

PRAXISTEIL

2

ÜBUNGEN/SPIELE MIT
AUSWERTUNGS- UND
REFLEXIONSFRAGEN

ALASKA BASEBALL

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

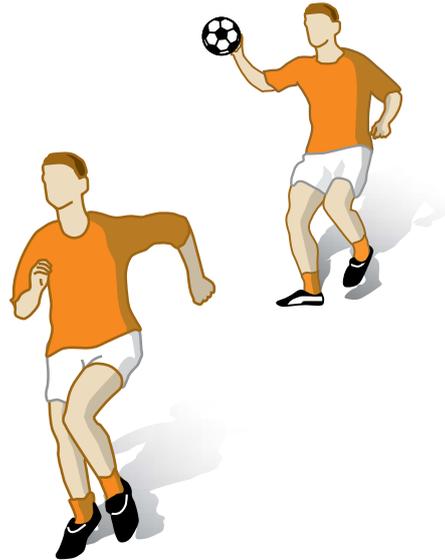
Personen 10+

Alter 8+

Dauer ca. 20 Minuten

Material

- Ball



Spielziele

- Kooperation

Spielablauf

Eine besondere Variante des „Baseball“- oder „Brennball“-Prinzips

Die Gruppe wird in 2 gleich große Teams geteilt. Beide Gruppen stellen sich im Abstand von ca. 5 m jeweils ungeordnet zusammen.

Ein Durchlauf funktioniert so

Eine Person aus Team A wirft den Ball so weit wie möglich fort und beginnt daraufhin die Gruppe so oft wie möglich laufend zu umkreisen. Team B holt den Ball zurück, stellt sich in einer Reihe mit gegrätschten Beinen hintereinander auf und gibt den Ball zwischen den Beinen von vorne nach hinten durch. Die letzte Person läuft mit dem Ball in der Hand nach vorne und ruft „Stopp!“

Es werden die vollständigen Umrundungen von Team A als Punkte gut geschrieben. Die Rollen wechseln. 3 bis 5 Durchgänge pro Team.

Auswertung in der Gruppe

- Wie hat sich die Strategie entwickelt?
- Wie ist auf die unterschiedlichen Fähigkeiten der Teammitglieder reagiert worden?
- Welche alternativen Strategien gibt es?
- Welche Signale sind hilfreich, um die Aufgabe zu lösen?

AMPELSPIEL

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

Personen 12+

Alter 8+

Dauer ca. 20 Minuten

Material

- 2 x 3 unterschiedlich farbige Bälle

Spielziele

- Kooperation in der Gruppe stärken
- Nonverbale Kommunikationsformen entwickeln lassen

Ein Durchgang funktioniert so

Die Spielleitung zeigt den hintersten Teammitgliedern wahllos einen von 3 unterschiedlich farbigen Bällen. Diese haben die Aufgabe, ohne Sprechen und ohne Laute ein Signal an die Person vor ihnen weiterzugeben, das diese durch die Reihe fortsetzt. Ist das Signal vorne angekommen, läuft das vorderste Teammitglied zum Ring und greift den Ball mit der Farbe, die hinten gezeigt wurde. Wenn vorhanden, postiert sich die zweite Spielleitung als Schiedsperson vorne am Ring.

Wertung nach einem Durchgang

Die Person, die als erste den richtigen Ball geholt hat, geht ans Ende der Reihe, alle anderen dieses Teams rutschen vor. Wird der falsche Ball gegriffen, muss die hinterste Person in diesem Team nach vorne kommen. Es gewinnt das Team, bei dem zuerst dieselbe Person vorne sitzt wie zu Beginn.



Spielablauf

Idee

Durch nonverbale Zeichen, die sich ein Team selbst ausdenkt, wird eine wichtige Information durch eine Reihe geschickt.

Die Gruppe wird in 2 Teams aufgeteilt. Bei mehr als 25 Teilnehmer/innen werden 3 Teams gebildet. Jedes Team sitzt im Grätschsitz in einer Reihe hintereinander; die Reihen sitzen parallel im Abstand von ca. 1 m nebeneinander, alle schauen in dieselbe Richtung. Hinter der Gruppe steht die Spielleitung und versteckt 3 Bälle unterschiedlicher Farbe hinter ihrem Rücken. Vor der Gruppe befindet sich im Abstand von ca. 4 m ein Ring, in dem auch 3 Bälle mit diesen Farben liegen.

Auf folgende Regeln ist strikt zu achten

- Bevor ein Durchgang startet, müssen alle nach vorne gucken, außer den hintersten Teammitgliedern.
- Während der Übertragung darf nicht gesprochen werden und dürfen auch keine Geräusche gemacht werden. Husten, Lachen oder Klopfen werden sonst als Signale verwendet. Vor dem ersten Durchgang besprechen die Teams getrennt voneinander, welche Signale sie verwenden wollen. Es ist wichtig, keine Vorschläge zu machen.
- Wenn die Übertragung in einem Team überhaupt nicht funktioniert, kann auch später noch einmal Auszeit für eine Teambesprechung gegeben werden.



AMPELSPIEL

Auswertung in der Gruppe

Variation

- Statt der Bälle können auch andere Gegenstände verwendet werden, die sich in der Form unterscheiden, z. B. Messer, Gabel, Löffel.
- In einem zweiten Durchgang können die Gruppen neu gemischt werden. Auf welche Signale einigt sich die neue Gruppe? Wie oft werden noch die Signale aus der alten Gruppe verwendet? Wie leicht ist es, seine „Sprache“ zu wechseln?

- Welche Signale habt ihr verwendet? Wie hat das funktioniert?
- Welche Fähigkeiten sind wichtig, um diese Aufgabe als Team zu lösen? (In der Vorbereitung, in der Durchführung, einzelne Rollen, Wichtigkeit aller Teammitglieder ...)
- Was würde passieren, wenn die Gruppen plötzlich neu gemischt wären?

Reflexion für die Leitung

(kultursensibel)

- Wie und mit welcher „Sprache“ kommuniziert wird, ist eine wichtige kulturelle Ressource. In jeder Gruppe bildet sich eine gemeinsame „Sprache“. Unterschiedliche Sprachen können gleichberechtigt und mit gleich gutem Ergebnis nebeneinander stehen.
- Wer bestimmt, welche Sprache gesprochen wird, welche Worte, Gesten, Körperhaltungen wichtig sind?
- Wie fühlt es sich an, wenn andere Sprachen als „besser“ oder „richtiger“ dargestellt werden, obwohl meine Sprache auch gut funktioniert?
- Wie verändern sich Sprache und Kommunikation in Gruppen mit Mitgliedern unterschiedlicher Herkunft?
- Welche (unterschiedliche) Körpersprache und Gesten existieren in der Gruppe?



AUSBRECHEN

Spielvoraussetzungen

Themenbereich
Gruppenformen ohne Materialien

Personen 8 – 20

Alter 10+

Dauer 10 – 15 Minuten

Spielablauf

Die Teilnehmer/innen bilden einen Kreis und legen die Arme über die Schultern ihres Nachbarn. Eine Person steht im Kreis und muss versuchen den Kreis zu verlassen. Die Aufgabe der Gruppe ist es, dies zu verhindern.

Spielziele

- Körperkontakt

Auswertung

Das Spiel bietet sich an um „Ausgrenzung“ zu thematisieren:

- Wie hast du dich gefühlt in der Gruppe? (außerhalb der Gruppe?)
- Warum hast du dich ... gefühlt?
- Ist dir das in anderen Situationen auch schon passiert? In welchen?

Variation

- „Einbrechen“
Eine Person steht außerhalb des Kreises und muss versuchen in den Kreis hinein zu gelangen. Die Aufgabe der Gruppe ist es, dies zu verhindern.
- „Ausbrechen“ und „Einbrechen“ kann gleichzeitig geschehen.



BAMBUSSTAB ABLEGEN

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

Personen 6 - 14

Alter 10+

Dauer 5 - 15 Minuten

Material

- Bambusstab ca. 2 m lang
- alternativ Besenstiel, o. ä.

Spielablauf

Die Gruppe verteilt sich an den beiden Längsseiten des Bambusstabs. Die Teilnehmer/innen stehen nun seitlich nebeneinander, wobei der Gegenüberstehende immer etwas versetzt ist. Jeder streckt seine Hände mit ausgestreckten Zeigefingern nach vorne. (Zwischen den eigenen beiden Fingern muss immer ein Finger des Gegenübers liegen). Der Stab wird locker auf alle ausgestreckten Fingerspitzen gelegt. Der Bambusstab muss nun gemeinsam auf den Boden gelegt werden. Jedoch darf keiner den Kontakt zum Stab verlieren.

Spielziele

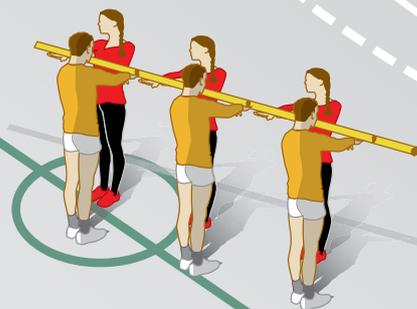
- Kommunikation
- Kooperation

Auswertung in der Gruppe

- Mögliche Fragen für die Reflexion:
- Wie hast du die Übung erlebt?
- Warum haben wir alle die umgekehrte Richtung eingeschlagen?

Variation

- Den Stab nur mit einer Hand bzw. Fingerspitze berühren.



BLINDER ROBOTER

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Partnerformen mit Materialien

Personen max. 30 (gerade Teilnehmerzahl)

Alter 8+

Dauer 5 – 10 Minuten

Material

- Entsprechende Anzahl an Tüchern, um die Augen zu verbinden
- Eingebaute Hindernisse in der Sporthalle (z. B. kleine oder große Geräte) oder Einbezug der Gegebenheiten vor Ort (z. B. Bäume im Wald).

Anmerkungen

Dieses Spiel eignet sich sehr gut, um das Thema „Vertrauen und Verantwortung“ im Nachgang zu thematisieren.

Spielablauf

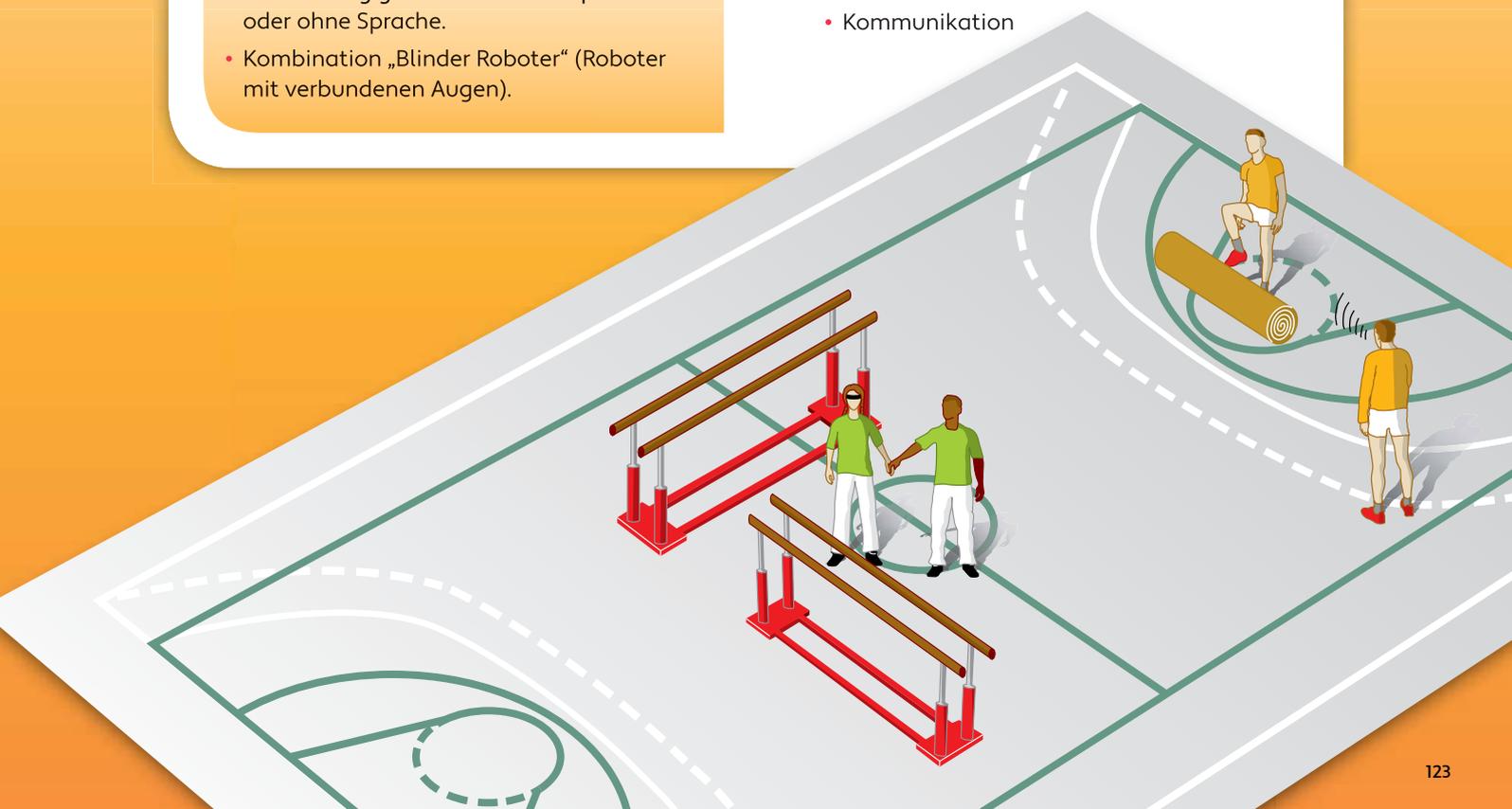
Jeweils zwei Personen gehen als Paar zusammen. „Blind“: Einem Partner werden die Augen verbunden. Der führende Partner nimmt seinen „blinden“ Partner an der Hand und führt diesen durch ein Gelände mit Hindernissen. Der Führende muss dem Blinden möglichst viele Informationen über das Gelände geben und ihn ganz behutsam führen. Nach einigen Minuten wird getauscht. „Roboter“: Ein Partner bewegt sich im Raum, während der andere ihm Kommandos für die Richtungsänderung gibt. Die Steuerung ist möglich durch Zuruf oder durch Berührung (z. B. Fingertippen = geradeaus; Hand auflegen = Stop; leichter Zug nach hinten = rückwärts; kurzes Antippen der re/li Schulter = Bewegung nach re/li). Nach einigen Minuten wird getauscht.

Variation

- Einer führt mehrere „Blinde“ oder „Roboter“.
- Die Führung geschieht ohne Körperkontakt oder ohne Sprache.
- Kombination „Blinder Roboter“ (Roboter mit verbundenen Augen).

Spielziele

- Wahrnehmung
- Vertrauen
- Kommunikation





BLINDE/R UND LAHME/R

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

Personen 8+

Alter 10+

Dauer 10 – 20 Minuten

Material

- möglichst Augenbinden für die Hälfte der Gruppe

Spielablauf

Es werden Paare mit etwa gleich starken bzw. gleich schweren Partnern/innen gebildet. Diese Paare bilden Gruppen, die gegeneinander in einem Staffellauf antreten. Die „blinde“ Person bekommt die Augen verbunden und nimmt die „lahme“ Person huckepack. In dieser Kombination wird die Staffelstrecke gelaufen. In jedem Durchgang soll jedes Paar zweimal mit unterschiedlichen Rollen laufen.

Spielziele

- Kooperation
- Kommunikation

Variation

- Die Parcoursstrecke wird mit Hindernissen gestaltet.
- Es darf nicht gesprochen werden, sondern es dürfen nur nonverbale Zeichen zur Wegweisung eingesetzt werden.

Reflexion für die Leitung

(kultursensibel)

Welche unterschiedlichen Fähigkeiten sind bei Einzelnen in der Gruppe vorhanden? Welche unterschiedlichen Fähigkeiten/Voraussetzungen lassen sich auf die Herkunft der Gruppenmitglieder zurückführen? Wie geht die Gruppe mit „Behinderungen“ um, die einzelne Mitglieder haben (z. B. mangelnde Fähigkeiten in der dominanten Sprache)? Wie mit unterschiedlichem Umgang mit körperlicher Berührung? Wird es respektiert? Haben alle Gruppenmitglieder irgendeine Sache, die sie nicht können und bei der sie Hilfe brauchen?

Auswertung in der Gruppe

- Wie ging es euch in den verschiedenen Rollen?
- Wie habt ihr kommuniziert?
- Welche Fähigkeiten sind zur Geltung gekommen?

DR. NO JAGT 007

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

Personen 12+

Alter 10+

Dauer 25 Minuten

Material

- So viele kleine Zettel wie Gruppenmitglieder (inkl. Spielleitung) mit den Nummern 001 bis 0 ...

Spielziele

- Nonverbale Kommunikation
- Kooperation
- Aufmerksamkeit



Spielablauf

Zu Spielbeginn werden die Zettel mit den Nummern gefaltet und verdeckt an alle verteilt. Niemand darf seine Geheimagenten/innennummer verraten. Die Leitung kann mitspielen. Die Gruppe sitzt im Kreis, ein freiwilliges Gruppenmitglied und der erste Dr. No stellen sich in die Mitte der Gruppe.

Nun ruft er/sie nach freier Wahl zwei Nummern aus, indem die Ziffern einzeln genannt werden, z. B. „null null drei und null eins fünf!“. Er/sie weiß noch nicht, wer diese Agenten/innen sind. Nun haben die Agenten/innen mit den Nummern 003 und 015 die Aufgabe, die Plätze zu tauschen. Dazu müssen sie sich über Augenkontakt oder sonstige Signale erst einmal finden. Dr. No muss sich dabei einigermaßen

kontinuierlich in der Mitte drehen und darf nicht am Rand entlang gehen. Während des plötzlich stattfindenden Tauschs versucht Dr. No einen frei werdenden Platz zu ergattern. Der/die übrig bleibende Agent/in startet die neue Runde.



DR. NO JAGT 007

Variation

- Der Kreis wird etwas größer gemacht. Dr. No in der Mitte muss nicht den Platz ergattern, sondern nur einen der Agenten/innen beim Platzwechsel abschlagen.
- Wenn die Gruppe schon Vertrauen aufgebaut hat: der Kreis wird relativ eng gemacht. Dr. No verbindet sich die Augen, alle müssen absolut leise sein. Nur durch die Geräusche erkennt Dr. No, wo die Agenten/innen sich bewegen und versucht sie abzuschlagen.
- In Gruppen, bei deren Mitgliedern mehrere Sprachen vertreten sind (Jugendaustausch, Kinder, die Englisch zählen lernen, Türkisch, Russisch ...):
Vor Spielbeginn werden die Ziffern von 0 bis 9 und die zugehörigen Worte in der neuen Sprache auf ein Plakat geschrieben, das während des Spiels für die Person in der Mitte gut sichtbar ist. Die Ziffern werden in dieser Sprache ausgerufen.

Auswertung in der Gruppe

- Wie habt ihr euch verständigt?
- Wie habt ihr euch für den „richtigen Moment“ zu laufen entschieden?
- Wie hat sich die Person in der Mitte gefühlt?



Reflexion für die Leitung

(kultursensibel)

Nonverbale Kommunikation macht einen großen Teil der menschlichen Verständigung aus. Verschiedene Zeichen haben in unterschiedlichen Gruppen unterschiedliche Bedeutung. Der „richtige Abstand“ zwischen 2 Personen, die Länge des üblichen Augenkontaktes, Gesten und Mimik werden spezifisch unterschiedlich eingesetzt.

Einstieg ins Thema nonverbale Kommunikation: Welche Gefühle löst ein „zu enger“ Abstand zwischen 2 Personen aus? Was fühlst du, wenn dich jemand „zu lange“ anguckt? Hast du schon einmal Missverständnisse mit bestimmten Gesten erlebt? Wie werden deine Körperhaltung und deine Gesten von den anderen wahrgenommen?

FLIEGENDER TEPPICH

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

Personen max. 15

Alter 8+

Dauer 30 – 40 Minuten

Material

- 1 Tuch/Plane für jede Gruppe in einer solchen Größe, dass die ganze Gruppe zusammengedrängt darauf stehen kann

Spielziele

- Kooperation stärken
- Bewusst machen, wie wichtig es ist, unterschiedliche Fähigkeiten gemeinsam zu nutzen
- Stärkung der partizipativen Kommunikation
- Körperkontakt

Variation

- gleiche Aufgabe ohne sprachliche Kommunikation
- 2-4 Teilnehmer/innen müssen eine Turnmatte wenden ohne den Boden zu berühren.

Auswertung in der Gruppe

- Welche Strategien habt ihr angewendet?
- Welche Vorschläge hat es gegeben?
- Welche sind verwirklicht worden?
- Welche sind überhört oder verworfen worden?
- Wie kam es zu Entscheidungen?
- Wie wurde miteinander gesprochen?
- Wie waren die Rollen in der Gruppe verteilt?
- Welche Fähigkeiten sind nötig, um eine solche Aufgabe zu lösen?
- Wie können die unterschiedlichen Ideen und Fähigkeiten der Gruppenmitglieder miteinander verbunden werden?

Spielablauf

Je nachdem wie sehr die Gruppe sich darauf einlassen kann, wird die Rahmengeschichte erzählt: Die Gruppe befindet sich in großer Höhe auf einem fliegenden Teppich. Weil aber auch diese abnutzen, müsse der Teppich im Flug umgedreht werden, ohne dass auch nur ein einziger Fuß oder ein anderes Körperteil neben den Teppich tritt und die Person dadurch „herunterfällt“. Aufgabe an die Gruppe: Dreht das Tuch auf dem ihr steht auf die andere Seite, sodass ihr auf jener Seite steht, die zurzeit den Boden berührt. Dabei darf kein Körperteil jemals den Boden berühren, sonst müsst ihr von vorne beginnen.

Reflexion für die Leitung

(kultursensibel)

In unterschiedlichen Gruppen gibt es kulturell geprägten Umgang mit körperlicher Nähe: Unter welchen Bedingungen dürfen sich Männer und Männer, Frauen und Frauen, Männer und Frauen wie nahe kommen? Wer darf sich wie wo berühren? Ggf. können Grenzen thematisiert werden, zu denen Gruppenmitglieder tolerieren, berührt zu werden oder nicht. Wie können mit unterschiedlichen Grenzsensetzungen gemeinsame Aufgaben bewältigt werden?



FLUGLOTSEN

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

Personen 8 – 15

Alter 8+

Dauer 20 Minuten

Material

- Augenbinde

Spielziele

- Vertrauen entwickeln
- Kooperation stärken

Die Übungsleitung achtet die ganze Zeit sehr aufmerksam darauf, dass das durch Blindheit gegebene Vertrauen nicht missbraucht wird. Insbesondere unter (männlichen) Jugendlichen ist das dominante und allseits akzeptierte Verhalten, in solchen Situationen die schwächere Person „hereinfallen“ zu lassen, wodurch genau das Gegenteil von Vertrauensaufbau erreicht wird. Die Gruppe bildet in zwei gegenüberstehenden Reihen eine Gasse („Landebahn“) von ca. 4 m Breite. Die Mitglieder einer Reihe haben zueinander auch einen Seitenabstand von ca. 4 m. Am Ende der Gasse steht eine Person in der Mitte mit Blick durch die Gasse.

Spielablauf

Ein/e Freiwillige/r verbindet sich die Augen und läuft als „landendes Flugzeug“ so schnell wie möglich durch die Gasse auf die am Ende wartende Person zu. Durch ständiges Summen, das lauter wird, wenn die blinde Person sich nähert, geben die „Fluglotsen“ die Richtung an. Die am Ende wartende Person ruft so rechtzeitig „Stopp“, dass das landende Flugzeug noch bremsen kann, ohne mit jemandem zu kollidieren.

Variation

- Die Fluglotsen bleiben so lange stumm, wie keine Gefahr für die landende Person besteht, rufen aber bei gefährlicher Annäherung oder wenn das „Flugzeug“ aus der Bahn gerät laut „Stopp!“.

Auswertung in der Gruppe

- Wie ging es mir?
- Was habe ich empfunden?
- War es schwer/leicht? Warum?
- Kann ich Verantwortung an andere abgeben?
- Wodurch entsteht Vertrauen untereinander?
- Wodurch wird es zerstört?
- Wofür brauchen wir Vertrauen?

Reflexion für die Leitung

(kultursensibel)

In eine neue Gruppe, Stadt oder Gesellschaft zu kommen, ist oft wie ein „Blindflug“. Es geht um Unsicherheiten und Orientierung, darum, Menschen zu finden, denen man vertrauen kann, dass sie hilfreiche Signale geben, um nicht „anzuecken“. Die Geschwindigkeit und Richtung aber bestimmt die Person, die herein kommt, selbst.

FLUSSÜBERQUERUNG

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

Personen 6 – 20

Alter 8+

Dauer 10 – 30 Minuten

Material

- Klebeband (oder 2 lange Seile)
- Bretter
- Pappe
- Teppichfliese
- Tischsets oder Ähnliches
(Größe ca. 40 x 30 cm, pro Person ein Stück)

Spielziele

- Kooperation
- Kommunikation
- Hilfsbereitschaft

Spielablauf

Mit Seilen/Klebeband wird ein breiter Fluss absteckt (je nach Gruppengröße, ca. 1,5 m pro Teilnehmer/innen). Die Gruppe befindet sich an einem Ufer. Die Aufgabe ist, gemeinsam den Fluss zu überqueren und das andere Ufer zu erreichen. „Schwimmen“ und Springen sind nicht möglich. Einziges Hilfsmittel ist pro Teilnehmer/innen ein Brett (oder Ähnliches). Dieses Brett ermöglicht es den Teilnehmer/innen, auf dem Fluss zu gehen.

ACHTUNG: Über dem Fluss weht ein starker Wind, der das Brett sofort wegweht (die Leitung nimmt das Brett aus dem Spiel), wenn es nicht von einem Teilnehmer/innen berührt wird. Der Fluss selbst darf nicht berührt werden (weil es dort gefährliche Fische gibt, Haie, Piranhas ...). Wenn eine Person dennoch in den Fluss tritt oder auf irgendeine Art das „Wasser“ berührt, muss die Gruppe komplett wieder an den Ausgangspunkt zurück und die Übung erneut beginnen (sie bekommt alle verlorenen Bretter zurück).



FLUSSÜBERQUERUNG

Auswertung in der Gruppe

Variation

- In der Mitte des Flusses können kleine Inseln („feststehende“ Bretter) gelegt werden, die der Gruppe die Überquerung erleichtern.
- Zwei Gruppen spielen parallel das Moor-spiel. Welches Team ist schneller am Ziel?

- Bist du mit der Lösung der Aufgabe zufrieden?
- Wie habt ihr geplant?
- Wie war die Kommunikation bei der Durchführung der Übung?
- Wer hatte welche Rolle?
- Welche Fähigkeiten sind wichtig, um diese Aufgabe als Team zu lösen? (In der Vorbesprechung, in der Durchführung, einzelne Rollen, Wichtigkeit aller Teammitglieder ...)

Reflexion für die Leitung

(kultursensibel)

Dies ist eine gute Übung, um sich ein Bild über die Zusammenarbeit in der Gruppe zu machen. Auch die Rollen Einzelner kommen hier in der Regel zum Ausdruck.



FÖRDERBAND

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

Personen 8 – 15

Alter 8+

Dauer 5 – 20 Minuten

Material

- Matten zum Unterlegen

Spielablauf

Die Teilnehmer/innen stehen in Gassenstellung und legen ihre Unterarme im Reißverschlussystem ineinander. Dabei zeigen die Handflächen nach oben. Eine Person legt sich am Ende der Gasse auf die Hände und Arme der anderen Teilnehmer/innen und wird dann vorsichtig nach vorne befördert. Sind jeweils 2 Teilnehmer/innen am Ende des Förderbands, schließen sie sich an, sodass ein kontinuierliches Weiterbefördern möglich ist.

Spielziele

- Vertrauen schaffen
- Zusammengehörigkeitsgefühl entwickeln

Variation

- Förderband auf dem Boden: Hierzu legen sich die Teilnehmer/innen bäuchlings auf den Boden/eine Mattenbahn. Ein/e Teilnehmer/innen legt sich in gestreckter Haltung quer auf die anderen Teilnehmer/innen. Diese transportieren durch das Drehen ihrer Körper den Oberliegenden bis ans Ende der Reihe. Dort angekommen legt sich der/die Teilnehmer/innen wieder in die Reihe und die nächste Person vom Anfang der Reihe wird befördert.

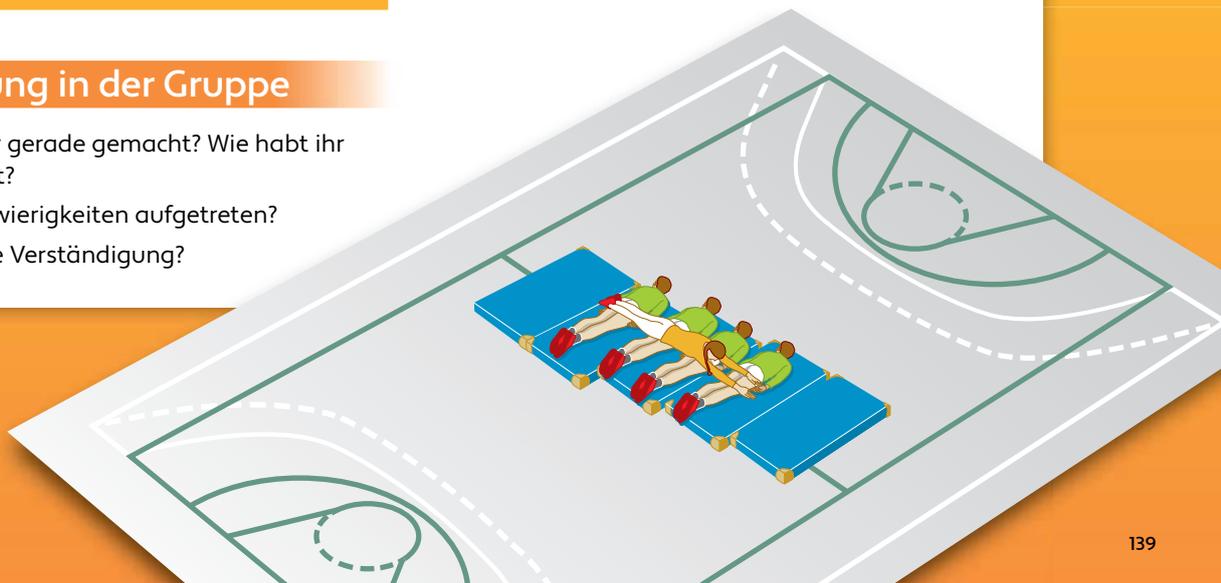
Reflexion für die Leitung

(kultursensibel)

In unterschiedlichen Gruppen gibt es kulturell geprägten Umgang mit körperlicher Nähe: Unter welchen Bedingungen dürfen sich Männer und Männer, Frauen und Frauen, Männer und Frauen wie nahe kommen? Wer darf sich wie wo berühren? Ggf. können Grenzen thematisiert werden, zu denen Gruppenmitglieder tolerieren, berührt zu werden oder nicht. Wie können mit unterschiedlichen Grenzssetzungen gemeinsame Aufgaben bewältigt werden?

Auswertung in der Gruppe

- Was habt ihr gerade gemacht? Wie habt ihr das gemacht?
- Wo sind Schwierigkeiten aufgetreten?
- Wie war eure Verständigung?



FUSSBASKETBALL

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

Personen 8+

Alter 8+

Dauer 20 – 30 Minuten

Material

- Fußball
- 2 Basketballkörbe
- 2 Längskästen

Spielziele

- Kooperation
- Perspektivwechsel
- Verwirrung bewältigen

Spielablauf

Die Gruppe wird in 2 gleich große Teams geteilt. Die beiden Kästen werden ca. 1,5 m hinter den Basketballkörben aufgestellt. Auf einem Basketballfeld wird immer in einer Hälfte Fußball in der anderen Hälfte Basketball gespielt. Sobald der Ball die Mittellinie überquert, wechselt die Spielweise von Fuß- zu Basketball und umgekehrt. Immer wenn ein Team einen Korb bzw. ein Tor erzielt, wechseln die Mannschaften die Seite. Dann ist Anstoß von der Mittellinie, sodass die Mannschaft, die vorher in ihrer eigenen Verteidigungshälfte Basketball gespielt hat, nun in der Angriffshälfte Basketball spielt und umgekehrt.

Auswertung in der Gruppe

- Wie ist es euch gegangen?
- Was war schwierig? Wie habt ihr die schnellen Wechsel erlebt?
- Wie wurde mit der entstehenden Verwirrung umgegangen?
- Habt ihr als Team kooperiert oder hat jeder eher für sich gespielt?
- Gab es eine gemeinsame Strategie?
- Wie habt ihr euch abgestimmt?



Reflexion für die Leitung

(kultursensibel)

Im Spiel werden gewohnte und selbstverständliche Verhaltens- und Bewegungsmuster durch den Wechsel der Ballsportart und der Seite durchbrochen, was mitunter zu Verwirrung führen und den Spielfluss unterbrechen bzw. chaotisch machen kann. Die dabei entstehenden Gefühle tauchen ebenfalls in interkulturellen Begegnungen auf, immer da wo mein Gegenüber für mich etwas Ungewohntes bzw. nicht Selbstverständliches tut oder ich gezwungen bin, meine gewohnte Verhaltensweise zu verändern. Diese divergierenden Gefühle auszuhalten und in solchen Situationen die Perspektive wechseln zu können, sind wichtige interkulturelle Kompetenzen. Dabei können gemeinsame Strategien in der eigenen Mannschaft helfen, Sicherheit und Orientierung zu bekommen.

GRUPPENJONGLAGE

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

Personen 8+

Alter 8+

Dauer ca. 10 Minuten

Material

- Bälle
- andere zum Werfen geeignete Gegenstände

Spielziele

- Bewegung
- Kooperation
- Konzentration

Variation

- Mit etwas Übung wird die Kreisform verlassen und die Teilnehmer/innen bewegen sich durch den Raum, ohne die Ballkette zu unterbrechen.

Spielablauf

Die Gruppe steht im Kreis. Eine/Einer fängt an, einen kleinen Ball der nächsten Person zuzuwerfen und dabei deren Namen zu rufen. Diese sucht sich ein neues Ziel, bis jede/r ein Mal den Ball hatte. Wichtig ist, dass keiner den Ball doppelt bekommt und dass man sich merkt, von wem man den Ball bekommen hat und wohin man ihn geworfen hat. Dann wird die gleiche Runde noch mal, nur etwas schneller gespielt. Dann wird ein weiterer Ball mit gleicher Reihenfolge losgeschickt. Wichtig ist, dass die Personen sich anschauen, wenn sie den Ball werfen bzw. aufnehmen. So wird die Anzahl der Bälle langsam gesteigert und ausprobiert, wie viele Bälle die Gruppe gleichzeitig jonglieren kann.

Reflexion für die Leitung

(kultursensibel)

Bei dieser Übung geht es nicht nur um die direkte Kommunikation der den Ball zupassenden Personen, sondern auch darum, den Blick für die Gesamtgruppe zu haben. Denn nur wenn alle – sowohl die nicht so guten Werfer bzw. Fänger als auch die guten bzw. schnellen – ein Gespür für den Gruppenrhythmus bekommen, kann die Ballzahl erhöht werden.



KATZE UND SCHWACHE MAUS

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen ohne Materialien

Personen 10+

Alter 6+

Dauer ca. 20 Minuten

Spielziele

- Kooperation
- Kommunikation
- Aufmerksamkeit auf die Situation von schwächeren Mitgliedern einer Gruppe lenken

Spielablauf

Die Katze steht auf einer Seite des Spielfeldes, die Mäuse auf der gegenüberliegenden Seite. Die Mäuse bestimmen geheim vor der Katze unter sich eine „schwache Maus“. Beim Seitenwechsel versucht die Katze, Mäuse zu fangen. Wer gefangen wird, scheidet aus und bleibt an der Seite stehen. Es wird so lange gespielt, bis die schwache Maus gefangen ist. Wird die schwache Maus als letzte abgeschlagen, haben die Mäuse gewonnen, sonst die Katze.

Auswertung in der Gruppe

- Welche Strategien habt ihr entwickelt?
- Wo gibt es solche Situationen außerhalb der Sporthalle?
- Wer wird üblicherweise aus einer Gruppe von „Angreifern“ als „schwach“ angesehen?
- Wie geht die Gruppe damit um?



Reflexion für die Leitung

(kultursensibel)

Welche Gruppenmitglieder werden als „schwache Maus“ ausgewählt? Hat das was mit der Gruppenstruktur zu tun? Wie geht die Gruppe mit unterschiedlich „starken“ Mitgliedern um? Welchen Stellenwert haben „selbst davon kommen“ und „einander unterstützen“ in der Gruppe? Gibt es unterschiedliche Wertvorstellungen zu diesem Thema?

PARTNER FINDEN

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Partnerformen mit Materialien

Personen 4+ (gerade Teilnehmerzahl)

Alter 8+

Dauer 5 Minuten

Material

- Für jedes Paar eine Augenbinde

Anmerkungen

Wichtig! Hände nach vorne halten, um Zusammenstöße zu vermeiden.

Spielablauf

Die beiden Partner stellen sich am jeweils anderen Hallenende auf. Ein Partner hat die Augen verbunden. Der Andere leitet seinen ‚blinden‘ Partner durch Zurufe zu sich. Danach Rollenwechsel.

Auswertung in der Gruppe

Das Spiel bietet sich an, um über „Vertrauen und Verantwortung“ zu reden:

- „Gab es Schwierigkeiten?“
- „Was muss der ‚Lenker‘ machen, um Euch besser zu lenken?“

Spielziele

- Vertrauen
- Kommunikation

Variation

- Akustische Signale variieren
Sprache oder Geräusche



PENDEL

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen ohne Materialien

Personen 6 – 20

Alter 10+

Dauer 5 – 10 Minuten

Spielziele

- Vertrauen
- Körperkontakt

Spielablauf

Alle Teilnehmer/innen stellen sich Schulter an Schulter mit dem Gesicht zur Mitte in einen engen Kreis. Eine freiwillige Person stellt sich in die Mitte (Durchmesser des Kreises nicht größer als zwei Meter!) und schließt die Augen. Die Person („Pendel“) lässt sich steif wie ein Brett in eine Richtung fallen (wichtig ist, dass das „Pendel“ in der Hüfte nicht einknickt). Die Teilnehmer, fangen die Person ab und stoßen sie sanft in eine andere Richtung. Nach einer gewissen Zeit wird die Person im Kreis gewechselt. Bevor gestartet wird, sollten Kommandos vereinbart werden: Pendel „Seid ihr bereit?“ Gruppe „Wir sind soweit, ... (Namen einfügen)!“ ODER Pendel „Ich lasse mich fallen!“ Gruppe „Wir halten dich ... (Namen einfügen)!“

Variation

„Pendel“ zu Dritt

- Drei Personen stellen sich im Abstand von ca. 1 Meter in einer Reihe auf, wobei sich die beiden äußeren anschauen. Die mittlere Person schaut zu einem der beiden Partner und lässt sich steif wie ein Brett in eine Richtung fallen. Die beiden Partner nehmen abwechselnd das „Pendel“ mit ausgestreckten Armen an und stoßen es sanft zu ihrem Partner zurück.
- Die Erfahrung wird intensiver, wenn bei dieser Übung nicht miteinander gesprochen wird.

Auswertung in der Gruppe

Das Spiel bietet sich an über „Vertrauen und Verantwortung“ zu reden:

- Wie sicher hast du dich im Inneren des Kreises/3er-Gruppe gefühlt?
- Wann hast du das letzte Mal Unterstützung angeboten?
- Was lernst du aus dieser Übung?
- In welcher Weise ist Vertrauen im Arbeitsalltag notwendig?



SPINNENNETZ UND ELEKTROZAUN

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

Personen 6 – 20

Alter 12+

Dauer 10 – 30 Minuten

Material

- lange Schnüre, Kordel oder Seile
- ca. 20 – 30 m langes Seil
- zwei Baumstämme oder Reckstangen oder Volleyballstangen
- in der Sporthalle zusätzlich 4 kleine Matten

Spielziele

- Kooperation
- Kommunikation
- Hilfsbereitschaft

Spielablauf

Eine Schnur wird in 1,40 m Höhe gespannt (ein so genannter Elektrozaun). Die Gruppe steht auf einer Seite der Schnur und hat die Aufgabe, dass alle Mitglieder der Gruppe den Zaun überqueren müssen, ohne diesen mit ihrem Körper zu berühren. Dies geht auch mit Hilfe der anderen. Wenn jemand den Zaun berührt, muss die ganze Gruppe neu starten.

Besondere Variante: Spinnennetz:

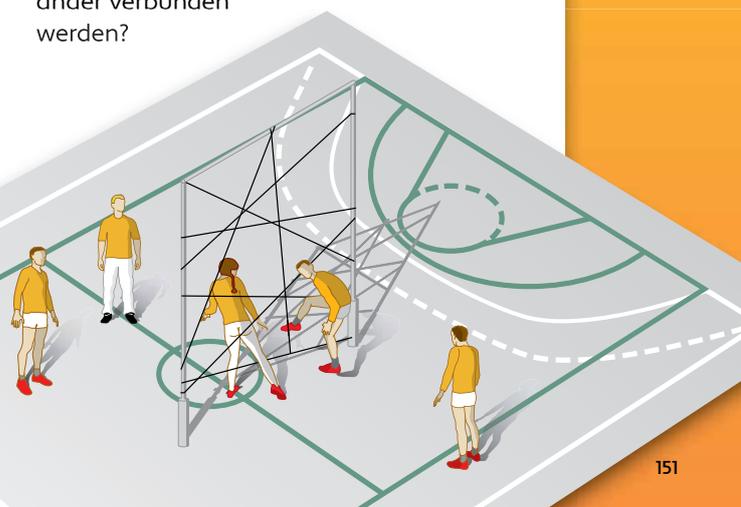
Hier wird zwischen 2 Pfosten (oder Bäumen) mit Schnüren ein großes Netz geknüpft (Höhe bis 2 m). Die Zwischenräume (so viele wie teilnehmende Personen) sind so groß, dass eine Person sich hindurchzwängen kann, ohne das Netz zu berühren. Die Aufgabe der Gruppe, die sich auf einer Seite des Spinnennetzes befindet, ist, dass alle Mitglieder das Netz durchqueren müssen, ohne es zu berühren (dann muss die ganze Gruppe neu starten). Ein bereits durchquertes Stück darf nicht mehr von einer anderen Person durchquert werden.

Variation

- Zeitvorgabe.
- Je nach Netzgröße und Teilnehmerzahl dürfen nur eine oder zwei Personen durch ein Loch hindurch.
- Insgesamt 2 bis 4 Berührungen pro Gruppe sind erlaubt.

Auswertung in der Gruppe

- Welche Strategien habt ihr angewendet?
- Welche Vorschläge hat es gegeben?
- Welche sind verwirklicht worden?
- Welche sind überhört oder verworfen worden?
- Wie kam es zu Entscheidungen?
- Wie wurde miteinander gesprochen?
- Wie waren die Rollen in der Gruppe verteilt?
- Welche Fähigkeiten sind nötig, um eine solche Aufgabe zu lösen?
- Wie können die unterschiedlichen Ideen und Fähigkeiten der Gruppenmitglieder miteinander verbunden werden?



VIRUSSPIEL

Spielvoraussetzungen

Themenbereich

Gruppenformen mit Materialien

Personen 8 - 15

Alter 8+

Dauer 5 - 15 Minuten

Material

- Spielfeldmarkierungen
- Matten
- Markierung der Fänger (z. B. Parteiband)

Spielziele

- Kooperation
- Hilfsbereitschaft
- Warming-up

Spielablauf

Es wird ein Spielfeld abgesteckt, in dem sich die Gruppe gut bewegen, aber nicht zu weit weglaufen kann. Eine Person meldet sich freiwillig als „Virus“ (Fänger/in). Das Virus steht in einer Ecke des Feldes, alle „gesunden Zellen“ in der gegenüber liegenden Ecke. Das Virus hat die Aufgabe, in einer vorgegebenen Zeit (90 - 120 Sekunden) alle anderen „gesunden Zellen“ durch abschlagen zu „infizieren“.

Ist eine gesunde Zelle infiziert, bleibt diese Person wie angewurzelt stehen, hebt die Arme über den Kopf und schreit die ganze Zeit „Krank, krank, krank ...“.

Sie kann nur geheilt werden, wenn zwei andere, noch gesunde und bewegliche Zellen, einen Armkreis um sie bilden, indem sie sich gegenüber aufstellen und bei den Händen fassen, die kranke Zelle in ihrer Mitte. Dabei rufen sie: „Gesund, gesund, gesund!“. Dabei müssen sie natürlich aufpassen, nicht selbst infiziert zu werden.

Das Virus hat gewonnen, wenn es vor Ende der Zeit alle anderen Zellen zum Stillstand gebracht hat. Ist mindestens noch eine Zelle gesund, haben die Gesunden gewonnen. Üblicherweise werden mehrere Durchgänge mit unterschiedlichen Viren gespielt.

Auswertung in der Gruppe

- Entwickelt die Gruppe als Ganzes Strategien, um das Virus abzuwehren? Werden alle Mitglieder gleichermaßen „gesund“ gerufen? Wie wird mit Stärken/Schwächen der Einzelnen umgegangen? Trauen sich alle Gruppenmitglieder laut zu rufen, um auf sich aufmerksam zu machen? Was bedeutet „sich Hilfe holen“ für die einzelnen Mitglieder/Teilgruppen?



VIRUSSPIEL

Bazillus besondere Variante

Variation

- Wenn zwei ungefähr gleich große Teilgruppen da sind (etwa bei einem Jugendaustausch oder einer Begegnung mit einer anderen Sportgruppe), so kann eine kranke Zelle nur geheilt werden, wenn zwei Zellen aus diesen unterschiedlichen Gruppen sie gesund rufen.
- Vor Spielbeginn wird gefragt, was „gesund“ und „krank“ in einer anderen Sprache, die ein Mitglied der Gruppe kann, heißt, um dann diese Begriffe zu verwenden.

Ein Fänger ist Bazillenträger. Bei Berührung eines Mitspielers wird dieser „infiziert“ und setzt sich auf den Boden. Die anderen können ihn retten, indem sie ihn in ein „Krankenhaus“ transportieren. Die Krankenhäuser sind durch Matten gekennzeichnet und an den vier Ecken des Spielfeldes positioniert. Eine vorab festgelegte Anzahl von Teilnehmern muss den „Infizierten“ ins Krankenhaus tragen bzw. ziehen. Dort muss er noch eine Zusatzübung machen, z. B. fünf Liegestütze, dann ist er gesund und kann weiter rennen. Die helfenden Teilnehmer/innen dürfen während des Tragens/Ziehens nicht gefangen werden.

