

Spielform «Kampf ja, aber fair!»

Video (<https://www.youtube.com/embed//JBvXjGAE-2k>)

Zeit

10 Minuten

Material

—

Aktion

Miteinander: 2 Spieler stehen sich seitlich nach links verschoben gegenüber und halten sich gegenseitig am rechten Handgelenk, die beiden «inneren» Füsse nebeneinander gestellt. Nun versuchen beide, mit gespanntem Körper gegen aussen zu lehnen und die Arme zu strecken. Zum Schluss werden die «äusseren» Beine gleichzeitig oder nacheinander vom Boden abgehoben, und das Team versucht, für mindestens 10 Sekunden das Gleichgewicht zu halten.

Gegeneinander: In der gleichen Ausgangsposition versuchen die beiden Duellierenden einander aus dem Gleichgewicht zu bringen. Im Moment des Gleichgewichtsverlusts wird der Unterlegene vom Gewinner gesichert.

Lebenskompetenz fördern: Beziehungsfähigkeit

Schritt 1 – Beobachten (Wahrnehmung)

- Was hat mehr Spass gemacht? Miteinander oder gegeneinander? Warum?
- Wie haben sich die Partner nach dem «Miteinander» bzw. «Gegeneinander» verhalten (Shakehands, Gratulation, gegenseitige Wertschätzung ...)?

Schritt 2 – Beurteilen (Besprechung)

- War für den Verlierer das Verhalten des Partners nach dem Sieg angenehm?
- Hat er sich für den Einsatz bedankt? Wenn nein, warum nicht?
- Hat der Verlierer dem Sieger gratuliert? Wenn nein, warum nicht?

Schritt 3 – Beraten (Handlungsalternative)

- Wie könnt ihr eurem Wettkampfgegner, egal ob Sieger oder Verlierer fair begegnen?
- Angenommen, ihr merkt, dass euch euer Gegner nach der Niederlage nicht wahrnimmt (kein Handshake am Schluss), sondern nur den Sieg feiert. Wie könnt ihr euch gegenseitig unterstützen, mit der mangelnden Wertschätzung gut umzugehen?

Schritt 4 – Begleiten (Anwendung)

- Beobachte als Leiter, ob die Jugendlichen ihr Handeln im Alltag aufgrund des Gespräches verändert haben. Wenn nicht, sprich sie bei Gelegenheit nochmals darauf an.

Schritt 5 – Zurück zu Schritt 1





Lebenskompetenzen, die mit dieser Spielform gefördert werden:

Weitere Informationen unter <https://www.coolandclean.ch>