

8:00 – 09:00 Uhr	Offenes Frühstück
9:30 Uhr	Inhaltlicher Tageseinstieg Der Tageseinstieg dient dem thematischen gemeinsamen Start in den Tag. Mithilfe von einem Text, Video oder Lied wird den Schüler*innen ein Gedankenimpuls für den Tag mitgegeben.
10:00 Uhr	Spielpädagogik Die Schüler*innen starten mit einem gemeinsamen Spiel in den Tag hinein. Durch die körperliche Bewegung sollen die Koordinationsfähigkeit und Achtsamkeit gestärkt sowie der Kreislauf am Morgen in Schwung gebracht werden. Außerdem sollen die Schüler*innen durch die physische Auslastung, für die kognitiven Aufgaben des Tages vorbereitet werden.
	Gruppeneinheit In der Zeit wird methodisch zum gewählten Thema gearbeitet, z.B. mittels Kooperationsübungen zum gewählten Thema gearbeitet. Die thematische Einheit nimmt den größten Teil des Vormittages ein. Themen können bspw. Stress und Entspannung, Selbst- und Fremdwahrnehmung oder Liebe, Freundschaft und Sexualität u.v.m. sein.
12:30 Uhr	Mittagessen
Ca. 13:00 Uhr	Mittagspause Diese Zeit können die Schüler*innen frei vom gestalteten Programm für sich selbst oder in Kleingruppen für einen lockeren Austausch nutzen.
14:00 – 15:00 Uhr	Freiwilliger Stehkafee im Foyer Bei Kaffee und Keksen können sich die Schüler*innen im Gruppenraum zusammenfinden. Diese Zeit ist besonders wichtig für das personale Angebot der begleitenden Referent*innen und Teamer.
15:15 Uhr	Gruppeneinheit In der Zeit wird die methodische Arbeit zum gewählten Thema fortgesetzt.
18:00 Uhr	Abendessen
19:30 Uhr danach Freizeit	Spielerunde/Spielepädagogik Die Spielerunde stärkt den Zusammenhalt der Gruppe und bietet Lehrkräften und Schüler*innen die Möglichkeit, sich außerhalb des Schulalltags gegenseitig in einer anderen Rolle kennenzulernen.
21:30 / 22:30 Uhr	Tagesausstieg Der Tagesausstieg ist der Tagesabschluss für die Schüler*innen. Durch Texte, Videos oder Lieder werden die Schüler*innen angeleitet, über ihren Tag oder einen Punkt in ihrem Leben nachzudenken. Außerdem erhalten die Schüler*innen eine Ruhephase, um Zeit für sich selbst zu haben.
22:00 / 23:00 Uhr	Hausruhe Die Nachtruhe bedeutet, dass alle Schüler*innen auf ihrem eigenen Zimmer sind und sich ruhig verhalten sollen. Eine angemessene Ruhephase ist wichtig für den weiteren Kursverlauf.