

Spielform «Faires Verhalten»

Zeit

10-15 Minuten

Material

–

Aktion

2 Gruppen bilden, deren Teilnehmer je 10 Schuss in maximal 15 Minuten schiessen.

Die Schützen der einen Gruppe gehen für jeden Schuss einen Stand vor und richten sich jeweils neu ein. Die andere Gruppe schießt ganz normal.

Lebenskompetenz fördern: Umgang mit Stress

Schritt 1 – Beobachten (Wahrnehmung)

- Wie ist der Wettbewerb unter den zwei Gruppen verlaufen?
- Habt ihr Unterschiede im Ablauf bemerkt?
- Waren die Unterschiede fair? Wenn nein, warum nicht?
- Hat sich bei der benachteiligten Gruppe ein Stressgefühl eingestellt? Warum? Wie hat es sich geäußert?

Schritt 2 – Beurteilen (Besprechung)

- Was ist das Problem, wenn nicht alle die gleichen Voraussetzungen haben?
- Welches Gefühl stellt sich ein, wenn der Wettkampf nicht fair ist?
- Wie könnt ihr mit Stressgefühlen umgehen? Was hilft gegen Stress?

Schritt 3 – Beraten (Handlungsalternative)

- Wie könnt ihr unfaire Vorgaben sachlich und klar ansprechen?
- Angenommen, ihr stellt fest, dass eure Gegner andere Voraussetzungen haben als ihr. Wie könnt ihr klar kommunizieren, dass euch faire Verhältnisse wichtig sind?

Schritt 4 – Begleiten (Anwendung)

- Beobachte als Leiter, ob die Jugendlichen ihren Umgang mit Stresssituationen aufgrund des Gesprächs 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>