Muster mit den Vorschlägen; das Aufnahmeprogramm erstellt ein Diagramm des Gesangs (Punkte/Wellen).

Aktivitätsplan - A.

Außerhalb der Schule

Tipps für den Lehrer

- Welche Indizien lassen Sie vermuten, dass es sich um diese Spezies und nicht um die zweite vorgeschlagene handelt?
- „Welchen Teil der Pflanze sollten Sie am besten fotografieren, um Ihre Entscheidung treffen zu können?“
- „Stimmt der vorgeschlagene Lebensraum mit dem Fundort überein ? “

Plan B, falls keine Vögel zu hören sind

Identifizieren Sie eine vierte Pflanze oder ein viertes Wirbelloses (Beobachtung ohne Fang) und beschreiben Sie es .

sein Verhalten für 1 Minute.

Kurze Qualitätscheckliste

- 3 klare und unterschiedliche Fotos (Blatt/Blüte/Rinde oder vollständige Form).
- Gebräuchlicher Name + (wenn möglich) vorläufiger wissenschaftlicher Name.
- Für jede Art wird ein Merkmal beobachtet.
- Aufzeichnung von 1 Vogelgesang oder einem vierte Etage .



Aktivitätsplan - A.

Außerhalb der Schule



3) Himmel und Ausrichtung — 10'

- Ziel: Die Sonne lokalisieren und mithilfe der Anwendung ein oder zwei grundlegende Sternbilder erkennen; diese mit der Orientierung in Verbindung bringen.
- Unterrichtsskript (2')
 - ✓ Wir beobachten den Himmel: Wir lokalisieren die Sonne und identifizieren mithilfe der App ein oder zwei Sternbilder oder ihre Bahn. Anschließend basteln wir eine Sonnenuhr.
- Sequenz (8')
 - ✓ Sonnenstand: Richtung (Ost/West) und ungefähre Höhe (niedrig/mittel/hoch) angeben.
 - ✓ Anwendung im Bereich Astronomie: Jedes Team identifiziert 1 oder 2 Elemente (z. B. den Großen Wagen/Polaris, die Ekliptik).
 - ✓ Menschliche Sonnenuhr: Ein Schüler dient als Schattenstab (mit Stöcken oder sich selbst); die anderen markieren den Schatten auf dem Boden und leiten daraus die Himmelsrichtungen ab (Morgensonne ≈ Osten; Nachmittagssonne ≈ Westen). Bei Bewölkung: Kompass der App oder Orientierungspunkte im Gelände (Flussverlauf, Straßenverlauf) verwenden.

Kernaussage

Setzen Sie den Himmel in Bezug zur Ausrichtung und den Veränderungen von Licht und Temperatur, die Sie während Ihres Spaziergangs bemerkt haben.

Aktivitätsplan - A.

Außerhalb der Schule



4) Eintrag im Feldtagebuch: 10 Minuten

- Ziel: Beobachtungen zusammenfassen und übertragen.
- Vorgeschlagene Vorlage (pro Seite)
 - ✓ Datum/Uhrzeit · Ort (Bereich/Haltestelle) · Wetter
 - ✓ Arten 1, 2, 3 (+ Vogel, falls vorhanden):
 - Schnelle Skizze (30–60 Sekunden, ohne Radieren).
 - Gebräuchlicher Name und vorläufiger wissenschaftlicher Name.
 - Beobachtete Merkmale (gegenständige/wechselständige Blätter, Geruch, Textur, Lebensraum).
 - Neugier (ökologischer Zweck, bekannter menschlicher Nutzen, beobachtete Interaktion).
 - ✓ Himmel: Identifiziertes Element (z. B. der Große Wagen) + „Wo war die Sonne?“
- Unterrichtsskript (2 Minuten):
 - ✓ Zeichne, ohne nach Perfektion zu streben: Wichtig ist, die Merkmale einzufangen. Markiere mit einem ✓□, was du mit der App überprüft hast, und mit einem ?, was noch zu bestätigen ist.
- Ultraschnelles Schließen (1 Minute)
 - ✓ „Eines habe ich heute gelernt...“ (hebt die Hand).
 - ✓ Wählen Sie zufällig 3 Notizbücher aus, um ein kurzes Feedback zu erhalten (Lesbarkeit, Belege, interessante Fakten).

Signale und Übergänge (Zeit sparen)

- Stille: Hand hoch = alle heben die Hand und verstummen.
- Wechsel der Teilaktivität : 2x Klatschen vom Lehrer → Echo von 2x Klatschen von der Gruppe.
- Verbleibende Zeit: „Noch 2 Minuten, schließe den letzten Eintrag im Notizbuch.“

Aktivitätsplan - A.

Außerhalb der Schule

Formative Bewertung (während des gesamten Blocks)

- Checkliste für Lehrkräfte:
 - Beobachten Sie während des Spaziergangs aufmerksam ohne Sichtschutz.
 - Nutzen Sie die App nur, wenn Sie Beweise vorlegen können.
 - Dokumentieren Sie 3 Pflanzen mit ihren Merkmalen und fertigen Sie aussagekräftige Notizen an.
 - Integrieren Sie eine Idee zum Thema Himmel/Orientierung in Ihre abschließende Präsentation.
 - Notizbuch: Zeichnung + Name + Charakteristikum + Neugier pro Element.
- Selbsteinschätzung des Teams (1 Minute am Ende)
 - Wir haben 3 eindeutige Identifizierungen vorgenommen.
 - Wir zögerten...
 - Nächster Schritt: schärfere Fotografie / besser beschriebene Funktionen / besseres Hörverständnis.
- Überstunden (falls Sie 5 Minuten Zeit haben)
 - Fotodetail + mündliche Erklärung, warum dieses Merkmal bei der Identifizierung hilft.
 - Eine einfache Skizze am Boden zeigt, wo die einzelnen Arten gesichtet wurden.

Inklusion und Sicherheit:

- Mobilität: Kürzen Sie die Runde, bringen Sie eine Klappbank für Pausen mit.
- Sensorische Empfindlichkeit: Bei Berührung dünne Handschuhe verwenden; starke Duftstoffe vermeiden.
- Alphabetisierung: Vorlagen mit Piktogrammen oder Kästchen zum Ankreuzen.
- Sicherheitshinweise: Prüfen Sie vorher das Gelände; vermeiden Sie rutschige Kanten; waschen Sie sich nach dem Berühren die Hände; verwenden Sie Sonnenschutzmittel und Wasser.

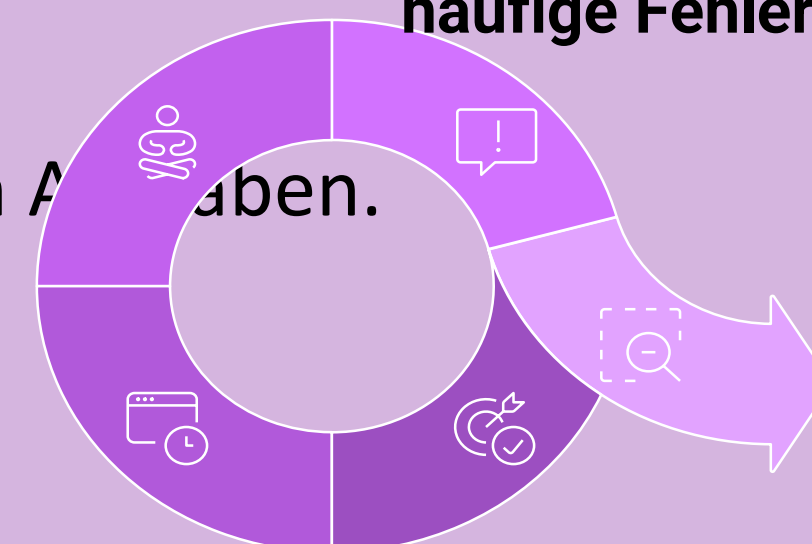
Aktivitätsplan - A.

Außerhalb der Schule

Häufige Fehler und wie man sie vermeidet

- Ohne konkreten Zweck ausgehen → Ziele definieren messbar .
- Technologie ohne Grenzen → klare Nutzungsfenster und Funktionen festlegen.
- Flacher Rhythmus → Wechsel zwischen Ruhe/Aktivität und kurzen Aufgaben.
- Implizite Regeln → verbalisieren, aufschreiben und bei jedem Übergang kurz wiederholen.
- Bewertung in letzter Minute → laufende Evidenz und Mikroreflexionen.

Zyklus darüber, wie vermeiden häufige Fehler



1	2	3	4	5
Definieren Ziele messbar	Gründen Windows zur Verwendung	Alternativer Rhythmus	Regeln verbalisiere	Bewertung Fortsetzung
Klare Ziele festlegen, die das Handeln leiten.	festlegen für Nutzung von Technologie.	Durch die richtige Balance zwischen Ruhe und Tatendrang lässt sich Effizienz erzielen.	Die Regeln müssen klar und einheitlich kommuniziert werden.	Überprüfen Sie regelmäßig den Fortschritt und nehmen Sie Anpassungen vor.

Aktivitätenplan – innerhalb der Schule

Begrüßung und „symbolische Trennung“ (20 Min.)

- Kreisförmiger Bereich im Hof oder in der Turnhalle; Aufbewahrungsmöglichkeiten für Mobiltelefone.
- Wärmen Sie sich mit leiser Musik und angeleiteter Atmung auf.
- Gefühlsthermometer (Daumen).

2) Sensorische Erkundung + digitale Unterstützung (50–60 Min.)

- Schulgarten: Durch die grünen/schattigen Bereiche des Schulhofs spazieren, um Blätter, Insekten und Schatten zu beobachten.
- Geführte Stationen (Rotation):
 - ✓ Identifizierung anhand von Garten-/Zierpflanzenproben mithilfe einer Flora-Anwendung.
 - ✓ Vogelstimmen: Station mit Lautsprecher/Kopfhörern zur Erkennung von Gesängen.
 - ✓ AR/VR: Immersive Mini-Szene (Wald/Umgebung) zum Üben von Atemtechniken oder zum Entdecken von Hinweisen auf Tierarten. Schüler können mit CoSpaces „grüne“ Räume gestalten und AR nutzen, um ihre Beteiligung zu steigern.
- Notizbucheintrag: Zeichnung, gebräuchlicher/wissenschaftlicher Name (falls zutreffend) und interessante Tatsache.

Vorherige Empfehlungen

- Kommunikation mit Familien und Richtlinien für die Handynutzung (zeitlich begrenzt).
- Buchungen von Turnhalle/Spielplatz und Einrichtung der Stationen.
- Option B empfiehlt, CoSpaces in der Augmented-Reality-Option zu verwenden. Laden Sie sie herunter und lernen Sie, wie man sie benutzt.

Aktivitätenplan – innerhalb der Schule

3) Gemeinsame Schatzsuche ohne Bildschirme (45–60 Min.)

- Angepasst mit folgenden Materialien:
 - ✓ Menschlicher Kompass mit NSEW-Signalen auf dem Spielplatz.
 - ✓ Seilnetz zwischen den Pfosten und Sicherheitsmatten.
 - ✓ Sortiergerät mit Blättern/Kreide/Spielelementen (Kriterien werden vom Team ausgewählt).
 - ✓ Öko-Botschaft mit Reifen/Seilen/Kegeln, die ein Symbol bilden.
 - ✓ Blindes Zusammenwirken von weichen Masken und Mattenschaltung.
- Informationskreis: Welche Kollaborationsstrategien haben sich am besten bewährt?

4) Achtsames Mittagessen (30 Min.)

- Entspannungsbereich mit Matten oder Tischen im Schatten.
- Essen ohne Bildschirme; Achtsamkeitsanleitung; 1 Ausdruck der Dankbarkeit pro Person.
- Notiere dir für diese Woche eine gesunde Gewohnheit.

Aktivitätenplan – innerhalb der Schule

5) Kreativworkshop: „Die Welt des Gleichgewichts“ (60–70 Min.)

- Collage/Installation in der Turnhalle mit Materialien aus dem Zentrum (Pappe, Blätter aus dem Garten, Seile, Reifen).
- Digitale Mikroszene auf Tablets/PCs: „Entscheidungswald“ (AR/einfache Animation), in dem die Spielfigur gesunde Gewohnheiten auswählt (Atmen, mit Freunden sprechen, Spazierengehen).
- Ausstellung im Museumsstil im Flur/in der Turnhalle und Kommentare (2 Sterne + 1 Wunsch).

6) Abschluss und persönliche Verpflichtungen (20–25 Min.)

- Gesprächskreis, Verpflichtungskarte und POST-Fragebogen.

Logistik und Sicherheit (intern)

- Prüfen Sie die Kapazität und die Durchgänge; Matten bei Veranstaltungen; ausreichende Flüssigkeitsversorgung und Belüftung.
- Inklusion: alternative Wettkämpfe ohne Springen/Laufen; wechselnde Rollen (Leiter, Protokollführer, Zeitnehmer).

Aktivitätenplan – innerhalb der Schule

Vorgeschlagener Zeitplan (9:00–12:30)

9:00 Uhr Begrüßung und Trennung

9:20 Uhr: Sinneserfahrung + Stationen (Identifizierung/Geräusche/AR)

10:20 Uhr: Zusammenarbeit

11:00 Uhr: achtsames Mittagessen

Kreativworkshop (Collage/Installation + digitale Szene)

12:10 Uhr: Schlussbemerkungen, Verpflichtungen und Fragebogen

Materialien (Innenräume)

- Kegel, Seile, Reifen, Matten, Schwedenbänke, Pappe und Materialien arbeiten Er Kunst .

Aktivitätenplan – innerhalb der Schule

Vorgeschlagener Zeitplan (9:00–12:30)

9:00 Uhr Begrüßung und Einteilung der Gruppen

9:20 Uhr: Sinneserfahrung + Stationen
(Identifizierung / Geräusche / AR)

10:20 Uhr: Zusammenarbeit

11:00 Uhr: achtsames Mittagessen

11:20 Uhr: Kreativworkshop
(Collage/Installation + digitale Szene)

12:10 Uhr: Schlussbemerkungen, Verpflichtungen und Fragebogen

Materialien (Innenausstattung)

- Kegel, Seile, Reifen, Matten, schwedische Bänke, Plakatkarton und Künstlerbedarf.

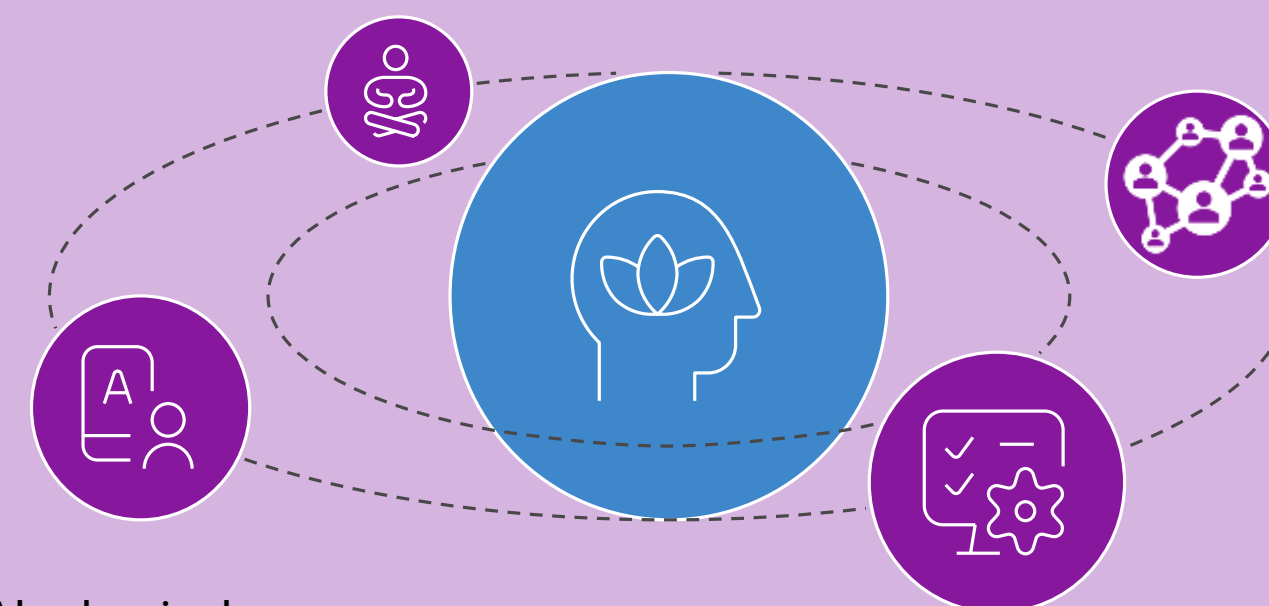
Erwartete Ergebnisse

Emotional:

Stress- und Angstabbau

Soziales:

Mehr Empathie
und Zusammenarbeit



Akademisch:

Verbessert Aufmerksamkeit und
Verhalten

Digital:

Absichtlicher Gebrauch
und
kreative Technologie

8. Verwendung Delightex (CoEspaces)

Tragen Delightex (CoSpaces)

Was ist Delightex?



- Delightex (ehemals CoSpaces Edu) ist eine Bildungsplattform zur Erstellung von 3D-Welten, die Schüler in Augmented Reality (AR) und Virtual Reality (VR) programmieren und erkunden können. Sie läuft im Webbrowser (keine Installation erforderlich) und bietet eine App für Mobilgeräte und Tablets zum Erstellen und Betrachten von AR-/VR-Inhalten. Außerdem umfasst sie ein Dashboard für den Unterricht und Optionen zur Lehrerverwaltung.
- Es bietet einen kostenlosen Basistarif: bis zu 29 Studenten, 2 Projekte, 1 Kurs, 1 Aufgabe, 10 externe Dateien pro Projekt und Basistarif. CoBlocks.
- Für Zentren, die alle Funktionen freischalten möchten, gibt es einen kostenpflichtigen Pro-Plan mit allen Features, 3D-Objekten, Physiksimulationen, Skripten, einer Galerie usw.; die offizielle Website listet die Preise „ab 50 €/Jahr (Basis) + 7 €/Jahr für ...“ auf. „Zusätzliche Position“ mit einem vollständigen Planvergleich.



Tragen Delightex (CoEspaces)

Hauptlinks:

- Offizielle Website (Delightex / ehemals CoSpaces Edu): <https://www.delightex.com/>
- Einführung / Lehrerausbildung und Tutorials: Einführungskurs und Videos zum Erlernen der Grundlagen: <https://www.delightex.com/empezando>
- AR-Modus und Kompatibilität: So aktivieren Sie AR mit kompatiblen Smartphones und Geräten (ARCore /ARKit): <https://www.delightex.com/tech-check-ar-with-smartphones>
- Delightex & Merge Cube : <https://www.delightex.com/cubo-de-fusion>
- iOS-App (iPhone/iPad): <https://apps.apple.com/us/app/delightex/id1224622426>
- Android-App:
https://play.google.com/store/apps/details?hl=es_ES&id=delightex.cospaces.edu
- Video-Tutorials (für Anfänger): Schritt-für-Schritt-Anleitung zum Erstellen und Erkunden:
<https://www.youtube.com/watch?v=2WWCnNjeMzM>



Tragen Delightex (CoSpaces)

Delightex Schlüsselkompetenzen

- Kritisches Denken: Fähigkeiten zur Beobachtung, Analyse und Problemlösung.
- Zusammenarbeit: mit anderen zusammenarbeiten und gemeinsam entwickeln
Teamarbeit schafft gemeinsam etwas.
- Digitale Kompetenz: Programmieren und andere grundlegende digitale Kompetenzen für zukünftige Karrieren.
- Kommunikation: kulturelles und soziales Verständnis, Empathie und Kommunikationsfähigkeit.
- Kreativität: unkonventionell denken und einzigartige Ideen entwickeln.



Tragen Delightex (CoSpaces)

Was verwenden Delightex am Tag der Naturerkundung?

- Verwandeln Sie Feldnotizen und Fotografien in interaktive Produkte (AR-Artenführer, Routen mit Zwischenstopps, Himmelserklärungen).
- Es stärkt die MINT-Fähigkeiten (Modellbau, algorithmisches Denken mit Blöcken oder Skripten, Physik) und gibt mobilen Geräten einen Zweck als kreatives Werkzeug.
- während der Zeit an realen Oberflächen zu verankern. Ihre Tour über den Spielplatz, den Park usw. (mit ARKit/ARCore in kompatiblen Geräten).
- Warum ist es motivierend?
 - ✓ Es gibt der Nutzung von Mobiltelefonen einen Sinn: zum Erschaffen und Lehren, nicht nur zum Konsumieren.
 - ✓ Es bietet die Möglichkeit, Autor zu sein (seine Reise, seine Stimmen).
 - ✓ Es macht Verständnis sichtbar: Wenn das Poster, der Ton und die Aufgabe gut sind, verstehen sie das Thema/die Idee.



Tragen Delightex (CoEspaces)

Weil verwenden Delightex Am Tag der Naturerkundung?

- Verwandeln Sie Feldnotizen und Fotografien in interaktive Produkte (AR-Artenführer, Routen mit Zwischenstopps, Himmelserklärungen).
- Es stärkt die MINT-Fähigkeiten (Modellbau, algorithmisches Denken mit Blöcken oder Skripten, Physik) und gibt mobilen Geräten einen Zweck als kreatives Werkzeug.
- Ihres Spaziergangs über den Spielplatz, im Park usw. an realen Oberflächen zu verankern (mit ARKit/ ARCore). In kompatible Geräte).
- Die Plattform ist über Webbrowser auf Desktop- und Laptop-Computern, einschließlich Chromebooks, zugänglich und bietet außerdem mobile Apps für Tablets und Smartphones, sodass Projekte problemlos von jedem Gerät aus erstellt und angezeigt werden können.



Tragen Delightex (CoSpaces)

Schnellstartanleitung (für heute entwickelt)

- Zugang: Lehrkräfte greifen über den Web-Editor auf eine Klasse zu (Einladungscode). Schüler greifen mit diesem Code zu.
- Vorlage: Erstellen Sie ein Projekt mit 3 oder 4 Stationen (Textfelder, „Check“-Schaltfläche, Aktivierungszonen).
 - Feldbeobachtung: Während des Ausflugs sammeln die Teams Fotos und Geräusche (Blätter, Rinde, Gesang).
- Konstruktion (Klassenzimmer/Werkstatt): Laden Sie Ihre Medien, platzieren Sie 3D-Objekte und programmieren Sie Interaktionen (Berühren → Beschriftung anzeigen; Zone betreten → Hinweis; Knopf → Antwort überprüfen).
- AR auf der Route: Öffnen Sie in der Anwendung das Projekt → Play → AR, scannen Sie eine Oberfläche und verankern Sie die Szene an jedem Halt (Poster/QR).
- Teilen und auswerten: Veröffentlichen (gemäß den Berechtigungen), QR-Codes für eine AR-Route durch den Park/Garten generieren und die abschließende Reflexion durchführen (Metakognition, Gerätenutzungsgewohnheiten).
- Hinweis: CoSpaces AR nutzt keine Geolokalisierung; die Verankerung erfolgt visuell auf nahegelegenen Oberflächen. Daher dienen QR-Codes oder physische Schilder als Zugangspunkte zu den einzelnen Haltestellen.

Tragen Delightex (CoSpaces)

1) Vorbereitung (Lehrkraft). Vor dem Unterrichtstag:

- Erstelle den Kurs in CoSpaces Edu → teile den Einladungscode.
- Installieren Sie die Anwendung auf den Geräten (Tablets/Mobiltelefonen) und probieren Sie den AR-Modus aus.
- Aufgabe definieren (Endprodukt):
 - ✓ Option A (im Freien): „Mini-AR-Park-Guide“ (3 Arten + 1 Himmelsphänomen).
 - ✓ Option B (Indoor): „AR-Spielplatz-/Turnhallenroute“ (3 Stationen mit Hinweisen und Inhalten).
- Bereiten Sie eine Vorlage vor: eine leere Szene mit einem „Start“-Schild, grundlegenden Schaltflächen und einem Anweisungsfeld.

2) Delightex: geeigneter Plan

- Sinneserfahrung (ohne Bildschirme): Die Schüler beobachten einfach und machen sich Notizen/Zeichnungen.
- Identifizierung (eingeschränkte Nutzung von Anwendungen): Die Schüler erstellen Fotos und Audioaufnahmen (Gesang), die anschließend als Ressourcen in CoSpaces hochgeladen werden.
- Kreativwerkstatt: Hier werden Szenarien in CoSpaces entwickelt und programmiert.
- AR-Tour/Besuch: Die Schüler besuchen die Stationen (in der Schule oder im Park) und sehen sich die AR-Inhalte an.

Tragen Delightex (CoEspaces)

3) Arbeitsablauf der Studierenden

- Storyboard (10–15 Min.)
 - ✓ 3–4 Haltestellen (Stationen) = 1 Art/Idee pro Haltestelle.
 - ✓ An jedem Halt: 3D-Objekt, kurzer Text, Audio (optional), Mini-Herausforderung.
 - ✓ Zeichne, was erscheinen soll und welche Aktion es auslöst (Berühren, Zoomen, eine Herausforderung meistern).
- Szenenaufbau (30–40 Min.)
 - ✓ Umgebung: Wählen Sie eine leere Szene (oder einen 360°-Hintergrund, falls Sie ein Foto des Parks haben).
 - ✓ Objekte: Bäume, Steine, Vögel und Beschriftungen per Drag & Drop einfügen. Eigene Fotos hochladen (Blätter, Blüten, Rinde).
und Audioclips.
 - ✓ Interaktion (CoBlocks) Hinzufügen von Verhaltensweisen, um Inhalte lebendiger zu gestalten. Beispiele für CoBlocks (in natürlicher Sprache):
 - Beim Start: Beschriftungen und Bedienfelder ausblenden → nur die Umgebung anzeigen.
 - Berührt man ein Objekt (z. B. eine Eiche), erscheint ein Schild mit dem Namen und einer Tastenfunktion, die zugehörige Melodie wird abgespielt, ein Vogel wird zum Auffliegen angeregt.
 - Wenn der Avatar einen Bereich betritt (Auslöser): Es erscheint ein Hinweis → „Achte auf gegenüberliegende Blätter“.
 - Herausforderung: Klicke auf den „Prüfen“-Button → wenn die Antwort übereinstimmt → füge 1 Punkt hinzu und zeige „Gut!“ an.
 - Wenn die Gruppe über gute JavaScript-Kenntnisse verfügt, können sie Variablen, Distanzen und Zustände genauer auslesen.

Tragen Delightex (CoSpaces)

3) Arbeitsablauf der Studierenden

- Veröffentlichung und Zugang
 - ✓ Mark Share → sichtbar mit Link/QR (abhängig von den Berechtigungen des Zentrums).
 - ✓ Jede Station kann Folgendes sein:
 - ✓ Eine separate Szene (QR an jeder Haltestelle) oder
 - ✓ Eine einzelne Szene mit mehreren „Zonen“ und Schaltflächen zur Navigation zwischen diesen.

4) Aktivieren Sie Augmented Reality während des Besuchs.

- In der Mobil-/Tablet-App:
 - ✓ Szene öffnen → Wiedergabe drücken → AR auswählen.
 - ✓ Scannen Sie eine ebene Fläche (Boden/Tisch) und verankern Sie den Inhalt (tippen zum Skalieren, ziehen zum Platzieren).
 - ✓ Erkunde die Bushaltestelle: Berühre Gegenstände, lies Beschriftungen, höre Audioaufnahmen und meistere die Herausforderung.
 - ✓ Dokumentation: Machen Sie ein Foto oder einen kurzen Clip von der Ausrüstung mit Ihrer AR-Station (sofern die Zustimmung vorliegt).

Tragen Delightex (CoSpaces)

4) Aktivieren Sie Augmented Reality während des Besuchs.

- So richten Sie eine „AR-Route“ ein
 - ✓ Platzieren Sie an 3 oder 4 Stellen auf dem Spielplatz oder im Park (Bank, Baum, Kletterwand, Garten) Schilder/Registrierungsformulare.
 - ✓ Jeder QR-Code öffnet die entsprechende Szene; die Schüler heften ihn an das Poster und erleben sie.
 - ✓ Wechseln Sie zwischen „informativen“ Stationen (Arten) und „herausfordernden“ Stationen (Hinweise/Orientierung/Himmel) ab.

5) Sofort kopierbare Beispiele

- Interaktives Artenetikett
 - ✓ Durch Drücken von (Baum) → (Eichenschild) anzeigen; sagen: „Eiche, Blätter mit stacheligen Rändern.“; Ermutigen (Vogel): Flieg, bis er landet.
- Herausforderungsbereich
 - ✓ Wenn der Charakter (Bereich 1) betritt → (Fragenfeld) anzeigen.
 - ✓ Bestätigungsschaltfläche: Wenn (Antwort == „Gegenteil“) → 1 Punkt hinzufügen; Anzeigen (✓); Ausblenden (Fragenfeld); Andernfalls → Anzeigen (Hinweis 1).
- Himmels- und Orientierungstafel
 - ✓ Himmels-Taste: Ekliptiklinien und Sternbilder ein-/ausblenden; Ost-West-Pfeil anzeigen; kurze Note abspielen.

Tragen Delightex (CoEspaces)

6) Vorlage: Objektstruktur (verwenden Sie genau diese Namen, damit die Blöcke sie finden können)

Folders

- UI (interface)
 - PanelHome (intro instructions + Start button)
 - PanelStation (short text, image and/or audio for the stop)
 - PanelChallenge (question + input or answer buttons)
 - PanelFeedbackOK / PanelFeedbackTry
 - ScoreText (top-right text: "Points: 0/4")
 - Buttons: BtnStart , BtnPrev , BtnNext , BtnCheck , BtnSky , BtnReset
- Stops
 - Zone1 , Zone2 , Zone3 , Zone4 (boxes or cylinders set invisible; used as triggers)
 - In each zone:
 - ObjSpecies1 (tree/rock/bird or other 3D object)
 - Label1 (caption hidden at start)
 - Audio1 (birdsong/voice note, optional)
- Sky
 - WindRose (N/E/S/W) – hidden at start
 - EclipticLine / Constellation – hidden at start
- Utilities
 - MainCamera (only if you want to lock movement), Light , AnchorPlane (testing only; not used in AR)

Variables (CoBlocks → Variables)

- currentStop (number, starts at 1)
- points (number, starts at 0)
- inAR (boolean, starts false)
- completed[4] (list/array flags per stop, all start false)

AR-Entwicklung bei Delightex

- Fügen Sie an jeder Station Fakten, Videos oder Animationen zum Thema digitale Entgiftung und Natur hinzu.
- Verknüpfen Sie AR-Inhalte mit QR-Codes.



Tragen Delightex (CoEspaces)

6) Vorlage: Zentrale Logik in CoBlocks (Einfügeblöcke)

A. On scene start

- **Hide:** PanelStation, PanelChallenge, PanelFeedbackOK, PanelFeedbackTry, WindRose, EclipticLine, Constellation, all Label*.
- **Show:** PanelHome, BtnStart.
- **Set:** currentStop = 1, points = 0, ScoreText = "Points: 0/4".
- **Disable:** BtnPrev, BtnNext, BtnCheck, BtnSky (until Start).

B. On BtnStart click

- **Hide** PanelHome; **enable** BtnPrev, BtnNext, BtnSky.
- **Go to stop 1** → call function showStop(1).

C. Function showStop(n)

- **Set** currentStop = n.
- **Position** camera/avatar near Zone n (in AR/VR, students physically move; no teleport needed).
- **Load content** into PanelStation (title, image, short note).
- **Show** PanelStation.
- **Update** BtnPrev (disabled if n=1) and BtnNext (disabled if n=4).

D. Arrival trigger

- **When avatar enters** Zone n → Show PanelStation; Play Audio n (if present).
- **On tap** ObjSpecies n → Show Label n (name + key trait).

E. Challenge & scoring

- **BtnCheck** (visible when PanelChallenge is open):
 - **If correct** → points = points + 1; Show PanelFeedbackOK 1 s; Hide PanelChallenge; ScoreText = "Points: " + points + "/4"; completed[n] = true.
 - **Else** → Show PanelFeedbackTry 1 s; Reveal a Hint in PanelChallenge.

F. Navigation

- **BtnNext** → showStop(currentStop + 1)
- **BtnPrev** → showStop(currentStop - 1)

G. Sky & orientation

- **BtnSky** → Toggle visibility of WindRose, EclipticLine, Constellation.
 - *Tip:* outdoors, ask students to align the wind rose with the Sun (AM ≈ East, PM ≈ West).

H. Quick reset

- **BtnReset** → reset variables, hide labels/panels, return to PanelHome.

AR-Hinweis: Auf Smartphones/Tablets auf „Wiedergabe“ → „AR“ tippen, eine ebene Fläche scannen und die Szene fixieren. QR-Codes dienen an jedem Stopp als Hotspots. Delightex AR nutzt visuelle Verankerung, kein GPS.

Tragen Delightex (CoSpaces)

- So erstellen und duplizieren Sie die Vorlage
 - ✓ Der Lehrer erstellt anhand dieser Struktur eine Masterszene und teilt sie mit der Klasse, damit diese sie nachahmen kann.
 - ✓ Die Studierenden duplizieren ihr Projekt und benennen es um (z. B. *NatureAR_TeamX*).
 - ✓ Sie ersetzen Texte/Bilder/Audios in *Panel Station* und *Label**.
 - ✓ Sie bearbeiten Fragen in *PanelChallenge* und Validierungslogik in *BtnCheck*.
 - ✓ Teilen Sie den Link „Teilen“/QR gemäß den Schulrichtlinien.

Vorlagenbereich (bereit zum Einfügen von Text)



PanelHome (instructions)

- *Title:* Nature AR Route
- *Body:* "Anchor the scene on the ground. Walk to each stop, tap the 3D object to reveal the label, and answer the challenge. Tap Sky for orientation."
- *Button:* BtnStart (Start)

PanelStation (per stop)

- *Title:* "Species/Feature #1"
- *Text:* "Leaf shape: ... / Bark: ... / Habitat: ..." (max 25–35 words)
- *Image:* your own photo (leaf/flower/bark)
- *(Optional) Audio:* 5–10 s (birdsong/mini-explanation)

PanelChallenge

- *Question:* "Are these leaves opposite or alternate?"
- *Hint (hidden at start):* "Check how leaves attach along the stem."
- *Buttons:* OptionA, OptionB + BtnCheck

Feedback panels

- PanelFeedbackOK : "Great! +1 point"
- PanelFeedbackTry : "Try again—look at the leaf margin."

Tragen Delightex (CoSpaces)

Checkliste (für Studierende):

✓ Inhalt

- 3–4 Stationen mit präzisen und klaren Ideen (Arten oder Phänomene des Himmels).
- Jeder Halt beinhaltet ein Originalbild und gegebenenfalls einen kurzen Audioausschnitt.
- Die Beschriftungen geben das wichtigste Erkennungsmerkmal an (Blatt, Blüte, Rinde, Lebensraum).

✓ Interaktion und Codierung

- Home-Button, Weiter-Button, Zurück-Button, Check-Button, Sky-Button. Alles erledigt.
- Beim Betreten von Zone n wird die Bedienfeldstation angezeigt.
- Tippe auf ObjSpecies n, um die Bezeichnung ny anzuzeigen (falls vorhanden) und Audio abzuspielen.
- Die Herausforderung überprüft die Antworten und vergibt Punkte; der Zähler wird aktualisiert.
- Die Reset-Taste startet das System sauber neu.

✓ AR und Benutzerfreundlichkeit

- Die Szene wird schnell auf dem Boden oder dem Tisch fixiert und bleibt im Bildausschnitt.
- Die Objekte sind maßstabsgetreu und gut platziert.
- Der Text ist gut lesbar (maximal 25–35 Wörter pro Panel).
- Getestet auf mindestens zwei Geräten in der Schule.

✓ Inklusion und Barrierefreiheit

- Bieten Sie Symbole/Piktogramme oder Audio-Alternativen an.
- Ausreichender Kontrast und einfache Schriftarten.
- Ohne Flackern oder störende Geräusche.

✓ Datenschutz und Ethik



QR-Codes



9. Reflexionsfragen

Reflexionsfragen

- Reflexion verwandelt ein bereicherndes Naturerlebnis in nachhaltiges Lernen. Sie hilft Schülerinnen und Schülern, Beobachtungen zu strukturieren, erfolgreiche Strategien zu identifizieren und einen gesünderen Umgang mit Technologie zu entwickeln. Lehrkräften liefert sie schnelle und praktische Belege für Lernerfolge und Wohlbefinden. Beantworten Sie mit Ihren Schülerinnen und Schülern folgende Fragen:

- ✓ Wie habe ich mich gefühlt, als ich mein Gerät weggelegt habe?
- ✓ Was ist mir aufgefallen, was mir normalerweise nicht auffällt?
- ✓ Was wichtiger war: die digitale oder die Teamwork?
- ✓ Wie verändert sich die Kommunikation ohne Geräte?
- ✓ Was habe ich über meine Beziehung gelernt? Mit Technologie?
- ✓ Welche Gewohnheit werde ich ab heute ändern?



10. Empfehlungen für Lehrkräfte

Empfehlungen für Lehrer I

- Klare Zielsetzung: Definieren Sie 2–3 Lehrplanziele und 1 sozio-emotionales Ziel (zum Beispiel „3 einheimische Arten identifizieren“ und „Zusammenarbeit ohne Bildschirme üben“).
- Wählen Sie einen geeigneten Ort: Er sollte gut erreichbar, sicher und mit Schattenplätzen ausgestattet sein; planen Sie die Route, Treffpunkte, Toiletten und einen „Ausweichplan“ für unterschiedliche Wetterbedingungen.
- Sicherheit und Logistik: Liste der Verhältnisse, Erste-Hilfe-Ausrüstung, Wasser, Allergien, Genehmigungen, Sonnenschutzmittel, Bewegungsregeln (Konvoi, Gruppenschließung).
- Inklusion: Bieten Sie einen kurzen Weg, alternative Testverfahren und wechselnde Rollen (Führer, Sekretär, Zeitnehmer) an, damit jeder teilnehmen kann.

Klarer Zweck

Lehrplanbezogene und sozioemotionale Ziele definieren.

Wählen Sie eine Option aus. Standort

Wählen Sie einen gut erreichbaren, sicheren und schattigen Platz.

Sicherheit und Logistik

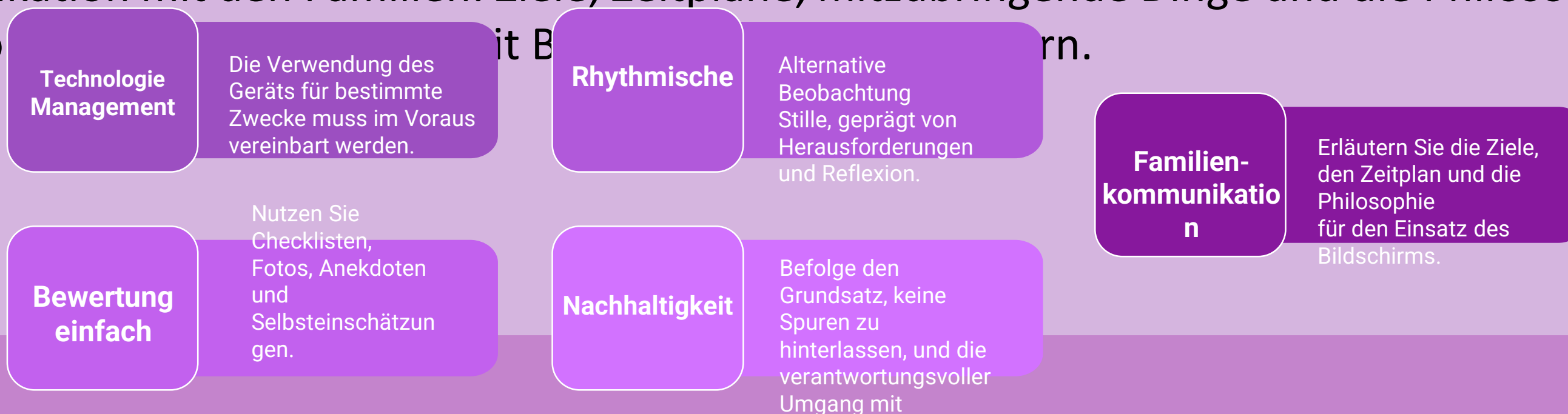
Proportionen auflisten, Erste Hilfe, Wasser, Allergien.

Inklusion

Bieten Sie kürzere Wege, alternative Prüfungen und rotierende Aufgaben an.

Empfehlungen für die Lehrer II

- **Technologiemanagement:** Vereinbaren Sie im Voraus, wann und zu welchem Zweck die Geräte eingesetzt werden (Artenidentifizierung, Aufzeichnung) und wann nicht (Sinnesspaziergang, Schatzsuche) .
- **Rhythmische Methodik:** Wechseln Sie Phasen der ruhigen Beobachtung, kooperativer Herausforderungen, Schöpfung und Reflexion ab; achten Sie auf die „Höhen und Tiefen“ der Energie.
- **Einfache und kontinuierliche Beurteilung:** Checkliste, Fotos von Beweismitteln (mit Einwilligung), Anekdoten und kurze Selbsteinschätzungen (z. B.: „2 Dinge, die ich gelernt habe“).
- **Nachhaltigkeit:** „Hinterlasse keine Spuren“, entferne keine lebenden Pflanzen, sammle Abfälle, verwende Materialien aus der Umwelt, ohne sie zu schädigen.
- **Kommunikation mit den Familien:** Ziele, Zeitpläne, mitzubringende Dinge und die Philosophie des verantwortw...



11. Bewertungsfragebogen

Bewertungsfragebogen

- Nachbereitende Bewertung der Schüleraktivitäten:



<https://forms.gle/jhFDYmVV35VVEVnu6>



Danke.



Gefördert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die der Autoren und spiegeln nicht notwendigerweise die der Europäischen Union oder der Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA übernehmen dafür die Verantwortung.





Kofinanziert von der Europäischen Union



GAMING DISORDERS

Tag der Naturerkundung



Ziel der Aktivität:

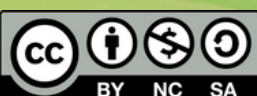
Eine bewusste und positive digitale Auszeit fördern.

Das Bewusstsein für einen ausgewogenen Umgang mit Technologie stärken.

Kooperation und soziale Kompetenzen ohne Bildschirme fördern.

Beobachtungsvermögen, Achtsamkeit und Respekt vor der Natur entwickeln.

Technologie als Lernwerkzeug und nicht als Ablenkung nutzen.



Die Unterstützung der Europäischen Kommission für die Erstellung dieser Publikation stellt keine Billigung des Inhalts dar. Dieser spiegelt ausschließlich die Ansichten der Autoren wider, und die Kommission übernimmt keine Verantwortung für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.



Kofinanziert von der
Europäischen Union



**GAMING
DISORDERS**

Wir werden eine dynamische
Outdoor-Aktivität durchführen.

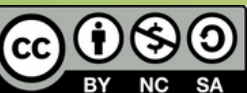
Für Lehrkräfte, Schüler und
Familien.

Die Schule fördert Wohlbefinden
und einen ausgewogenen
Umgang mit digitalen Medien.



**DAS SOLLTEST DU NICHT
VERPASSEN!**

**ERFAHREN SIE MEHR
UND REGISTRIEREN**



Die Unterstützung der Europäischen Kommission für die Erstellung dieser Publikation stellt keine Billigung des Inhalts dar. Dieser spiegelt ausschließlich die Ansichten der Autoren wider, und die Kommission übernimmt keine Verantwortung für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.

Tag der Naturerkundung

Entdecken, gestalten und lernen mit (und ohne) Technologie. Eine Aktivität für Lehrer, Schüler und Familien.

Wir laden Familien zu einem lehrreichen Tag in der Natur ein und verbinden bildschirmfreie Momente mit dem verantwortungsvollen Umgang mit Technologie. Bei Fragen zur Logistik oder Sicherheit wenden Sie sich bitte an uns.

• Veranstaltungsdetails

- Schule : _____
- Leitender Lehrer : _____
- Team / Abteilung : _____
- Extern Gäste (optional): _____
- Datum und Uhrzeit: _____
- Ort:
 - Plan A (im Freien): Park/Naturgebiet.
 - Plan B (drinnen): Schulhof/Turnhalle/Ruhebereiche (Aktivitäten werden je nach Wetterlage angepasst).
- Treffpunkt: _____
- Kontakt für Fragen: Telefon _____ E-Mail _____

• Hauptziele

- Kritisches Denken: Herausforderungen beobachten, analysieren und lösen.
- Zusammenarbeit: Teamarbeit und geteilte Führung.
- Kreativität: Entwerfen und bauen Sie originelle Lösungen/Kunstwerke.
- Digitale Kompetenz: bewusste Nutzung von Apps und AR (Augmented Reality Anwendungen, Tools)



Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

- Kommunikation: Erklären Sie Ergebnisse klar und einfühlsam.

• Ausgewählte Aktivitäten (Option A und/oder B)

- Willkommen und symbolische Einteilung: Normen, Sicherheit und ein Ritual für die „verantwortungsvolle Gerätenutzung“.
- Sensorische Erkundung (keine Bildschirme): Hören, riechen und berühren Sie aufmerksam.
- Identifikation mit Apps: 3 heimische Arten (Flora/Fauna) + ein Himmelsphänomen.
- Kooperatives Schnitzeljagd-Spiel (ohne Bildschirme): Orientierungs- und Teamwork-Herausforderungen.
- Kreativworkshop + AR (Delightex -CoSpaces Edu): Mini-Guide oder Route mit interaktiven Stopps.
- AR-Route im Hof/Park: Szenen in der realen Umgebung verankern.
- Abschluss und Reflexion: persönliche Verpflichtungen und Gewohnheiten bei der Nutzung von Technologie.

□ Zeitplan

1. Willkommen & Einteilung
2. Sensorische Erforschung
3. Identifikation mit Apps
4. Kooperatives Spielen
5. Achtsames Mittagessen
6. Kreativworkshop + AR
7. Abschluss , Verpflichtungen und Fotos



Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

• Mitzubringen

- Schüler: Wasser, Hut/Sonnencreme, bequeme Schuhe, Notizbuch und Bleistift, (falls zutreffend) Telefon/Tablet mit den angegebenen Apps aufgeladen; Regenmantel, falls erforderlich.
- Schule/Lehrer: Erste-Hilfe-Kasten, Tücher/Handgel, Seile/Kegel, Poster/QRs, Powerbanks, Erlaubnisformulare.

• Gerätenutzung (schnelle Vereinbarungen)

- Flugmodus außer während bestimmter Lernzeitfenster.
- Apps: Arten- Identifikation , Orientierung , AR (keine sozialen Medien).
- Datenschutz : keine Gesichter oder persönlichen Daten in Fotos /Audio.

• Sicherheit, Inklusion und Nachhaltigkeit

- Vorherige Platzkontrolle; Flüssigkeitszufuhr und Schatten.
- Anpassungen: kürzere Routen, alternative Rollen, kurze Texte + Piktogramme/Audio.
- Hinterlassen Sie keine Spuren: Kümmern Sie sich um Flora und Fauna, sammeln Sie Abfälle ein.

• Anmeldung / Bestätigung

- Frist : _____ Formular oder QR: _____
- Genehmigungen (beim Verlassen des Campus): Ja Nein Abgabetermin: _____



Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

Delightex-CoEspaces Checkliste:

✓ Inhalt

- 3–4 Stopps mit präzisen, klaren Vorstellungen (Arten oder Himmelsphänomene).
- Jeder Stopp verfügt über ein Originalbild und, falls relevant, über eine kurze Audioaufnahme.
- Auf den Etiketten sind die wichtigsten Erkennungsmerkmale angegeben (Blatt, Blüte, Rinde, Lebensraum).

✓ Interaktion & Codierung

- BtnStart , BtnNext , BtnPrev , BtnCheck und BtnSky funktionieren alle.
- Beim Betreten von Zone n wird PanelStation angezeigt .
- Durch Tippen auf „ObjSpecies n“ wird „Label n“ angezeigt und (falls vorhanden) wird Audio abgespielt.
- Die Herausforderung validiert Antworten und fügt Punkte hinzu; der Zähler wird aktualisiert.
- BtnReset startet das Erlebnis sauber neu.

✓ AR und Benutzerfreundlichkeit

- Die Szene lässt sich schnell auf dem Boden/Tisch verankern und bleibt im Rahmen.
- Die Objekte sind maßstabsgetreu und gut platziert.
- Der Text ist lesbar (max. 25–35 Wörter pro Panel).
- Auf mindestens zwei Geräten in der Schule getestet.

✓ Inklusion & Barrierefreiheit

- Bietet Symbole/Piktogramme oder Audioalternativen.



Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

- Ausreichender Kontrast und einfache Schriftarten.
- Kein Flackern oder schrille Geräusche.
- ✓ **Datenschutz und Ethik**
 - Keine Gesichter oder persönliche Daten in Bildern/Audio.
 - Geben Sie externe Quellen an (z. B. Sounds von Drittanbietern).
 - Abschließende Botschaft: „Hinterlasse keine Spuren“ – Sorge für die Umwelt.
- ✓ **Nachweis & Bewertung**
 - ScoreText zeigt die korrekte Gesamtsumme an.
 - Sie haben einen Screenshot/ein Foto des AR-Ankers an einer Haltestelle.
 - Jedes Teammitglied kann einen Stopp erklären oder seine Herausforderung lösen.



Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

Delightex-CoEspaces Checkliste:

Inhalt

3–4 Stationen mit präzisen, klaren Ideen (Arten oder Himmelsphänomene). Jede Station verfügt über ein Originalbild und, falls relevant, über eine kurze Audioaufnahme. Die Beschriftungen geben das wichtigste Erkennungsmerkmal an (Blatt, Blüte, Rinde, Lebensraum).

Interaktion und Codierung

BtnStart,

BtnNext, BtnPrev, BtnCheck, BtnSky funktionieren alle. Beim Betreten von Zone n wird PanelStation angezeigt. Beim Tippen auf ObjSpecies n wird Label n angezeigt und (falls vorhanden) Audio abgespielt. Die Herausforderung validiert Antworten und fügt Punkte hinzu; der Zähler wird aktualisiert. BtnReset startet das Erlebnis sauber neu.

AR und Benutzerfreundlichkeit

Die Szene verankert sich schnell auf dem Boden/Tisch und bleibt im Rahmen.
Die Objekte sind maßstabsgetreu und gut platziert.
Der Text ist lesbar (max. 25–35 Wörter pro Panel). Auf mindestens zwei Geräten in der Schule getestet.

Inklusion und Zugänglichkeit

Bietet Symbole/Piktogramme oder Audioalternativen.
Ausreichender Kontrast und einfache Schriftarten.
Kein Flimmern oder laute Geräusche.

Datenschutz und Ethik

Keine Gesichter oder persönliche Daten in Bildern/Audio.
Geben Sie externe Quellen an (z. B. Sounds von Drittanbietern). Letzte Botschaft: „Hinterlassen Sie keine Spuren“ – achten Sie auf die Umwelt.

Nachweis und Bewertung

ScoreText zeigt die korrekte Gesamtsumme an.
Sie haben einen Screenshot/ein Foto des AR-Ankers an einer Haltestelle.
Jedes Teammitglied kann eine Haltestelle erklären oder deren Herausforderung lösen.



Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.





Kofinanziert von der
Europäischen Union



**GAMING
DISORDERS**

Bewertungsformular

Natur-Erkundungstag: Digital trifft Natur



Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

Dieser Fragebogen dient der Evaluation der Aktivität „Nature Exploration Day: Digital Meets Outdoors“. Ziel ist es, Ihre Erfahrungen mit der Aktivität zu sammeln. Feedback ist wichtig für weitere Verbesserungen und um einen Überblick über den Prozess der Planung, Organisation und Durchführung der Aktivität zu erhalten.

Die wichtigsten Punkte sind:

- Natur erleben
- Bewertung von Co-Spaces
- Globale Bewertung der Aktivität

Wir freuen uns über Ihre Kommentare und Ihre Zeit.

Dieser Fragebogen ist Teil des Projekts „Gaming Disorders“, das im Rahmen des Erasmus+-Programms entwickelt wurde.

1. Ich bin

- Lehrer
- Student
- Familienmitglied

2. Aufenthaltsland

- Österreich
- Zypern
- Irland
- Deutschland
- Portugal
- Spanien

3. Name der Schule, an der Sie die Aktivität durchgeführt haben.

ABSCHNITT 1: NATURERLEBNIS

1.1. Waren Sie schon einmal in der Natur?

- Ja
 NEIN

1.2. War die Aktivität motivierend?

- 1 – Überhaupt nicht
 2
 3
 4
 5 – Sehr viel

1.3. Hatten Sie Schwierigkeiten bei der Durchführung dieser Aktivität?

1.4. Glauben Sie, dass die Einbeziehung der Natur in die Aktivität positiv ist?

- 1 – Überhaupt nicht
 2
 3
 4
 5 – Sehr viel

1.5. Haben Sie bei der Aktivität etwas über die Natur gelernt?

- 1 – Überhaupt nicht
 2
 3
 4
 5 – Sehr viel



Kofinanziert von der Europäischen Union



1.6. Die Aktivität hatte klare Anweisungen.

- 1 – Überhaupt nicht
- 2
- 3
- 4
- 5 – Sehr viel

1.7. Haben Sie während der Aktivität Unterstützung bekommen?

- Ja
- NEIN

1.8. War die Aktivität in der Natur zufriedenstellend?

- 1 – Überhaupt nicht
- 2
- 3
- 4
- 5 – Sehr viel

1.9. Wenn Sie möchten, können Sie Vorschläge oder Kommentare zur Aktivität abgeben.

ABSCHNITT 2: VERWENDUNG DES COSPACES-TOOLS

2.1. Kannten Sie Cospaces vor der Aktivität?

- Ja
- NEIN

2.2. Haben Sie vor der Aktivität Cospaces verwendet?



Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.





Kofinanziert von der Europäischen Union



- 1 – Überhaupt nicht
- 2
- 3
- 4
- 5 – Sehr viel

2.3. Hatten Sie Probleme mit der Cospaces -Anwendung?

- Ja
- NEIN

2.4. Können Sie das Problem erklären? (nur wenn die vorherige Frage mit „Ja“ beantwortet wurde)

2.5. Hat man Ihnen während der Aktivität geholfen?

- 1 – Überhaupt nicht
- 2
- 3
- 4
- 5 – Sehr viel

2.6. Hat Ihnen die Verwendung der Cospaces -Anwendung bei der Aktivität Spaß gemacht?

- 1 – Überhaupt nicht
- 2
- 3
- 4
- 5 – Sehr viel

2.7. Wenn Sie möchten, können Sie Vorschläge oder Kommentare zur Aktivität machen.



Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.



ABSCHNITT 3: FEEDBACK UND AUSWIRKUNGEN

3.1. Welchen Einfluss hatte diese Aktivität auf Ihre Wahrnehmung von Computerspielsucht?

3.2. Fühlen Sie sich stärker oder besser gerüstet, um spielbezogene Herausforderungen zu Hause zu bewältigen?

- Ja
 NEIN

3.3. Haben Sie Vorschläge zur Verbesserung dieser Schulung in zukünftigen Sitzungen?

ABSCHNITT 4: GLOBALE BEWERTUNG





Kofinanziert von der Europäischen Union



4.1. War die Aktivität zufriedenstellend?

- 1 - Schlecht
- 2
- 3
- 4
- 5 – Ausgezeichnet

Vielen Dank für Ihr Feedback!



Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

