

„Freiheit und Demokratie im Spannungsfeld zwischen Individualität und Solidarität“

Oberthema: **Wie demokratisch ist mein Verein – und mein Leben?**

Einstieg & Werte (45 Minuten)

Uhrzeit	Ziel	Inhalt	Methode	Dauer
10:00– 10:05	Orientierung	Begrüßung, Ablauf, Ziele	Plenum	5 min
10:05– 10:15	Aktivierung	Was bedeutet Freiheit für mich?	Brainstorming + Moderationskarten	10 min
10:15– 10:25	Werte reflektieren	Freiheit – Regeln – Verantwortung	Wertebarmeter (Raumpositionierung)	10 min
10:25– 10:45	Spannungsfelder verstehen	Individuum vs. Gruppe	Mini-Impuls + Gruppenreflexion	20 min

Demokratie erleben & verstehen (75 Minuten)

Zeit	Ziel	Inhalt	Methode	Dauer
10:45– 10:55	Einstieg	„Was ist eigentlich Demokratie?“	Kurzinput + Beispiele	10 min
10:55– 11:10	Demokratie sichtbar machen	Wo erlebe ich Demokratie?	Einzelarbeit + Austausch	15 min
11:10– 11:30	Erfahrungen austauschen	Schule – Familie – Freizeit – Vereine	Gruppenarbeit	20 min
11:30– 12:00	Vertiefung	Was macht eine demokratische Gruppe aus?	Gruppenpuzzle: Regeln – Rechte – Mitsprache	30 min

12:00 – 12:30 Mittagspause

Demokratie im Musikverein (90 Minuten)

Zeit	Ziel	Inhalt	Methode	Dauer
12:30– 12:40	Einstieg	Was ist ein Musikverein? Wer entscheidet?	Plenum	10 min
12:40– 13:00	Entscheidungsstrukturen verstehen	Dirigent, Vorstand, Satzung, Probe	Impuls + Brainstorming	20 min
13:00– 13:25	Fallarbeit	3 reale Konfliktfälle	Gruppenarbeit (Fallkarten)	25 min
13:25– 13:50	Lösungswege	demokratische Alternativen	Präsentationen	25 min
13:50– 14:00	Transfer	Was heißt demokratisch im Verein?	Blitzlicht	10 min

14:00 – 14:10 Pause

Individualität vs. Solidarität im Verein (65 Minuten)

Zeit	Ziel	Inhalt	Methode	Dauer
14:10– 14:20	Einstieg	Wo stoßen Wünsche aufeinander?	Rollenspiel-Mini-Impuls	10 min
14:20– 14:40	Perspektiven verstehen	Konflikte im Verein (Solostimmen, Uniform, Termine)	Rollenspiel	20 min
14:40– 15:00	Lösungen entwickeln	Fairness vs. Freiheit	Fishbowl-Diskussion	20 min
15:00– 15:15	Erkenntnisse sichern	Was braucht ein fairer Verein?	Wandzeitung	15 min

15:15 – 15:25 Pause

Generationengerechtigkeit (45 Minuten)

Zeit	Ziel	Inhalt	Methode	Dauer
15:25– 15:35	Einstieg	Junge – Alte: Was ist fair?	Kartenabfrage (Kritikphase)	10 min
15:35– 15:55	Bedürfnisse erkennen	Probenzeiten – Rollen – Erwartungen	Zukunftswerkstatt (Fantasiephase)	15 min
15:55– 16:10	Zukunft planen	Verbesserungsvorschläge	Zukunftswerkstatt (Realisierungsphase)	20 min

16:10 – 16:20 Pause

Extreme Haltungen verstehen (40 Minuten)

Zeit	Ziel	Inhalt	Methode	Dauer
16:20– 16:30	Grundlagen	Was sind extreme Haltungen?	Input (altersgerecht)	10 min
16:30– 16:45	Mechanismen	Gruppendruck, Zugehörigkeit, Online-Dynamiken	Filmclip/Storyboard + Austausch	15 min
16:45– 17:00	Schutzfaktoren	Was hält Gruppen demokratisch?	4-Ecken-Debatte	15 min

360 Minuten