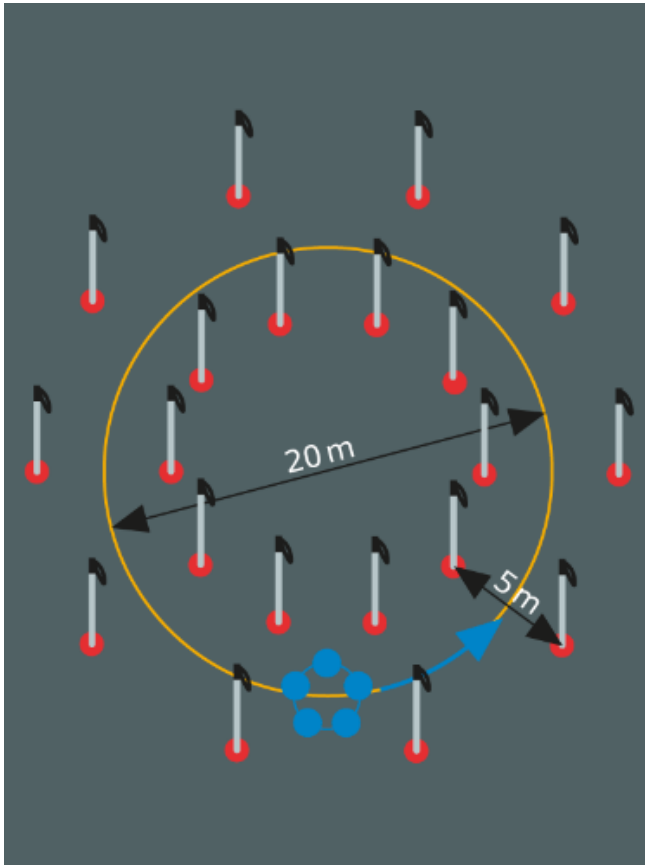


Spielform «Vertrauen ins Team fördert den Sieg»



Zeit

10 Minuten

Material

20 Skistöcke, Skis, Snowboards als Markierung

Aktion

Zuerst werden 8–10 Tore (Torbreite etwa 5 Meter) so gesteckt, dass ein Kreis mit einem Durchmesser von etwa 20 Metern entsteht. Anschliessend werden je nach Teilnehmerzahl 4 bis 5 Teams gebildet. Jedes Team wählt eine Vertrauensperson aus, die das Team durch den Parcours führen wird. Die anderen Teammitglieder ziehen die Skimütze über die Augen oder verbinden sich die Augen mit einem Schal und geben sich die Hand, so dass ein Kreis entsteht. Die Vertrauensperson führt nun das blinde Team möglichst sicher durch den Parcours.

Für einen zweiten oder dritten Durchgang werden die Vertrauenspersonen neu bestimmt, und es kann auch versucht werden, den Parcours in einer bestimmten Zeit zu absolvieren.

Diese Übung wird idealerweise in leicht hügeligem, unebenem Gelände durchgeführt.

Lebenskompetenz fördern: Empathie

Schritt 1 – Beobachten (Wahrnehmung)

- Welche Vertrauenspersonen habt ihr gewählt? Warum gerade diese Personen?
- War es schwierig, als Vertrauensperson die Teilnehmer durch den Parcours zu führen?
- Konnte sich die Vertrauensperson in die Mitspieler einfühlen?
- Wie habt ihr selbst euch gefühlt?

Schritt 2 – Beurteilen (Besprechung)

- War es leicht, jemandem zu vertrauen? Gab es Ängste, Bedenken? Warum?
- Was zeichnet eine Vertrauensperson aus? Wie kann sie sich gut in die ihr Anvertrauten einfühlen?
- In welchen sportlichen Situationen ist es wichtig, anderen zu vertrauen?

Schritt 3 – Beraten (Handlungsalternative)

- Wie könnt ihr eine einfühlsame Vertrauensperson finden?
- Angenommen du möchtest mit einer Person persönliche, vertrauliche Dinge besprechen: Auf welche Eigenschaften achtest du?

Schritt 4 – Begleiten (Anwendung)

- Beobachte als Leiter, ob die Spieler einander vertrauen. 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>