

Ballrunde: 20 kurze Impulse

Eine kleine Starthilfe fuer Unterricht, Training und Seminare - damit der Ball nicht Tempo macht, sondern das Wort sichtbar weitergibt.

Die Ballrunde funktioniert am besten, wenn der Impuls kurz, klar und sicher ist. Dieses Mini-PDF liefert dir schnelle Formulierungen fuer Einstieg, Wiederholung, Check-in, Sicherung und ruhige Varianten ohne Werfen. Nutze sie direkt oder passe einzelne Saetze an deine Gruppe an.

Einstieg ins Thema - Nennen Sie ein Wort, das Sie mit dem Thema verbinden. - Welche Frage bringen Sie heute mit? - Was sollte heute auf keinen Fall unklar bleiben? - Welches Praxisbeispiel passt zum Thema?	Check-in und Energie - Ein Wort zu Ihrer aktuellen Energie. - Was brauchen Sie, um gut weiterarbeiten zu koennen? - Welche Bewegung passt zu Ihrem Kopf gerade? - Was hilft Ihnen, wieder anzukommen?
Wiederholung - Nennen Sie einen Begriff, der haengen geblieben ist. - Formulieren Sie eine Erkenntnis in einem Satz. - Welche Regel sollten wir nicht vergessen? - Welches Beispiel macht den Inhalt greifbar?	Fragen-Ball - Welche Frage wuerden Sie der Gruppe mitgeben? - Wo brauchen Sie noch ein Beispiel? - Welche Frage klaert den naechsten Schritt? - Was wuerden Sie jemandem fragen, der neu dazukommt?

Merksatz

Der Ball gibt das Wort, nicht das Tempo. Erst antworten, dann weitergeben. Wer nicht fangen moechte, bekommt den Ball gereicht oder gibt ein Handzeichen.

Sicherheitsregel

Arbeite mit einem weichen Ball, mit Rollen statt Werfen oder mit einem Redegegenstand. Aktivierung soll Beteiligung erleichtern - nicht koerperlichen Druck erzeugen.

Sicherung und ruhige Varianten

Diese Impulse helfen, die Ballrunde als Denk- und Gespraechsstruktur zu nutzen - auch ohne Werfen.

Sicherung - Ausrufezeichen: Was war wichtig? - Fragezeichen: Was ist noch offen? - Was nehmen Sie konkret mit? - Welchen Satz wuerden Sie sich notieren?	Transfer - Wo koennen Sie das Gelernte anwenden? - Welche Situation aus Ihrer Praxis passt dazu? - Was waere ein erster kleiner Umsetzungsschritt? - Welche Stolperstelle sollten Sie beachten?
Ohne Werfen - Ball wird gereicht: Eine Aussage, ein Satz, dann weiter. - Ball wird gerollt: Erst Blickkontakt, dann Antwort. - Ball bleibt in der Mitte: Wer antwortet, tippt ihn kurz an. - Redegegegenstand statt Ball: Gleiche Regel, weniger Koerperdruck.	Wenn es hektisch wird - Stopp: Wir bleiben bei einem Satz. - Der Ball geht erst weiter, wenn der Impuls beantwortet ist. - Wir wechseln von Werfen zu Reichen. - Wir sammeln jetzt ein Muster aus der Runde.

Mini-Vorlage zum Anpassen

Mein Ziel Einstieg / Wiederholung / Check-in / Sicherung	Mein Impuls _____
Weitergabe Werfen / Rollen / Reichen / Redegegenstand	Anschluss Was greife ich danach auf?

Kurzer Abschluss

Greife nach der Ballrunde immer mindestens ein Muster auf: Ein haeufiges Wort, eine offene Frage, eine Energieveraenderung oder einen naechsten Schritt. So bleibt die Methode mehr als Bewegung.