Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport. Praxis
Herausgeber: Bundesamt für Sport
Band: - (2001)
Heft: 1

Artikel: Alle für einen - einer für alle!
Autor: Lehner, Patrik
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-992444

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

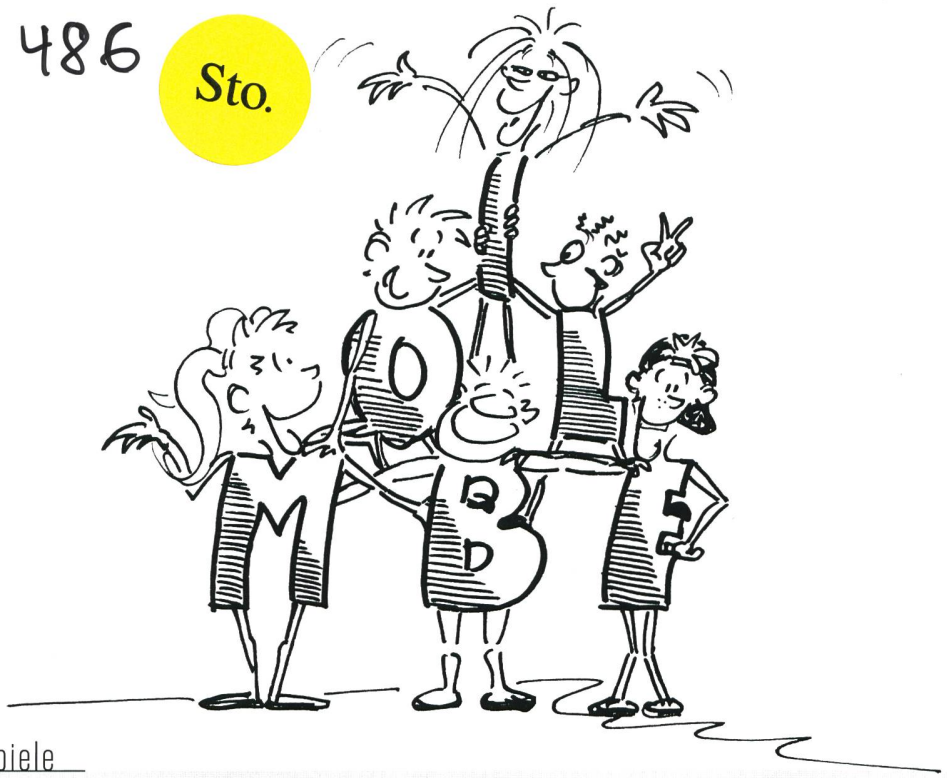
Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

mobile Praxis
Die Fachzeitschrift für Sport
1|01

P516 486
Sto.



«mobile» Praxis ist eine Beilage von «mobile», der Fachzeitschrift für Sport. «mobile» erscheint sechsmal jährlich mit 52 Seiten Umfang.

Leserinnen und Leser können zusätzliche Exemplare von «mobile» Praxis zum Preis von Fr. 2.50 pro Stück (plus Versandkosten) bei folgender Adresse bestellen:
Redaktion «mobile»,
BASPO, 2532 Magglingen
Telefon 032/327 64 73
Fax 032/327 64 78
E-Mail: nicola.bignasca@baspo.admin.ch

Patrik Lehner ist Sportlehrer, J+S-Fachleiter «Lagersport/Trekking» und Dozent am Institut für Sport der Universität Basel.
Adresse: school.sports@datacomm.ch

Kooperationsspiele

Alle für einen – einer für alle!

Teamarbeit heisst das Zauberwort für den Erfolg in Kooperationsspielen. Dass hinter diesen oft einfachen Spielen sehr viel mehr und sehr viel Komplexeres steckt, zeigen nachfolgende Beispiele.

Text: Patrik Lehner
Zeichnungen: Leo Kühne

Die Erkenntnis, dass Spiele ein wertvolles Mittel für emotionales und soziales Lernen sein können, wird wohl am nachhaltigsten von der Spielpädagogik vertreten. Neben der Aufwertung traditioneller Kinderspiele hat diese Erkenntnis zur Erfindung, zur Variation und zum gezielten Einsatz von Spielen in vielen pädagogischen Zusammenhängen geführt. Kennenlern-, Aufwärm- und Wahrnehmungsspiele haben in der Spielpädagogik Tradition. Besondere Aufmerksamkeit gilt auch den kooperativen Spielen, die ein bewusster Gegenpol zur vorherrschenden Konkurrenzorientierung in Spiel und Sport sind.

Durch Teamarbeit zum Erfolg

Teamarbeit ist das Schlüsselmerkmal der kooperativen Abenteuerspiele. Fast alle Aufgaben sind so gestellt, dass eine Zusammenarbeit der Teilnehmenden unmittelbar notwendig ist, und im Allgemeinen steigt die Qualität der Ergebnisse mit dem Niveau der Kooperation.

Konflikte tauchen im Rahmen von Spielen bei schwierigen Entscheidungen, Zeitdruck, unterschiedlichen Lösungsstrategien oder mangelndem Engagement einzelner Teilnehmenden auf. Diese Konflikte sollten nicht als Störungen, die es möglichst zu vermeiden gilt, sondern als willkommene Lernanlässe gesehen werden.

Durch Helfen und sich helfen lassen werden der tatkräftige Einsatz für andere wie auch die Bereitschaft, die eigenen Grenzen anzuerkennen und sich von anderen helfen zu lassen, deutlich.

Teamarbeit als Schlüssel zu sich selbst

Die Aufgaben können nur bewältigt werden, wenn die Gruppenmitglieder ihre Fähigkeiten und Stärken zum Einsatz bringen. Eine wichtige Lernerfahrung ist daher, dass Anstrengungen, Initiative und aktiver Einsatz sich lohnen. Anstelle der sonst üblichen individuellen Belohnung steht hier die Verantwortung für eine gemeinsame Sache.

Viele problematische Verhaltensweisen sind letztlich Kompensation eines mangelnden Selbstwertgefühls. Die Arbeit mit den kooperativen Abenteuerspielen ist daher ganz wesentlich auf Erfolgserlebnisse hin angelegt.

Jugendliche schwanken oft in ihrer Selbsteinschätzung zwischen massloser Über- und völliger Unterschätzung. Beide Formen sind Zeichen von Unsicherheit. Spiele und Aufgaben dieser Art bieten gute Gelegenheiten, solche Fehleinschätzungen auf die Probe zu stellen. Die Teilnehmenden kommen durch das Spiel den eigenen Möglichkeiten und Grenzen näher und erkennen ein realistischeres Selbstbild.

Inhaltsverzeichnis

Kennenlernspiele	2
Aufwärmspiele	3
Wahrnehmungsspiele	4
Vertrauensspiele	5
Kooperative Spiele	6
Spiele in grösseren Teams	7
Abenteuerspiele	8
Spiele in der Natur	9
Team-Abenteuerspiele	10
Spiel und Reflexion	11
Literaturangaben	12

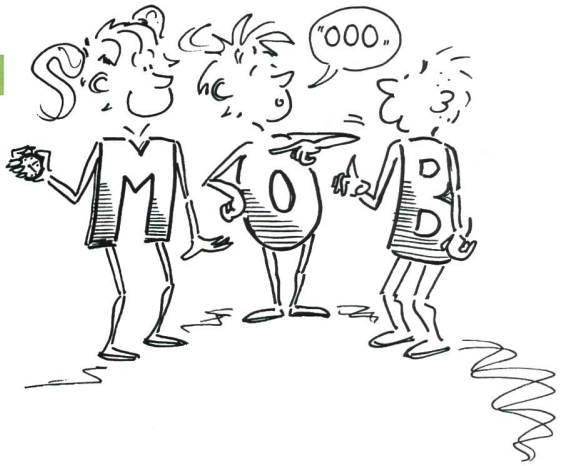
ETH-Bibliothek
EM000004404423

Kennenlernspiele

Mit Namensspielen und weiteren Spielformen sollen die Teilnehmenden einen ersten Kontakt erhalten. Diese Spiele können immer wieder eingesetzt werden, insbesondere wenn festgefahrene Gruppenstrukturen zwanglos gebrochen werden sollen.

Das schnellste Namensspiel der Welt

Wie? Die Gruppe stellt sich im Kreis auf. Die Spielleiterin steht ebenfalls im Kreis und eröffnet das Spiel, indem sie mit einer Stoppuhr zusätzlich misst, wie schnell die Aufgabe der Gruppe erfüllt wird. Sie wendet sich ihrem linken (oder rechten) Nachbarn zu und sagt schnell ihren eigenen Vornamen. Der angesprochene Spieler muss sich nun seinerseits an seinen nächsten Nachbarn wenden und seinen eigenen Namen bekannt geben. Wie lange (Zeit wird gestoppt) braucht die Gruppe, bis alle Teilnehmenden ihren Namen weitergesagt haben?
Variante: Anstatt den eigenen Namen zu nennen, wird der Name des nächsten Nachbarn genannt.
Wozu? Herstellung des ersten Kontakts. Bei der Variante: den Namen des Nachbarn kennen lernen.



Lügenwappen

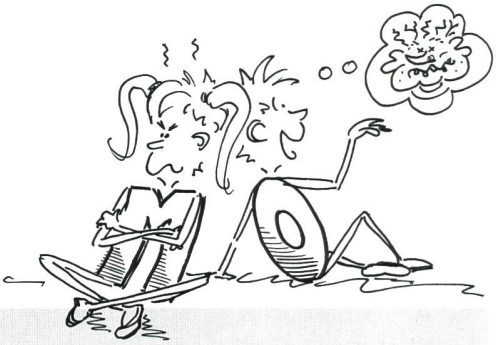
Wie? Die Gruppe teilt sich paarweise auf. Jedes Paar erhält zwei Blatt Papier und zwei Stifte. Jede Person soll ihr persönliches Wappen mit vier Eigenschaften zeichnen. Eine Eigenschaft wird frei erfunden. Anschliessend stellen sich die Paare gegenseitig der ganzen Gruppe vor. Wer findet die meisten erfundenen Eigenschaften heraus?
Wozu? Interessen und Hobbys der Teilnehmenden werden so konkret und spannend vorgestellt.

Namensball

Wie? Die Gruppe stellt sich im Kreis auf. Der Spielleiter beginnt das Spiel, indem er seinen eigenen Namen nennt und einem Mitspielenden einen Tennisball zuwirft. Dieser Mitspielende sagt seinen Namen und wirft den Ball weiter.
Varianten: Der Name der fangenden Person muss genannt werden können. Es wird ein zweiter oder ein dritter Ball ins Spiel gegeben.
Wozu? Die Namen der Mitspielenden kennen lernen.

Hokus Pokus Fidibus

Wie? Jemand steht in der Mitte des Kreises, stellt sich vor eine Person hin und gibt das Kommando «Rechts». Während diese Person nun so schnell wie möglich den Namen ihres rechten Nachbarn ruft, muss die Person in der Mitte «Hokus Pokus Fidibus» sagen. Wer länger braucht, muss in den Kreis.
Wozu? Die Namen der Mitspielenden üben.



Beobachten

Wie? Immer zwei Teilnehmende sitzen sich gegenüber und betrachten sich genau. Nach 20 Sekunden drehen sie sich den Rücken zu und zählen auf, was sie von der Partnerin noch wissen (zum Beispiel Augenfarbe, Ohrringe usw.). Hat jemand mehr als zehn richtige Aussagen, erhält diese Person einen Punkt. Anschliessend werden neue Paare gebildet. Wer hat am Schluss die meisten Punkte?
Variante: Die Paare bleiben nach der Beobachtungsphase Rücken an Rücken stehen. Die Spielleitung stellt nun Fragen (zum Beispiel: welche Augenfarbe?), und die Teilnehmenden geben die Antwort.
Wozu? Die Mitspielenden durch Beobachtungen besser kennen lernen.

HELVETIA PATRIA

ETH-ZÜRICH
05. Feb. 2001
BIBLIOTHEK

Aufwärmspiele

Aufwärmspiele sollen den Teilnehmenden helfen, sich auf die Gruppe einzustimmen und miteinander in Bewegung zu kommen. Diese Formen haben einen unkomplizierten und ausgelassenen Charakter.

Standhalten

Wie? Die Handflächen zweier Spielenden werden gegeneinander gehalten. Nun wird versucht, die andere Person aus dem Gleichgewicht zu bringen. Dabei dürfen sich allerdings nur die Handflächen berühren. Die Füsse bleiben fest auf der gleichen Stelle. Wer seinen Mitspielenden aus dem Gleichgewicht bringt, erhält einen Pluspunkt.
Wozu? Erster Körperkontakt mit anderen Personen.

Mondball

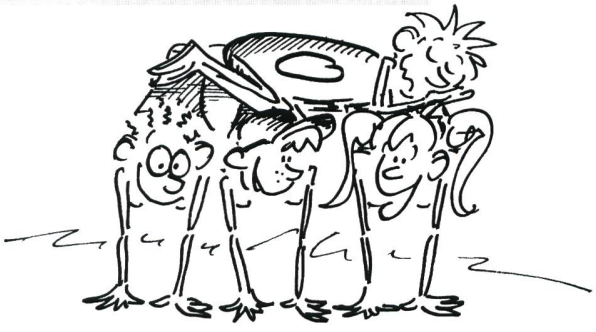
Wie? Aufgabe der Gruppe ist es, einen aufgeblasenen Wasserball ohne ihn zu fangen so oft wie möglich hoch (Richtung Mond) in die Luft zu spielen, bis er auf dem Boden landet. Keine Spielenden dürfen den Ball zweimal hintereinander berühren. Jeder Ballkontakt wird als Punkt gezählt.
Wozu? Kooperation und Reaktionsschnelligkeit werden so geübt.

Liegestütz-Viereck

Wie? Die Spielenden teilen sich in Gruppen von vier Personen auf. Aufgabe dieser Kleingruppe ist es, gemeinsam in Liegestütz-Position eine Figur zu bilden, die wie ein Viereck aussehen soll. Dabei darf kein Fuss den Boden berühren.
Wozu? Anspruchsvolles Körperkontaktspiel mit einer Teamaufgabe.

Das lebende Bett

Wie? Etwa fünf bis sieben Mitspielende knien sich dicht nebeneinander auf den Boden. Der Kopf berührt den Boden, die Schultern sind leicht hochgezogen. Auf dem Rücken befindet sich eine Person, welche schläft. Auf das Mitternachtszeichen hin beginnt sich das Bett vorwärtszubewegen, ohne die schlafende Person zu verlieren oder auseinander zu fallen.
Wozu? Rücksichtnahme bei Bewegungen lernen oder bewusst machen.



Die Balljagd

Wie? Die Mitspielenden werden in zwei gleich grosse Gruppen aufgeteilt. Aufgabe der startenden Gruppe ist es, sich einen grossen Softball 15-mal so zuzuspielen, dass ihn kein Mitglied der anderen Mannschaft berührt. Geschieht dies dennoch, so hat die andere Gruppe nun die Möglichkeit, das Gleiche zu versuchen.
Wozu? Erstes spielerisches Zusammenspiel.

Verschwörung

Wie? Eine Gruppe sitzt im Kreis. Jede Person muss alle anderen Personen gut sehen können. Alle schliessen die Augen und konzentrieren sich. Auf ein Zeichen des Spielleiters hin öffnen sie die Augen und schauen einen Mitspielenden an. Alle im Kreis müssen einen einzigen ansehen – ohne miteinander zu reden. Wie schnell schafft dies die Gruppe?
Wozu? Mit nonverbaler Kommunikation eine Entscheidung finden.

Wahrnehmungsspiele

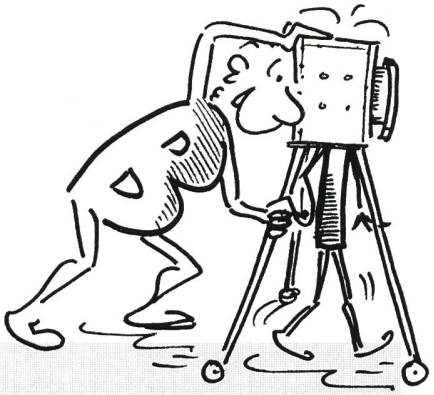
Wahrnehmungsspiele bilden einen ruhigen Gegenpol zu den Aufwärmspielen. Auch hier geht es darum, in Kontakt zu kommen, jedoch auf eine ruhige Art. Die Wahrnehmung der Teilnehmenden soll so gefördert werden, dass sie mit sich selbst, mit Mitmenschen oder der Natur in Berührung kommen.

Entspannungsschaukel

Wie? Zwei Reihen von je mindestens fünf Spielenden stehen sich gegenüber. Die sich in den Reihen gegenüberstehenden Personen geben sich die Hände. Alle knien sich hin, und eine Spielende kann sich rücklings auf die sich haltenden Arme legen und die Augen schliessen. Die Reihen stehen miteinander auf und schaukeln mit ihren Armen sanft hin und her.
Wozu? Gefühl des Schwebens erleben.

Vermintes Land

Wie? Möglichst viele Tennisbälle gleichmässig auf eine Spielfläche verteilen. Einer Person jeden Paares werden die Augen verbunden. Diese Person hat die Aufgabe, nachts (daher die verbundenen Augen) ein vermintes Stück Land zu überqueren. Ihre Partnerin hilft dieser Person dabei, indem sie von der Seitenlinie des Spielfeldes Richtungsanweisungen gibt. Ein Spielleiter stoppt die Zeit, welche für die Überquerung benötigt wird. Für jede Berührung mit einer Mine (Tennisball) werden am Ende noch 15 Sekunden addiert.
Wozu? Bewegungen nach sprachlichen Anweisungen orientieren können.



Förderband

Wie? Alle Spielenden legen sich nebeneinander in einer Reihe auf den Boden. Dabei zeigen die Beine der ersten Person genau in die entgegengesetzte Richtung wie die der zweiten und so weiter. Vorsichtig legt sich die zu befördernde Person auf die hochgestreckten Arme der ersten Person des Förderbandes und wird so von der Gruppe auf den ausgestreckten Armen bis zum Ende weitertransportiert.
Wozu? Gute Haltepunkte bei einer Person erkennen und Zusammenarbeit fördern.

Menschliche Kamera

Wie? Die Teilnehmenden teilen sich in Paare auf. Jedes Paar bestimmt, wer zuerst Fotograf und wer Kamera sein möchte. Die Kamera schliesst die Augen. Der Fotograf führt seine Kamera behutsam durch die Gegend. Wenn er ein geeignetes Motiv sieht, richtet er seine Kamera darauf und betätigt den Auslöser (Kamera macht für fünf Sekunden ihre Augen auf). Nach fünf Aufnahmen führt der Fotograf die Kamera zurück zum Ausgangspunkt. Die Kamera versucht nun, in der richtigen Reihenfolge die Orte zu zeigen, wo die Aufnahmen gemacht wurden. Anschliessend werden die Rollen gewechselt.
Wozu? Bewusste Wahrnehmung der Umgebung.

HELVETIA PATRIA

Vertrauensspiele

Jede Gruppe braucht ein gewisses Mass an gegenseitigem Vertrauen, um arbeits- und handlungsfähig zu sein. Die Vertrauensspiele helfen den Teilnehmenden, Risikobereitschaft für ungewohnte Verhaltensweisen zu entwickeln.

Personentransport

Wie? Die Aufgabe der Gruppe besteht darin, einen Spielenden über oder durch eine Reihe von Hindernissen zu transportieren, die so ausgesucht oder konstruiert werden, dass sie eine Herausforderung für die gesamte Gruppe darstellen.
Wozu? Vertrauen in Mitspielende bilden, dass sie jederzeit die zu tragende Person halten können.

Der Seiltanz

Wie? Die Teilnehmenden stehen sich in zwei Reihen gegenüber, die Gesichter einander zugewandt. Eine Person soll nun als Seiltänzerin zwischen den beiden Reihen auf einer Linie hindurch balancieren. Dabei kann sie in jedem Moment «stürzen», d. h. sich in jeder beliebigen Richtung zur Seite oder auch schräg fallen lassen. Die Gruppenmitglieder müssen ständig in Auffangstellung sein. Jeden Sturz der Seiltänzerin fangen sie sanft auf, bringen sie oder ihn in die aufrechte Position zurück.
Wozu? Gefühl von Sicherheit (andere fangen mich auf) erleben.

Wanderer

Wie? Die Gruppe, welche sich in einer Gasse aufstellt, hat die Aufgabe, einem «Wanderer» mit Hilfe von Holzstäben zu helfen, von einem Punkt A zu einem Punkt B (etwa 10 m Distanz) zu kommen, ohne dass diese Person dabei den Boden berührt. Dazu stehen der Gruppe halb so viele Holzstäbe wie Spielende zur Verfügung. Spielende, welche vom «Wanderer» am Körper berührt werden, können sich bis Spielende nicht mehr von der Stelle rühren.
Wozu? Der Wanderer kann sich seinen Mitspielern anvertrauen.

Vertrauensfall

Wie? Auf einem stabilen Podest (Schwedenkasten) von ca. 120 cm Höhe stellt sich eine Person mit dem Rücken zu den sich vor der Plattform aufbauenden Fängern (mindestens acht Personen). Diese stehen sich in zwei Reihen gegenüber (Gasse bilden), etwa 60 bis 80 cm voneinander und halten sich im Reisverschlusssystem gegenseitig die ausgestreckten Arme. Die auf dem Podest stehende Person kann sich nach einem festgelegten Ritual rückwärts in die Arme der Fangenden fallen lassen. Ritual: Nach einer Konzentrationsphase sagt die stehende Person «Fertig». Die fangende Gruppe antwortet: «Bereit!». Vor dem Fall sagt der Fallende «Ich falle» oder «Ich steige hinunter», falls diese Person die Übung abbrechen will.
Wozu? Persönliche Entscheidungen treffen.

Kooperative Spiele

Die folgenden kooperativen Spiele präsentieren überwiegend einfache und wenig strukturierte Probleme. Sie eignen sich für kürzere Spieleinheiten, aber auch zur Hinführung auf die komplexeren Problemlösensspiele.

Gipfelbuch

Wie? Eine Langbank wird hochkant aufgestellt und schräg an die Wand gelehnt. An ihrem Ende befindet sich das Gipfelbuch. Vier oder mehr Personen halten jeweils die Bank, die fünfte Person klettert die Bank hoch und trägt sich, oben angekommen, mit seinem Namen in das Gipfelbuch ein.
Wozu? Helfende Personen geben durch ihre Sicherung der kletternden Person Vertrauen.

Magische Reifen

Wie? Die Spielenden bilden einen Kreis und halten sich an den Händen. Bei jeder Handfassung wird ein Reifen daraufgelegt, indem die zwei Personen kurz loslassen und sich anschliessend durch den Reifen die Hände geben. Die Aufgabe der Gruppe besteht nun darin, dass alle durch alle Reifen durchkrabbeln sollen, ohne die Hände der anderen Teilnehmenden loszulassen und ohne dass die Reifen sich gegenseitig berühren.
Wozu? Rhythmus angleichen, auf gegenseitige Rücksichtnahme achten, Bewegung miteinander durchführen.

Platzwechsel

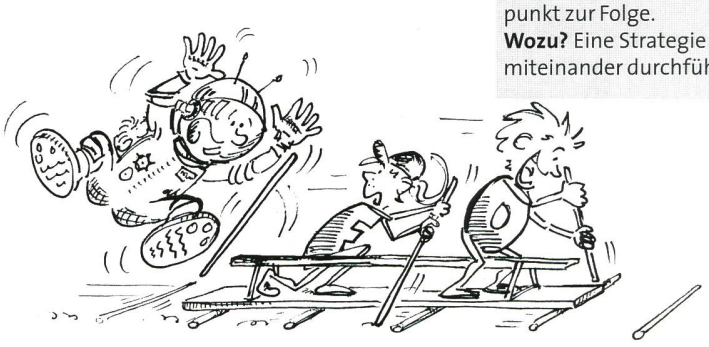
Wie? Eine Gruppe wird zweigeteilt. Je eine Gruppe steht zu jedem Ende eines Baumstammes (umgedrehte Langbank) hin. Nun müssen beide Gruppen ihren Platz wechseln und dürfen dabei nie den Boden berühren. Sollte dies dennoch der Fall sein, so müssen alle Teilnehmenden wieder am Ausgangspunkt beginnen.
Variante: Die Teilnehmenden müssen Gegenstände mittransportieren.
Wozu? Individuelle Partnerlösungen suchen und diese umsetzen.

Mondfähre

Wie? Mit einer Mondfähre soll ein 15 m langes Gebiet durchquert werden. Die Mondfähre besteht aus einem Brett oder einer umgedrehten Langbank und darunter liegenden Kartonrollen oder Gymnastikstäben. Die Astronauten erhalten noch drei Gymnastikstäbe zusätzlich, um die Fähre zu manövrieren. Keiner darf den Boden berühren. Jede Berührung eines Astronauten hat unweigerlich die Rückkehr der gesamten Gruppe zum Ausgangspunkt zur Folge.
Wozu? Eine Strategie festlegen und miteinander durchführen.

Hürdenlauf

Wie? In einem Hürdenparcours mit diversen Kleingegenständen sollen zwei Gruppen die Plätze tauschen. Eine Gruppe ist blind, die andere Gruppe gibt Anweisungen. Wenn jemand der beiden Gruppen einen Gegenstand umstösst, muss jeweils die ganze Gruppe nochmals von vorne beginnen.
Wozu? Anweisungen an blinde Personen geben, welche diese umsetzen können.



HELVETIA PATRIA

Spiele in grösseren Teams

Je grösser eine Gruppe wird, desto besser müssen die Organisation und die gemeinsame Taktik klappen. Die folgenden Spielvorschläge fördern und fordern aber auch die individuelle Handlungskompetenz in der Gruppe.

Platz auf kleinstem Raum

Wie? Eine Gruppe hat die Aufgabe, sich in einen begrenzten Raum (zum Beispiel Schwedenkastenoberteil) zu stellen. Dabei darf jede Person nur auf einem Bein stehen und nirgends Kontakt ausserhalb des Kastenoberteils haben (keine Wand, Stangen usw.). In dieser Position soll die Gruppe von 10 bis 14 Personen mindestens drei Sekunden ausharren. Welcher Gruppe gelingt dies mit den meisten Personen?
Wozu? Organisation im Team fördern und Anpassung des Einsatzes nach dem jeweiligen Könnensstand.

Gummitwist-Parcours

Wie? In einem Waldstück oder in einer Turnhalle werden zwischen einzelnen Bäumen/Geräten mindestens 20 Gummischnüre gespannt. Die Schnüre werden entweder in 30 cm oder in 120 cm Höhe befestigt. Dabei sollte etwa die Hälfte niedrig und die andere Hälfte hoch gespannt werden. Die Aufgabe der Gruppe ist nun, diesen Parcours zu überwinden, ohne die Schnüre zu berühren. Jedes Gruppenmitglied kann selber entscheiden, ob es lieber über oder unter allen Schnüren durch möchte. Wenn alle Teilnehmenden den Parcours absolviert haben (ohne Berührung) ist die Aufgabe gelöst. Berührt eine Person eine Schnur, so muss die ganze Gruppe von vorne beginnen.
Wozu? Misserfolge von anderen akzeptieren lernen und als Gruppe die Konsequenzen tragen.

Tinguely-Maschine

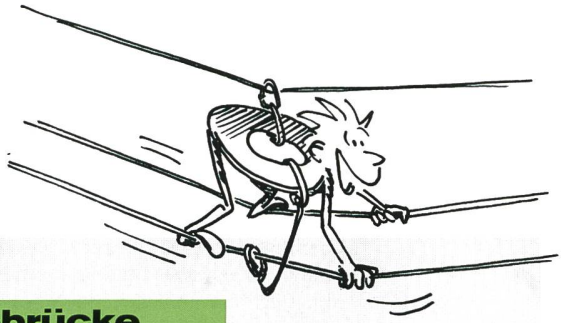
Wie? Jeweils sechs bis zehn Spielende bilden eine Gruppe mit der Aufgabe, eine Tinguely-Maschine zu bauen, die sich bewegt und dazupassende rhythmische Töne abgibt. Ein Spielender beginnt mit einer sich wiederholenden Bewegung, die er mit den passenden Tönen ergänzt. Die zweite Person hat Körperkontakt und versucht, in diese Bewegung eine weitere Bewegung zu gestalten oder erfindet ein eigenes Maschinenteil mit eigenen Geräuschen. Jede weitere Person macht dasselbe, bis es eine ganze Maschine mit Geräuschen ergibt.
Variante: Den Spielenden kann ein «maschinenhafter» Musiktitel vorgegeben werden, nach dem sie ihre Gestaltung ausrichten müssen.
Wozu? Eine Strategie festlegen und miteinander durchführen.

Spinnennetz

Wie? Zwischen zwei Bäumen oder zwei Reckständern wird ein Spinnennetz aus Sprungseilen gespannt. An den Schnüren sind vier bis fünf Glöckchen befestigt. Nun soll eine Gruppe von sechs bis neun Personen durch dieses Spinnennetz schlüpfen, ohne dass die Glöckchen läuten. Jedes Loch im Spinnennetz darf nur von einer Person passiert werden. Bei einer Berührung (Läuten eines Glöckchens) muss die ganze Gruppe wieder zum Ausgangspunkt zurückkehren.
Wozu? Persönliche Fähigkeiten in der Teamarbeit berücksichtigen.

Abenteuerspiele

Die hier gestellten Aufgaben und Probleme sind recht komplex. Sie erfordern die Zusammenarbeit aller Teilnehmenden sowie vor der eigentlichen Aktion eine Phase der Planung und Entscheidungsfindung. Hier muss ein besonderes Augenmerk auf Aspekte der Sicherheit gelegt werden!



Hängebrücke

Wie? Mit drei Seilen soll eine Seilbrücke über ein Tal gebaut werden. Anschliessend muss die Seilbrücke zuerst von leitenden Personen kontrolliert werden. Dann soll die ganze Gruppe (gesichert mit Klettergurt usw.) über die Seilbrücke gehen.
Variante: Die gleiche Aktion in der Nacht durchführen.
Wozu? Teilnehmende gestalten selber eine Aktion.

Abseilen

Wie? Die Teilnehmenden erhalten bei einer Schlucht oder einem Abhang ein Seil und sollen sich dort gemeinsam abseilen. Alle Personen werden an einem zweiten Seil gesichert. Die ganze Aktion (Abseilen und Sicherung) geschieht durch die Gruppe selber.
Wozu? Teilnehmende gestalten selber eine Aktion und tragen die Verantwortung.

Gruppenbiwak

Wie? Die Gruppe erhält die Aufgabe, sich einen Biwakplatz für eine Nacht zu bauen und dort zu übernachten. Er soll für alle Teilnehmenden akzeptabel sein.
Variante: Bei grösseren Gruppen kann die Essenszubereitung oder ein Lagerfeuer in die Aufgabe mit einbezogen sein, damit alle Teilnehmenden eine Aufgabe haben.
Wozu? Teilnehmende gestalten selber eine Aktion und tragen die Verantwortung.

AKW-Abbau

Wie? Der Reaktorraum wird durch die Fläche innerhalb des zu einem Quadrat ausgelegten Seiles dargestellt. In dessen Mitte befindet sich der Reaktor (Eimer) mit den verbrauchten Brennelementen (Tennisbällen). Jeder Kontakt mit dem Reaktorraum ist äusserst gefährlich. Er darf nicht betreten werden. Zum Ausbau der Brennelemente stehen der Gruppe ein zweiter Eimer (Transporteimer), kleinere Seile und Plastikröhren zur Verfügung. Diese Gegenstände können in den Reaktorraum eingelassen werden, dürfen jedoch auf keinen Fall den Boden berühren. Ziel ist es, die Brennelemente zu bergen, wobei der Reaktor selbst im Raum bleiben muss.
Wozu? Lösungsansätze besprechen, Entscheidung finden und durchführen.

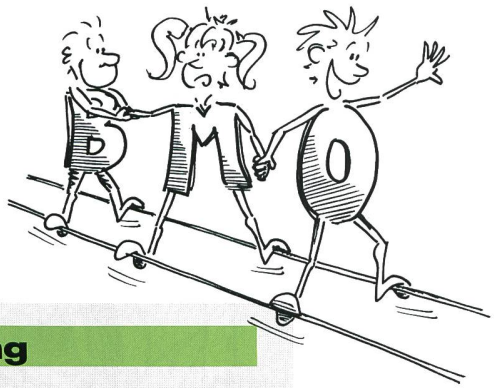
Ausgesetzt

Wie? Die Gruppe wird mit dem Bus an einem Ort ausgesetzt, der nicht mehr als eine Stunde Wanderzeit vom Ziel entfernt ist. Mit Hilfe der Karte hat die Gruppe die Aufgabe, selbstständig wieder zum Ziel (Haus usw.) zurückzufinden. Strassen dürfen allerdings nicht benützt werden. Die Gruppe darf sich nicht trennen und hat zur Sicherheit ein Natel dabei.
Wozu? Die Gruppe muss gemeinsam Entscheidungen treffen und diese durchführen.

HELVETIA PATRIA

Spiele in der Natur

Die Natur und die Bewegung an der frischen Luft bieten sich geradezu an, gemeinsam etwas zu unternehmen. Auch hier lassen sich verschiedene Aspekte der Teamarbeit üben.



Seilwanderung

Wie? Eine Gruppe von vier bis fünf Personen hat die Aufgabe, über zwei straff gespannte Seile von Punkt A zu Punkt B zu gelangen. Die Seile sollten in ca. 1 m Höhe zwischen zwei dicke Bäume gespannt werden. Die Gruppe soll nun Hand in Hand die Seile überqueren.
Wozu? Stärkere Personen helfen den schwächeren Personen.

Bachüberquerung

Wie? Die Aufgabe ist es, den Bach mit trockenen Füssen sicher zu überqueren. Dazu dürfen verschiedene Materialien verwendet werden. Die Aufgabe ist erfüllt, wenn alle Teilnehmenden das andere Ufer erreicht haben, ohne irgendwelche Spuren zu hinterlassen.
Wozu? Gute Organisation und Planung des Projektes innerhalb der Gruppe.

Fahnenspiel

Wie? Eine Spielfläche wird halbiert. In jede Hälfte wird ein Gefängnis (Kreis mit Markierband mit 1 m Durchmesser) und eine neutrale Zone mit einer Fahne (auch mit Markierband) ausgesteckt. Ziel ist es, die Fahne in die eigene Spielhälfte zu holen. Jede Gruppe muss versuchen, die eigene Fahne im gegnerischen Spielfeld zu erobern. Mitglieder der gegnerischen Gruppe können im eigenen Gebiet durch Berührung gefangen genommen werden. Die berührte Person muss ins Gefängnis (Gefängniskreis in der gegnerischen Hälfte). Wenn jemand aus der eigenen Gruppe eine Person im Gefängnis berührt, ist diese Person befreit. Sobald eine Gruppe die eigene Fahne aus dem gegnerischen Feld zurückgeholt hat, ist das Spiel beendet.
Wozu? Gemeinsame Strategien besprechen und umsetzen können.

Der Balken

Wie? Eine Gruppe von sechs bis acht Personen soll einen Balken in waagrechter Position in einer Höhe von ca. 2 m überqueren. Dabei dürfen max. drei Personen auf dem Balken sein. Nicht in der Aktion befindliche Personen sichern und begleiten die agierenden Personen.
Wozu? Stärkere Personen helfen den schwächeren Personen.

Nebel von Avalon

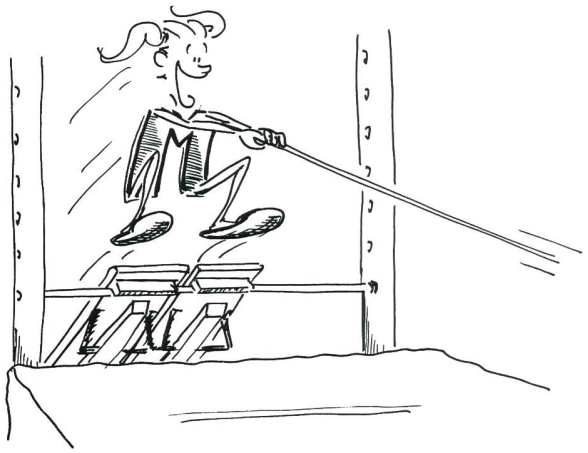
Wie? Eine Gruppe soll einen auf dem Grund eines vorgestellten Sees liegenden Schatz heben, von welchem Dämpfe aufsteigen, die giftig sind. Direkt am Ufer des Sees steht der Baum. Der See hat einen Durchmesser von ca. 15 m. Mittels Seil (befestigt am Baum) soll nun eine Person blind über den See hangeln (gesichert durch Karabiner und Klettergurt), während die anderen vier bis sechs Personen das andere Seilende halten und spannen. Wenn die kletternde Person über dem Schatz ist, so versucht sie blind die Schatztruhe zu öffnen und zurückzuhangeln.
Wozu? Team gibt der blinden Person Vertrauen und unterstützt (führt) sie.

Team-Abenteuerspiele

Es ist für eine Gruppe wertvoll, auch unter Stress oder Wettkampfsituationen zu kooperieren. Oft gewinnt dabei nicht das Team mit den Besten, sondern dasjenige, das in einer Grenzsituation am besten kooperiert.

Mauerkletterer

Wie? Eine Sprossenwand wird herausgeklappt. Eine dicke Matte wird hochkant an die Sprossenwand angelehnt und mit Sprungseilen an der Sprossenwand befestigt. Nun muss die Dreiergruppe (Seilschaft) zusammen dieses Hindernis (Nordwand) überwinden und einander dabei helfen. Wie viele Male schafft jede Gruppe diese Nordwand innerhalb von drei Minuten?
Wozu? Hilfsbereitschaft auch in einem Wettkampf zeigen.

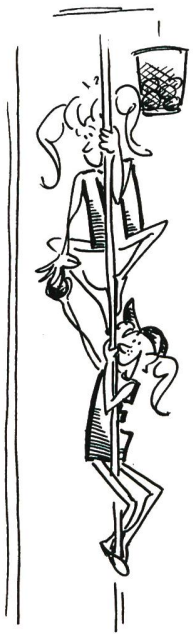


Tausendfüssler

Wie? Von einer Vierergruppe befindet sich eine Person im Knie-Vierfüssler. Die nächste Person legt ihre Füsse auf die Schultern des Knienden und stützt sich mit ihren Händen auf dem Boden ab (Liegestütz-Form). Die dritte und vierte Person schliessen auf die gleiche Weise vorne an. In dieser Stellung soll nun die Gruppe eine bestimmte Strecke zurücklegen, ohne dass einer absteigen muss. Welche Gruppe kommt in drei Minuten am weitesten?
Wozu? Kraft und gutes Teamwork sind unerlässlich.

Filzpantoffel-Weitsprung

Wie? Zwei Langbänke werden an einer Reckstange angebunden. Dahinter werden zwei dicke Matten gelegt. Diese Sprungschanze kann mit der Einstellung der Höhe der Reckstange variiert werden. Eine Person schlüpft in zwei Filzpantoffeln, die am unteren Ende der Langbänke liegen. Sie hält sich an einem Ziehtau oder an zusammengebundenen Sprungseilen in der Mitte fest. Die anderen vier Person ziehen jeweils an den Enden des Ziehtaues und befördern so die fünfte Person über den Schanzentisch. Auf den beiden dicken Matten sind jeweils drei Zonen eingezeichnet, welche die Punktzahl (max. sechs Punkte) ergeben. Welche Gruppe hat am Schluss die meisten Punkte?
Wozu? Alle Gruppenmitglieder müssen einen aktiven Beitrag beisteuern.



Klettertransport

Wie? Oben an einer Kletterstange ist seitlich ein Papierkorb befestigt. Die Vierergruppe soll nun so an den Stangen hochklettern, dass sie eine Kette bildet, bei der jeder der nächsthöheren Person einen Tennisball weiterreichen kann. Die unterste Person nimmt die Bälle aus einem Korb am Boden und reicht den Ball der zweiten Person usw., bis der Ball oben in den Korb gelegt wird. Wie lange braucht die ganze Gruppe, bis sie 25 Bälle im Korb hat?
Wozu? Bei dieser Wettkampfform braucht es Kraft und Organisation.

Sumpf-Überquerung

Wie? Alle Teilnehmenden stehen auf einer dicken Matte, die an der Längsseite die Startlinie berührt. Vor der Matte liegt eine zweite dicke Matte. Mit Hilfe der beiden Matten soll in möglichst kurzer Zeit ein Sumpf (gesperrtes Gebiet) überquert werden. Der Sumpf darf dabei mit keinem Körperteil berührt werden.
Wozu? Diese Spielform braucht Kraft und Organisation.

HELVETIA PATRIA

Spiel und Reflexion

Reflexionsübungen geben den Teilnehmenden die Möglichkeit, sich über das Erlebte auszutauschen und es zu verarbeiten. Dabei kann es um den Gruppenprozess, aber auch um individuelle Erfahrungen und Gefühle gehen. Diese können als Zwischenreflexionen bis zu ausgedehnten Auswertungseinheiten im Programm eingebaut werden.

Punkteblitzlicht

Wie? Nach einer Aktivität finden sich die Teilnehmenden im Kreis zusammen. Die Spielleiterin stellt einige Fragen zur Einschätzung des soeben gemeinsam Erlebten. Alle Teilnehmenden schliessen die Augen und zeigen mit ihren Fingern ihre Einschätzung zur Frage. Zum Beispiel alle zehn Finger bedeuten, dass sich diese Person 100-prozentig wohl gefühlt hat, keine Finger wäre das Zeichen dafür, dass diese Person am liebsten nach Hause gehen würde. Wenn alle ihre Entscheidung getroffen haben, gibt die Spielleiterin das Zeichen, dass die Augen wieder geöffnet werden dürfen.
Wozu? Schnell ein Meinungsbild erheben, mit integrierter Vertretung vom eigenen Meinungsbild.

Standogramm

Wie? Die Gruppe bildet einen Kreis. Eine Person nach der anderen geht in die Mitte und äussert ihre Meinung oder Einschätzung zur letzten Aktivität. Die anderen Teilnehmenden reagieren auf diese Aussage, indem sie entweder auf die Person zu- (positiv) oder von ihr weggehen (negativ). Die Entfernung drückt das Ausmass der Zustimmung bzw. Ablehnung zur jeweiligen Aussage aus. Wer mit der Aussage nichts anfangen kann, bleibt einfach stehen und zeigt der in der Mitte stehenden Person die Schultern. Die Person in der Mitte betrachtet sich das Muster. Danach gehen alle in die ursprüngliche Kreisform zurück, und eine nächste Person kann in der Mitte ihre Meinung kundgeben.
Wozu? Direktes Feedback auf eine persönliche Meinung oder Äusserung.

Fingerspitzengefühl

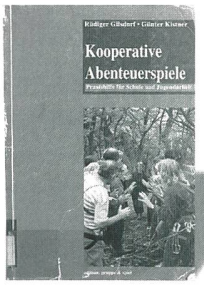
Wie? Alle Teilnehmenden erhalten ein Arbeitsblatt «Fingerspitzengefühl» (auf dem Blatt sind alle Buchstaben von A–Z enthalten) und schreiben bei den entsprechenden Anfangsbuchstaben die Gefühle hin, die sie während der Aktivität hatten. Dabei sollen nur diese Anfangsbuchstaben genutzt werden, die wirklich ein erlebtes Gefühl ausdrücken. Danach werden noch zwei Gefühle eingekreist, welche sehr positiv oder das meiste Herzklopfen usw. zur Folge hatten. Jede Person erläutert der Gruppe nun diese beiden Punkte.
Wozu? Zuerst individuelles Auswerten mit anschliessendem Austausch im Plenum.

Stärken erkennen

Wie? Alle Teilnehmenden haben die Aufgabe, sich für 10 bis 15 Minuten zurückzuziehen und das Erlebte noch einmal an sich vorbeiziehen zu lassen. Dabei sollen sie sich in ihrer Erinnerung vor allem auf das konzentrieren, was ihnen gelungen ist, auf die Stärken, die sie eingebracht haben, und die Augenblicke und Phasen, die sie als erfolgreich ansehen. Jede Person ist aufgefordert, ihre eigenen Kriterien für Erfolg subjektiv und persönlich zu setzen.
Wozu? Eigene persönliche Stärken bewusst machen und verstärken.

Literaturangaben

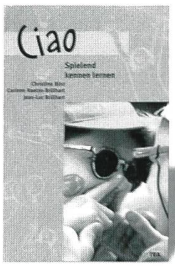
Kooperative Abenteuerspiele



In diesem Buch werden Praxishilfen (Theorie und Praxis) für die Vorbereitung, Durchführung, Präsentation und Nachbereitung von kooperativen Spielen mit wertvollen Tipps für die Spielleitung aufgezeigt. Der Aufbau von einfachen bis hin zu anspruchsvolleren Spielformen erleichtert die Auswahl für die entsprechende Teilnehmergruppe. Dabei werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie unterschiedlich in der Länge und Gestaltung solche Spielformen, aber auch wie kreativ kooperative Abenteuerspiele sein können.
Man merkt dem Buch an, dass es von Praktikerinnen und Praktikern für die Praxis entwickelt wurde.
Gilsdorf, R.; Kirstner, G.: Kooperative Abenteuerspiele. Seelze-Velber: Kallmeyerische Verlagsbuchhandlung GmbH, 1995. **03.2459**

Spielend kennen lernen

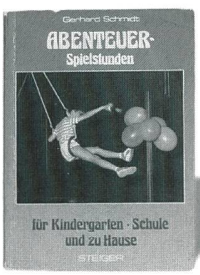
Einander immer besser kennen lernen ist das A und O erfolgreicher Gruppenarbeit. In diesem Taschenbuch werden 77 Impulse für einen erfolgreichen Einstieg in ein Lager oder in eine Gruppenarbeit vorgestellt. Die Spiele sind ohne oder mit wenig Vorbereitung durchführbar und können unterschiedlich lange gespielt werden.
Binz, Ch.; Raetzo-Brülhart, C.; Brülhart, J.-L.: Ciao – Spielend kennen lernen. Luzern: Rex Verlag, 2000.



Kooperationsspiele

Dies ist ein weiteres Spielbuch für kooperative Spiele auf der Primarstufe, bei welchem das soziale Lernen im Zentrum steht. Durch die sehr gute Gliederung mit Variationsmöglichkeiten und pädagogischen Hinweisen lässt sich schnell das passende Spiel für die entsprechenden Situationen in Schule und Freizeit herausfinden.
Flemming, I.; Fritz, J.: Kooperationsspiele. Mainz: Matthias-Grünewald-Verlag, 1995.

Abenteuer-Spielstunden



Über 200 Beispiele von neuen Abenteuer-Spielideen befinden sich in diesem Buch. Die Abenteuer-Spielstunden sollen eine Alternative zu «genormten» Bewegungsformen darstellen. Dabei werden in verschiedenen Gruppengrössen unterschiedliche Abenteuerspiele vorgestellt. Durch vielseitige Aufgabenstellungen innerhalb eines Stationenbetriebes sollen verschiedenste körperliche Beanspruchungen und soziale Aspekte gefördert werden.
Schmidt, G.: Abenteuer-Spielstunden. Innsbruck: Steiger Verlag, 1991. **71.2182** und **03.2184**

Weitere Literatur

Völkening, M.: Meine schönsten kooperativen Spiele. Köln: AA-Verlag für Pädagogik, 1997.
Brinkhoff, R.; Patz, D.: Aufteilungsspiele. Köln: AA-Verlag für Pädagogik, 1998.
Kaderli, M. und Team: Geländespiele. Luzern: Rex Verlag, 1997. **71.2473**

HELVETIA PATRIA