

Sozialtraining mit Jungen



die jungentrophy

lag[♂]
Eine Dokumentation der jungenarbeit
Landesarbeitsgemeinschaft Jungenarbeit
in Nordrhein-Westfalen e.V.

Impressum

Herausgeber:

Landesarbeitsgemeinschaft Jungenarbeit in NRW e. V.

Redaktion:

Christof Sievers

Drogenberatung Westvest

Zeppelinstr. 3

45768 Marl

Telefon 02365 - 17464

Telefax 02365 - 16492

Email: c.sievers@drogenberatung-westvest.de

Gestaltung:

die gestalter gmbh

www.die-gestalter-gmbh.de

Auflage: 500

Bezugsanschrift:

LAG Jungenarbeit NRW, Huckarder Straße 12

44147 Dortmund,

Telefon: 0231/53421-74, Telefax: 0231/53421-75;

Email: info@lagjungenarbeit.de

Dortmund, 2. Auflage, Dezember 2012

die jungentrophy

Sozialtraining mit Jungen

gefördert vom: Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen



Eine Dokumentation
der Landesarbeitsgemeinschaft Jungenarbeit in NRW e. V.

Dezember 2012

inhalt

Vorwort	5
Einleitung	7
Projektziele	8
Grundlagen	9
Methodische Hinweise	11
Evaluation und Dokumentation	13
Jungentrophy	13
Trainingseinheiten	17
Das Finale	18
Finalauswertung	20
Methoden	23
Methodenübersicht	24
Anhang	45
Literaturverzeichnis	45
Fragebögen	46
Trainingseinheiten anderer Jahre	51

vorwort

„Sozialtraining für Jungen“ - dieser Titel bedient auf den ersten Blick sämtliche Klischees einer defizitären Pädagogik und öffentlichen Stimmung: Jungs sind gewalttätig, unemotional, unsozial, unkommunikativ. Was also macht man: Ein Training, damit sie wieder sozialer werden. Und voila – hier liegt es nun vor, dieses Sozialtraining. Einmal durchgeführt, kommen die Jungs gesäubert wie aus der Autowaschstrasse heraus und sind wieder sozial eingepasst.

Natürlich ist das hier nicht beabsichtigt, aber leider begegnen einem bisweilen derlei Gedankengänge. Die Überlegungen, diese Jungentrophy zu publizieren und als Praxiskonzept für die Jungenarbeit zu verbreiten, sind dagegen differenzierter.

Zugrunde liegt der Gedanke, dass Jungenarbeit in zielgruppengerechter Methodik den Jungen Möglichkeiten bietet, Selbstverständlichkeiten ihrer Selbstkonzepte zu hinterfragen und Optionserweiterungen ihres Verhaltens / ihres Selbstverständnisses anzubieten. Einmal vorausgesetzt, dass Jungen untereinander vielfältig sind und kein Individuum durch Beschreibungen „einholbar ist“ nach dem Motto: Er ist oder sie sind so und so, bieten Statistiken gleichwohl immer wieder gewisse Grobmuster geschlechtsspezifischen Verhaltens, die man zur Kenntnis nehmen muss, ohne sie zu zementieren. So lässt sich leider nicht bestreiten, dass Jungen eher sozial auffällig, eher gewalttätig sind. Auch nicht die Tatsache, dass sie in diesem Verhalten nicht nur die Grenzen anderer (Mädchen wie Jungen, Männer wie Frauen), sondern z.T. auch die eigenen überschreiten – durch das Ignorieren der eigenen Grenzen in Risikoverhalten, durch das Verschweigen eigenen Leids, dessen Artikulation sich dann in eruptiven Kompensationshandlungen wie Gewalt gegen andere oder sich selbst, in psychischen / psychosomatischen Erkrankungen oder einfach nur durch ein „stilles, mit sich herumtragen“ manifestieren kann.

Allerdings darf man hier nicht pauschalisieren: Das gilt bei weitem nicht für alle Jungen, und viele Bewältigungsstrategien haben ihre Ressourcen. In der Jungenarbeit geht es darum, diese Ressourcen wert zu schätzen und sie da zu erweitern, wo sie nicht mehr greifen bzw. kontraproduktiv sind.

Die Jungentrophy setzt hier an: Sie knüpft methodisch an ein Bedürfnis zum Wettstreit an (Jungen trainieren im Vorfeld der Trophy und treten gegeneinander an), durchaus mit körperlicher Leistung verbunden; aber sie erweitert dieses klassisch männliche Thema um den Aspekt des Sozialen: Gefordert werden auch und gerade soziale Kompetenzen – Absprachen in der Gruppe, Rücksichtnahme auf jeden Einzelnen, Vertrauen und Unterstützung. Damit dies in der Gruppe funktioniert, ist jeder Einzelne mit seinem eigenen Vertrauen, seinen eigenen Grenzen, seinem Können und Nicht-Können konfrontiert, mehr noch: Er muss genau diese Seiten den anderen mitteilen in praktischen Übungen. Die Jungentrophy wird so zu einer Abenteuerreise ins eigene Ich und zur Nagelprobe einer Jungengruppe: Kann sie sich als Zusammenschluss verschiedener Männlichkeiten verstehen und so in der Trophy bestehen, oder ist sie ein Zusammenschluss unter der Verbindlichkeit klassischer Männlichkeit – dann wird sie in der Trophy scheitern. Dadurch bietet die Jungentrophy ein Lernfeld bzgl. der individuellen Gestaltung von Männlichkeit, ein Angebot zur Erweiterung von Selbst- und Gruppenkonzepten. So steht im Vordergrund die Bereicherung für Jungen.

Hier schließt sich der Bogen zur präventiven Pädagogik: Die Hoffnung ist, dass dies auch z.B. gewaltpräventiv wirkt, denn unbestritten ist ein Nährboden von Gewalt die Unfähigkeit, eigene Frustrationen oder Ohnmachtserfahrungen anders als in einer Überinszenierung männlicher Machtdemonstration durch Gewalt gegen andere zu manifestieren, getragen durch die Übereinstimmung einer zuschauenden Clique / Gruppe.

Daher ist die Jungentrophy ausdrücklich anders konzipiert als solche gewaltpräventiven Angebote, die z.B. auf Ventilisitten wie Kampfspiele o.ä. abheben. Sie greift sehr früh, indem sie Begrenztheit, Ohnmacht, Angewiesenheit für jeden einzelnen und eine Gruppe als solche thematisiert – und, sehr zentral, reflektiert. Ohne letzteres, ohne diese „Übersetzungsarbeit“ mit den Jungen durch die Fachkraft wäre es eine reine Spaßveranstaltung – zwar schön, letztlich aber wenig nachhaltig. Mit ihr aber ist sie eine Methode, die überaus viel Spaß macht, gleichzeitig aber sehr ernsthaft wirken kann und reflektiert wird.

„Sozialtraining“ meint so eben nicht, dass die Jungen „wieder sozial handhabbar gemacht werden“, sondern dass sie das Soziale als Bereicherung für sich und eine Gruppe erleben. Die Hoffnung ist, dass diese Erfahrungen gerade mit bestehenden Gruppen sich langfristig in erweitertem, scha-

densminimierendem Verhalten von Jungen niederschlägt.

Die ersten Erfahrungen machen diesbezüglich Mut – die Trophy hat eine hohe Akzeptanz bei den Jungengruppen und den sie begleitenden Fachkräften.

So ist zu hoffen, dass sie eine breite Anwendung findet. Das wäre allerdings, bei aller konzeptioneller Stärke, nicht möglich ohne die strukturelle Absicherung dieser Arbeit. So gilt der große Dank dem Ministerium für Generationen, Familie, Frauen und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen, das die Arbeit der LAG Jungenarbeit NW allgemein, sowie die Erstellung dieses Konzeptes im Besonderen inhaltlich unterstützt und finanziert hat. Ohne diese gute Unterstützung und finanzielle Förderung nun schon seit mehreren Jahren wären innovative Konzepte und Projekte der Jungenarbeit in Nordrhein-Westfalen nicht möglich.

Christoph Blomberg



einleitung

Jungenarbeit möchte Jungen dahingehend unterstützen, dass sie eine selbstständige, geschlechtliche Identität als Junge in all ihren Ausprägungen und ihrem biographischen Werdegang entwickeln. Jungenarbeit (geschlechtsbezogene Pädagogik) ist daher eine Haltung und Sichtweise. Hierbei wird Männlichkeit als kulturell konstruiert und in stetiger Veränderung befindlich angesehen.

Jungenarbeit ist notwendig geworden, da die heutige Zeit unter dem Einfluss vieler Modernisierungseffekte steht, die sich auch auf die Jungen- und Männersozialisation auswirken. Es ist daher für Jungen wichtig, durch unterschiedliche Angebote und Zugangsmöglichkeiten Raum und Anregungen für Selbstfindung zu erhalten.

Jungenarbeit nutzt hierbei Methoden und Anlässe, die es Jungen ermöglichen, Grenzen ohne nachteilige Konsequenzen auszuprobieren und so eigene Grenzen kennen zu lernen.

Erlebnispädagogische Übungen können dies gewährleisten. Sie sind für viele Jungen attraktiv. Mit ihnen können körperliche und zwischenmenschliche Erfahrungen und Gefühle sowohl unter den Jungen als auch mit dem Pädagogen erlebt, benannt und somit kommunizierbar werden. Darüber hinaus wird soziales Lernen durch gegenseitige Kontrolle und Verantwortung geschult und Erfolge können direkt nachempfunden werden.

Aus diesen Überlegungen heraus ist die Jungentrophy als eine erlebnisorientierte Veranstaltung konzipiert worden. Die Trophy ist für Jungen zwischen 11 und 15 Jahren gedacht. In 5 - 7er Teams beweisen Jungen ihre Teamfähigkeit und bewältigen verschiedene Aufgaben, um das Finale zu bestehen. Die Inhalte setzen sich zu einem Teil aus den „klassischen“ männlichen Tugenden wie Mut, Stärke etc. zusammen, zum anderen Teil aus verschiedenen, für Jungen häufig ungeübten Fähigkeiten wie Menschenkenntnis, Kooperation, Sinneswahrnehmungen etc..

Das vorliegende Buch gibt einen möglichst umfassenden Einblick in alle Bereiche der Trophy. Erste Priorität ist hierbei, sich einen Überblick über die Jungentrophy zu verschaffen.

Das Kapitel Grundlagen möchte methodische Besonderheiten vor der eigentlichen Gruppenarbeit vorweg nehmen.

Die Trophy beinhaltet eine längere Zusammenarbeit mit Jungen. Um einen Spannungsbogen aufzubauen, die Jungen auf die Trophy vorzubereiten und um die Struktur von einzelnen Trainingsstunden darzustellen, werden Vorschläge zur Gestaltung der Trainings gemacht. Die dargestellten Übungsstunden sind nur Vorschläge, also keine Garantien für ein fertiges Konzept. Variationen und Ergänzungen sind ausdrücklich erwünscht! Man sollte immer in der Lage sein, flexibel auf die Situationen und Themen in der Gruppe zu reagieren.

Die Methoden stammen aus verschiedenen pädagogischen Bereichen (Spiel-, Erlebnispädagogik, lebendigen Lernens etc.). Sie haben alle zwei Dinge gemeinsam: sie schaffen und nutzen Erlebnisse und sind in Jungengruppen erprobt.



projektziele

Das Projekt Jungentrophy will ein weites Spektrum von Einrichtungen, Vereinen und Verbänden mit einbeziehen und sie dazu ermutigen, Jungenarbeit zu leisten. Das Projekt verfolgt auf drei unterschiedlichen Ebenen Ziele.

In Bezug auf Pädagogen will die Jungentrophy,

- dass Männer Jungenarbeit leisten und als erwachsene Männer im Alltag für Jungen präsent werden,
- eine Konzeption umsetzen, die sich nicht an den Defiziten von Jungen orientiert, sondern ihre Fertigkeiten und Qualitäten als wertvoll ansieht und
- zur Weiterentwicklung der Jungenarbeit beitragen.

Bezüglich der Jungen soll die Trophy

- die Vielfältigkeit von Fähigkeiten bei Jungen aufzeigen und fördern,
- die Teamfähigkeit schulen,
- Selbst- und Gruppenerfahrungen ermöglichen,
- das Selbstbewusstsein stärken,
- die eigenen Stärken und Schwächen bewusst machen,
- Jungengruppen positiv aufwerten sowie
- Spaß und Lebendigkeit ermöglichen.

Eine gelungene Durchführung und Etablierung kann auf der administrativen Ebene

- Jungenarbeit in der Stadt bzw. im Kreis bekannter machen,
- Vernetzung der Jungenarbeit vorantreiben und
- neue Kooperationen ermöglichen.



grundlagen

Die Jungentrophy, in der jetzigen Form, basiert im Wesentlichen auf erlebnispädagogischen Elementen. Die Erlebnispädagogik setzt ihre Akzente neben den Natursportarten (Klettern, Kanu etc.) und in anderen Erziehungsprojekten (musisch-ästhetische Erziehung, Handwerk, Reisen etc.) auch in Indooraktivitäten¹.

Eine Möglichkeit sind hierbei Kooperations- und Interaktionsspiele. Sie schaffen einen Rahmen und einen Anreiz für Erfahrungen auf der kognitiven, emotionalen, psychosozialen und psychomotorischen Ebene.

Bei diesen Kooperations- und Interaktionsspielen erhält die Gruppe eine klar umrissene, anspruchsvolle, spielerische, lösbare Aufgabenstellung, wobei die Modalitäten von der Leitung festgelegt werden. Die Bewältigung der Aufgabe erfordert von allen Teilnehmern Einsatz und Engagement auf der physischen, kognitiven und emotionalen Ebene. Das Angebot beruht auf Freiwilligkeit und kann auch abgelehnt werden. Die Gruppe arbeitet miteinander und nicht gegeneinander, man gewinnt und verliert gemeinsam, wobei die Stärken und Schwächen eines jeden berücksichtigt werden sollen. Kommunikation und Absprachen haben einen hohen Stellenwert.

Am Ende der Durchführung findet eine reflexive Vertiefung statt. Hierdurch wird der Transfer in den Alltag ermöglicht. Einzelne Spiele werden zu methodisch-sinnvoll angeordneten Spielketten aufgebaut².

„Erlebnispädagogik ist eine Methode, die Personen und Gruppen zum Handeln bringt mit allen Implikationen und Konsequenzen bei möglichst hoher Echtheit von Aufgabe und Situation in einem Umfeld, das experimentierendes Handeln erlaubt, sicher ist und den notwendigen Ernstcharakter besitzt“³.

Grundsätzlich wollen alle Formen von Erlebnispädagogik Lernerfolge initiieren, psychische Verhärtungen, Verkrustungen, Hemmungen und Verdrängungen sollen bewusst werden, damit man sie bearbeiten kann⁴. Sei es, dass jemand Funktionen von Gruppen erkennt, Beziehung neu erlebt und erlernt oder durch seine Fähigkeiten Selbstwertgefühl erlernt, immer haben erfahrungsorientierte Angebote auch einen starken Aufforderungscharakter.

In der Erlebnispädagogik werden immer auch Grenzerfahrungen gemacht, es kostet auch oft Überwindung, sich auf Neues einzulassen und Menschen haben ihre persönlichen Sperrn und Blockaden. Um Menschen aus ihrer „Komfortzone“ herauszulocken ist die Erlebnispädagogik wohl mit eines der besten Mittel. Grundvoraussetzung hierzu ist allerdings der Aufbau eines Vertrauensverhältnisses.

Die Erlebnispädagogik richtet sich nach unterschiedlichen Prinzipien. Die für die Trophy wesentlich sind, sollen hier erläutert werden.

Lernen in der Gruppe

Die Erlebnispädagogik wird vielfach zur Förderung sozialer Kompetenzen genutzt, so nimmt die Kooperationsfähigkeit einen hohen Stellenwert ein. Bestimmte Aufgabenstellungen können von einer Gruppe nur gemeinsam erfüllt werden und so muss sich jedes Mitglied der Gruppe auch in diese einbringen, je nach Persönlichkeit, Fähigkeiten und Kompetenzen möglicherweise einmal unterordnen oder auch mal eine Führungsrolle übernehmen. Die Nutzung aller vorhandenen Fähigkeiten und die Beteiligung eines jeden unterstützen die Entwicklung einer vertrauensvollen Atmosphäre. In dieser Atmosphäre ist der Teilnehmer dann auch eher bereit, sich fallen zu lassen, sich aber auch kritisieren zu lassen oder mal Schwäche zu zeigen. Optimalerweise entwickelt eine Gruppe eine Eigendynamik, die Lernerfolge möglich macht und unterstützt. Speziell die Reflexion von Erlebtem in der Gruppe ermöglicht die Nutzung aller vorhandenen Kompetenzen und Meinungen.

Safety first

Die objektive Sicherheit muss für alle Teilnehmer gewährleistet sein. D.h., dass der Gesundheitszustand und die Fitness der Teilnehmer berücksichtigt werden müssen, wie auch die technischen Möglichkeiten und Kenntnisse. Im Unterschied dazu steht die subjektive Sicherheit, das individuelle Sicherheitsempfinden. Es gilt für jeden die Stop-Regel, d.h., bei Stop wird die Situation eingefroren.

1) <http://www.jubi.de/download.htm/Scripterlebnispädagogik.zip>

2) vgl. REINERS, Praktische Erlebnispädagogik

3) Hufenus 1993, S.86

4) vgl. Stüwe/Dilcher 1998, S.17

Challenge by Choice

Der Einzelne und die Gruppe soll in verschiedenen Bereichen durch bestimmte Aufgaben physischer, psychischer und sozialer Natur herausgefordert werden. Dabei können eigene Fähigkeiten und Grenzen erfahren werden. Der Einzelne und die Gruppe können sich durch diese Erfahrungen neu kennen lernen und erleben. Allerdings gilt für jede Aufgabenstellung, dass jeder für seine Lernerfolge selbst verantwortlich ist. Jeder Teilnehmer bestimmt den Grad seiner persönlichen Herausforderung (Wie weit willst du gehen?).

Aktion und Reflexion als Wechselwirkung

Die Bereitschaft für neue Erfahrungen sollte bei der Gruppe und dem Einzelnen vorhanden sein. Ungewöhnliches sollte erst einmal angenommen werden und später erst einer Zensur unterliegen. Sowohl in der Aktion als auch in der Reflexion hat jeder die Möglichkeit, seine Meinung und sein Wissen kundzutun, Kritik und Lob zu äußern.

Hierzu gehört, die Bereitschaft, Feedback zu geben und anzunehmen. Es können dabei bestimmte Konflikte aufgezeigt oder z.B. Handlungsmuster bewusst gemacht werden. Dies ist für den Transfer von der erlebnispädagogischen Situation in den Alltag entscheidend. Killerphrasen - wenig hilfreiche Bemerkungen - sind zu unterlassen, z.B. „kein Wunder, dass du das nicht geschafft hast“, „ich bin doch nicht schwul“ oder „kenn ich nicht, mach ich nicht“.

Gruppenselbststeuerung

Der Gruppe wird möglichst viel Verantwortung übertragen, so dass Entscheidungsfähigkeit und Initiative gefragt sind. Die Prozesse in der Gruppe werden als eigenes Erfahrungsfeld gesehen, in die möglichst wenig eingegriffen werden soll. Der Trainer hat die Aufgabe, den Prozess zu initiieren, zu begleiten, zu beobachten und seine Ansichten mit in die Reflexion einzubringen.

Rücksichtnahme auf das schwächste Glied

Entscheidend ist nicht die Leistung einzelner, sondern die Kooperation in der Gruppe. Rücksichtnahme, Verantwortung für andere zu übernehmen und anderen zu vertrauen sind dabei wichtige und notwendige Faktoren. Jeder ist aufgefordert „stopp“ zu sagen, wenn ihm etwas unklar ist, er sich nicht sicher fühlt, er etwas nicht mitmachen möchte oder etwas anderes für ihn nicht stimmig ist.

Vielfalt

Aus den verschiedenen Aktivitäten und Aufgaben ergeben sich unterschiedlichste Anforderungen, so dass eine vielfältige Erprobung der eigenen Stärken und Schwächen möglich ist.

Ernstsituation

Authentizität gilt nicht nur für die Teilnehmer sondern auch für die Situation, das Setting in das sie gestellt werden. Die Ernsthaftigkeit und zum Teil auch die Unausweichlichkeit von Situationen eröffnet den Teilnehmern die Chance, neue Verhaltensweisen im Umgang mit den Anforderungen auszuprobieren und zu bewerten. So ist es möglich dass sich die Gruppe den Herausforderungen stellt, auch wenn sie diese als belastend und unüberwindbar ansieht⁵.



methodische hinweise

Die Gruppe

In der Gruppe kann von und mit Gleichaltrigen gelernt und somit ein eigener Weg für sich, in Abhängigkeit von den anderen (Solidarität, Vielfalt und Abgrenzung etc.), gefunden werden.

Die Mannschaftsgröße bei der Jungentrophy von fünf bis sieben Jungen gewährt eine komplexe Dynamik. Es können sich z. B. keine Zwei-gegen-zwei-Fraktionen bilden, d.h., es ergeben sich immer wieder neue Konstellationen und Interaktionen.

Bei Konflikten ist zu beachten, dass der Gruppe genug Raum zur Auseinandersetzung eingeräumt wird. In diesen Fällen ist das Arbeiten an dem Konflikt wichtiger als das Training. Die Gruppe sollte nur entlassen werden, wenn alle Beteiligten das Gefühl haben, den Konflikt ausreichend besprochen und gelöst zu haben, und es am Ende keinen Gewinner und Verlierer gibt.

Gruppenleiter

Der Gruppenleiter sollte bei den Jungen Autorität inne haben. D. h., dass die Teilnehmer sich fachlich (Fach- und Methodikkompetenz) und menschlich (psychische Stabilität, soziales Engagement, Einfluss) auf ihn verlassen können. Er sollte Ermutigung (Glauben an die Teilnehmer) und Schutz (Überblick über Fehlerquellen und Gefahrenpotentiale) geben. Darüber hinaus sollte er Spielräume ermöglichen, wo sich die Teilnehmer in Selbstständigkeit üben können, und er sich dem Prozess widmen und Hilfestellungen leisten kann.

Ein klarer Leitungsstil sollte praktiziert werden. Informationen über den Stundenablauf sollten vor jedem Training gegeben werden. Die Anweisungen über Aufgaben und Regeln sollten deutlich vermittelt werden. Unterschwellige Voraussetzungen und Erwartungen an die Gruppe sollten benannt und damit offensichtlich werden.

Orientierung und Schutz für den Einzelnen sollte gewährleistet sein. Hierzu gehört die Reflexion des gesamten Verlaufes und der jeweiligen Übungen genauso wie der respektvolle Umgang mit den Teilnehmern. Berücksichtigt werden sollte, dass die Teilnehmer in der Regel neue persönliche Erfahrungen, Verhaltensänderungen und Auseinandersetzungen erleben.

Mit Widerstand und unerwarteten Entwicklungen sollte flexibel umgegangen werden. So ist eine anfängliche Abwehrhaltung zu akzeptieren, da sie häufig dem Selbstschutz dient. Sollte der Widerstand zu groß sein, sollte die Übung abgebrochen, nach zusätzlichen Hilfen oder Alternativen gefragt werden. Ein Abbruch, ein Misslingen oder eine mögliche Alternative kann auch thematisiert werden. Hieraus ergeben sich häufig sehr wertvolle Anregungen und Ergebnisse.

Der Leiter ist für die Strukturierung des Prozesses verantwortlich (Prozessdirektivität), muss sich aber im Verlauf des Angebotes immer mehr zurücknehmen (inhaltliche Non-Direktivität). Trotzdem sollte er im Verlauf der Unternehmung auch erkennen, wann man von der „geplanten Route“ abweichen muss. Wann macht eine Auszeit Sinn? Tritt eine Überforderung auf oder handelt es sich nur um eine Blockade? Wann ermahne ich und wann ermuntere ich? All das sind Fragen, die und denen der Anleiter einer erlebnispädagogischen Aktion sich innerhalb kürzester Zeit stellen muss. Ein Gleichgewicht sollte zwischen eigenständiger Entfaltung und dem geplanten Ablauf hergestellt werden.

Weniger ist mehr

Bei Kooperativen Abenteuerspielen handelt es sich um einen Lernprozess der ganzheitlich, wachstumsorientiert und selbstorganisiert ist, bzw. sein sollte. Für die Aktionsphase heißt das, dass die Spielleitung sich möglichst zurückhalten sollte, da jede Intervention den Lern- und Gruppenprozess erst einmal stört bzw. behindert. Deshalb sollte sich die Spielleitung, nachdem das Spiel der Gruppe übergeben wurde, an einem günstigen Platz am Rande des Spielgeschehens postieren. Solch ein räumlicher Rückzug verschafft der Leitung mehr Übersicht über die Situation und verdeutlicht den Spielern, dass sie nun in erster Linie selbst für den Spielverlauf verantwortlich sind.

Die größten Tugenden einer effektiven Spielleitung in dieser Phase sind Geduld und Aufmerksamkeit. Doch dies ist oft leichter gesagt, als getan. Viele Spielleiter fühlen sich genötigt einzugreifen, wenn sie den Eindruck bekommen, dass die Gruppe eine Aufgabe nicht lösen kann oder es zu Konflikten unter den Gruppenmitgliedern kommt. In diesen Fällen ist es wichtig, sich das eigentliche Ziel des Spieles vor Augen zu halten. Geht es wirklich darum, alle Spieler über ein Seil zu transportieren, das einen Meter über dem Boden befestigt ist? Oder geht es für die Spieler nicht vielmehr um die Möglichkeit, etwas über sich selbst lernen und den Umgang mit anderen

Menschen zu lernen? Die Lösung einer Spielaufgabe sollte nicht primäres Ziel sein, sondern als ein Medium angesehen werden, um einen Lernprozess zu initiieren. Deshalb gilt im „Sinne eines selbstverantwortlichen Gruppenprozesses ... die Devise: so wenig eingreifen wie möglich“⁶

Zeitdauer der Übungen

Die im Methodenteil vorgegebenen Zeitangaben sind nur Richtwerte. Die Gruppe kann einige Übungen fantastisch finden und andere total langweilig. Einige können mit Ritualen arbeiten, wobei eine Übung zum Beginn oder zum Ende wiederholt wird. Andere wiederum lösen Auseinandersetzungen aus, die Vorrang vor einer Weiterarbeit haben sollen. Es müssen nicht alle Übungen gemacht werden; wiederum sollte sich derjenige, der drei Trainingseinheiten in einer verpackt, schon fragen, ob er alles richtig angeleitet, der Gruppe genügend Raum zur Entfaltung gewährt oder aber gut reflektiert hat.

Sicherheitshinweise

Der Gesundheitszustand ist vor den Trainingseinheiten abzufragen. Körperliche Gebrechen, Behinderungen oder Allergien der Jungen sollten vorab angesprochen werden, um sie bei den Trainings zu berücksichtigen. Hierdurch können Verletzungsgefahren minimiert, allergische Reaktionen bei Sinnesübungen zum Geschmackssinn u.ä. schon im Vorfeld verhindert werden. Gleichzeitig sollten in Verbindung mit der Stop-Regel die Jungen aufgefordert werden, ihre Bedenken im Vorfeld zu äußern.

Auswertung

Sie wird schon am Anfang der Übung eingeleitet. Hierzu gehört, dass jeder Jungenarbeiter sie mit Sinn füllen kann und eine Übertragung in die Realität für ihn ersichtlich ist. So kann eine Blindenführung das Thema Vertrauen aufgreifen. Was zeichnet jemanden aus, den ich vertrauen kann? Was muss ein Anführer leisten können? Was wird von einem Mitläufer verlangt?

Ein Austausch kann die Vielfalt unterschiedlicher individueller Erfahrungen oder Ähnlichkeiten von eigenen und fremden Erfahrungen deutlich machen. Darauf zu achten ist, dass „die neuen Erfahrungen nicht z. B. durch „Was wäre gewesen, wenn“-Diskussionen verwässert werden.“⁷

Häufig ist eine Auswertung nicht zu jeder Übung sinnvoll, aber am Ende des Trainings dahingehend notwendig, dass zumindest vom Trainer anhand der Leitfragen die Gruppe insgesamt ein Feedback erhält.

Manchmal hilft es auch den Jungen etwas Zeit zu geben, um die vorausgegangenen Erfahrungen ausklingen zu lassen.

Jeder sollte selbst entscheiden können, ob er etwas mitteilen möchte. Das Auswertungsgespräch sollte nicht unnötig in die Länge gezogen werden. Um zu verdeutlichen, dass die Gruppenleitung das Gesagte verstanden hat, kann es noch einmal vom Trainer mit eigenen Worten komprimiert und verständlich zusammengefasst werden.

Es sollte dazu angeregt werden, alte Denk- und Verhaltensmuster zu überprüfen und neues Verhalten zu erproben und zu festigen. Eventuell können auch in der Auswertung Vorschläge gesammelt werden, wie neue Erfahrungen, Einsichten und Ideen mit der alltäglichen Lebenspraxis außerhalb der Gruppe verbunden und umgesetzt werden können.



6) Gilsdorf/Kistner 1995, S. 28

7) vgl. IPTS: Sexualpädagogik, AIDS-Prävention, hier: Handbuch für LehrerInnen S. 42, Kiel 1995.

evaluation und dokumentation

Die Trophy wird hinsichtlich ihrer Qualität und der erreichten pädagogischen Ziele dokumentiert und beurteilt. Aus der Evaluation heraus sind Optimierungen (Arbeitserleichterungen etc.), thematische Weiterentwicklungen, Selbststeuerung und -kontrolle erst möglich. Hierdurch wollen die Organisatoren

- die Jungentrophy kompetenter, d. h. strukturierter und schlüssiger, an die unterschiedlichsten Zielgruppen (Veranstalter, Jugendarbeiter, Jungen) herantragen,
- eine Kontroll- und Überprüfungsmöglichkeit für die selbst gesteckten Ziele auf den unterschiedlichsten Ebenen installieren und nutzen sowie
- den Nutzen und den Beitrag für das Gemeinwesen dokumentieren.

Die Evaluierung bezieht sich daher auf unterschiedliche Ebenen:

- den „Erfolg“ des Einzelnen (Jungenarbeiter, Jungen),
- die Gruppendynamik und -aktionen (Jungenarbeiter, Jungen) und
- die Rahmenbedingungen und die Planung (Organisationen).

Die Trainings werden von jedem Jungen und jedem Jungenarbeiter am Ende beurteilt. Deshalb sind die Bögen schnell auszufüllen, konkret beantwortbar und allgemein verständlich gehalten. Die Fragebögen für die Jungen sind stellvertretend in dem Anhang beigelegt.

Beide Fragebogenarten beinhalten sowohl qualitative Fragen als auch Aussagen nach Veränderungen und berücksichtigen die in den Methoden beschriebenen Ziele.

Der Fragebogen des Jungenarbeiters beinhaltet auch Aussagen über von ihm beobachtete Veränderungen. Die Fragen berücksichtigen die für die Trophy entwickelten Hilfen und die Ziele der eingesetzten Methoden.

Die Fragebögen können in die vier Themenkomplexe Inhalt, Methoden, Durchführung der Training und allgemeines Urteil unterteilt werden. Hierbei wurde auf eine verständliche Ausdrucksweise geachtet. Abschließend können auf dem Fragebogen Anmerkungen, Lob, Kritik, Ergänzungen und Erklärungen notiert werden.

jungentrophy

Die Jungentrophy läuft über acht Wochen in den beteiligten Einrichtungen.

Vorweg geschaltet ist jeweils eine zweitägige Fortbildung für alle Interessierten, die mit einer Jungengruppe bei der Trophy teilnehmen wollen.

Check-In und Training finden gleichzeitig in den Einrichtungen der fortgebildeten Jungenarbeiter statt. Höhepunkt und Abschluss ist das Finale mit einer großen Aktion an der mehrere Jungengruppen mitmachen.

Die Trophy ist bewusst als einmalige Aktion ohne Verpflichtungen konzipiert, um eine möglichst große Bandbreite von Jungen zwischen 11 und 15 Jahren mit den unterschiedlichsten Fähigkeiten (geschickte, kräftige, schlaue, schnelle, gefühlvolle, gebildete...) in den verschiedensten Zufallsgemeinschaften, Gruppen aus Jugendzentren, Kirchengemeinden etc. zu erreichen.

die jungentrophy

Der Aktionsablauf

zweitägige Schulung der Jungenarbeiter

Überblick über die Jungentrophy,
Vermittlung von Fach- und Methodenkompetenz,
Unterstützungshilfen und Kooperationen



Check-In - Anwerbung der Jungengruppe

über einen Eingangstest mitsamt des Trophypasses
Absprache der Trainingseinheiten



Die Trainings

drei bis fünf Trainingseinheiten



Das Finale in einer großen Sporthalle

Begrüßung und Kurzvorstellung des Parcours
Gleichzeitige Aktionen an den Stationen



Abschluss

Prämierung der Gesamtsiegergruppe
Urkunden für alle

Fortbildung

Die Fortbildung sollte die Männer auf die Trophy und ihre speziellen Anforderungen vorbereiten und eine erfolgreiche Arbeit als Gruppenleiter gewährleisten. Darüber hinaus bestand ausreichend Zeit, sich näher kennen zu lernen, und ein Gemeinschaftsgefühl zu entwickeln. Die Fortbildung beinhaltet, neben einem Überblick über die Jungentrophy, die Vermittlung von Fachkompetenz hinsichtlich Jungenarbeit und Erlebnispädagogik mit einem Schwerpunkt auf der Methodenkompetenz. In der Erlebnispädagogik sind Sicherheits- und Trainingsaspekte grundlegende Basisqualifikationen.

Der Referent war sowohl im Jahre 2003 als im Jahre 2004 Thomas Schut-Ansteeg, der seit 1990 Fachlehrer für Soziale Arbeit an der Universität Duisburg-Essen mit den Themenschwerpunkten u.a. Gruppenarbeit, Abenteuer- und Erlebnispädagogik in der Sozialen Arbeit, Sport- und bewegungsorientierte Methoden ist.

Er erhielt vorab die Gesamtkonzeption der Trophy und die thematischen und inhaltlichen Vorgaben. Hauptschwerpunkt waren Übungen und Methoden, die jeder mit Jungen durchführen kann, ohne zuvor einen Sicherungsschein gemacht oder ein Knotenkurs belegt zu haben. 2005 wurde die Fortbildung von Martin van Thriel, Wichernhaus, gestaltet, womit die Trophy dem Ziel, dass vor Ort Jungenarbeiter sie übernehmen, sehr nahe gekommen ist.

Trophykiste

Über die Fortbildung hinaus sollte durch die „Trophykiste“ der Ablauf, die Kooperation und die Handlungssicherheit der Jungenarbeiter gewährleistet werden. Die Kiste ist auf die jeweiligen Trainings abgestimmt und daher von den Materialien her unterschiedlich.

Drei grundlegende Komponenten beinhaltet diese Kiste

1. die Methodenzusammenstellung „Jungentrophy - Trainingshandbuch“, in dem alle Inhalte der Trophy, der Fortbildung und der Trainings zusammengefasst worden sind,
2. der Reader, indem alle Trainingseinheiten mitsamt Methodenbeschreibung und Checklisten für den sofortigen Gebrauch enthalten sind, und
3. alle Materialien, die für die Trainings gebraucht werden. 2004 waren das beispielsweise 15 Tennisbälle, 7 Augenbinden, 3 Holzbalken, 2 Gymnastikreifen, 1 Plane, 1 Wasserball, 1 Rolle Tesakrepp, 1 Rolle Flatterband, 1 Schaumstoffschläger, 1 Gummiband mit mehreren weiteren Gummibändern, 1 Bonbonglas, 1 Becher, 1 Seil

Der Check-In

Jede Jungengruppe mit mindestens fünf, maximal sieben Mitgliedern, ob neu formiert oder schon bestehend, kann sich über einen Eingangstest für die Trophy qualifizieren. Hierzu ist eine kurze, kleine Übung zu absolvieren. Diese Übung dauert in der Regel nicht länger als drei Minuten, verdeutlicht aber im Wesentlichen, worum es im Weiteren bei der Trophy gehen soll. Sie wird vom Jungenarbeiter angeleitet, durchgeführt und im Anschluss anhand einer Leitfrage ausgewertet. Die Jungengruppe soll aus drei Umschlägen unterschiedlicher Farbe einen auswählen und die hierin enthaltene Aufgabe lösen.

Die drei folgenden Übungen können angeboten werden:

1. Blind zählen
2. Drunter und Drüber
3. Liegestützfünfleck

Nach erfolgreicher Eingangsübung wird der selbst gewählte Gruppenname aufgenommen. Jeder Junge erhält einen Trophypass und wird namentlich in dem Pass erfasst, eventuell auch fotografisch verewigt. Der Name des Jungenarbeiters wird als Ansprechpartner hier ebenfalls notiert.

Jede Jungengruppe darf zwei Ersatzleute (maximal sieben Jungen pro Gruppe) mit in das Team bringen, falls jemand an einem Termin nicht teilnehmen kann oder aussteigen möchte.

In dem Pass wird der Jungengruppe die Möglichkeit eingeräumt, fünf Trainings bei dem jeweiligen Jungenarbeiter zu absolvieren. Deshalb ist wie bei einer Freibad-Zehner-Karte am Rande die Möglichkeit, die durchgeführten Trainingseinheiten abzuknippen.

Die Trainings

Jede der fünf Trainingseinheiten dauert mindestens eine Stunde (bei Bedarf auch länger). Die fünf Einheiten vereinen unterschiedliche Disziplinen, die sich in die Kategorien Kennenlernen und Warming-Up, Wahrnehmung und Sinne, Kraft und Stärke, kooperative Übungen, Vertrauensübungen sowie Reflexion und Auswertung unterteilen lassen. Es können bei ausreichenden zeitlichen und personellen Ressourcen auch mehr Einheiten angeboten werden.

Die zweite Trainingseinheit beispielsweise setzt sich aus folgenden Übungen zusammen:

Inhalt	Methodik
Konzentration, Strategien entwickeln	Einkaufen
Kooperation, Kommunikation	Decke falten
Aufmerksamkeit, Geschicklichkeit	Finger fangen
Konzentration, Geschicklichkeit	Schwertmeister
Feedback	Leitfragen

Bei der Übung „Decke falten“ steht die Kooperation und das planvolle Handeln im Vordergrund. Die Gruppe stellt sich hierbei auf eine Plane. Sie haben nun die Aufgabe, diese Plane zu halbieren, ohne diese zu verlassen. Die Gruppe soll danach von der Plane heruntergehen und sich überlegen, wie viele Male sie diese halbieren kann, ohne dass jemand die Plane verlässt und wie sie das hinbekommen könnte. Hierbei darf aber aus Sicherheitsgründen niemand auf die Schulter genommen werden.

Zur Reflexion dieser Trainingseinheiten besitzt der Jungenarbeiter einen Bewertungsbogen, der durch Ankreuzen ausgefüllt wird. Für Ergebnisse und Bemerkungen stehen jeweils ein paar Zeilen zur Verfügung.

+	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	–
Die Zusammenarbeit hat reibungslos geklappt.											Keine Zusammenarbeit und keine Lösung.
Sie konnten sich auf den anderen verlassen.											Überhaupt keine Verlässlichkeiten und kein Vertrauen.

Die Gruppe erhält ebenfalls einen Reflexionsbogen. Bei diesem Bogen geht es darum, sich als Gruppe über die eigene Leistung in der Trainingseinheit auseinander zu setzen und sich auf einen Wert zu einigen.

+	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	–
Die Zusammenarbeit hat reibungslos geklappt.											Es lief nicht gut und wir fanden keine Lösung.
Wir haben uns jederzeit sicher gefühlt.											Alle waren immer wieder total verunsichert.
Jeder konnte sich auf den anderen verlassen.											Überhaupt keine Verlässlichkeiten und kein Vertrauen.

Die beiden Bögen und die Bewertungen durch den Jungenarbeiter und die Jungengruppe sind Inhalte des Auswertungsgespräch.

die trainingseinheiten

Trainingseinheiten 2005⁸

Check-In

Bachüberquerung

Der elektrische Draht

Schlangehaut

1. Training

Inhalt	Methodik
Vorstellung, Übersicht	
Kennenlernen	Besonderheiten
Vertrauen	Pendel Paarübung seitlich Aufeinander zufallen
Stärke, Geschicklichkeit	Rücken drücken
Warming up, Kooperation	Mondball
Feedback	Leitfragen

2. Training

Inhalt	Methodik
Kennenlernen	Namensalat
Warming up, Kooperation	Hulla Hoop
Warming up, Strategie, Kooperation	Roboter
Vertrauen, Strategie, Kooperation	Schafe und Schäfer
Warming up, Kooperation	Fliesenralley
Feedback	Leitfragen

3. Training

Inhalt	Methodik
Kooperation, Koordination	Bälle in Bewegung
Kooperation, Kommunikation	Polarexpedition
Kooperation, Koordination, Kommunikation	Minen entschärfen
Konzentration, Geschicklichkeit	Chinesisch knobeln
Feedback	Leitfragen

4. Training

Inhalt	Methodik
Warming up	Virenfrei
Kooperation	Stockreise
Vertrauen	Umsteigebahnhof
Strategie, Kooperation	Extrabreit
Feedback	Leitfragen

8) die Trainingseinheiten der vorherigen Jahre und des kommenden Jahres befinden sich im Anhang.

5. Training

Inhalt	Methodik
Kooperation	Drunter und drüber
Kooperation, Vertrauen	Alle blind zurückführen
Strategie, Kooperation, Vertrauen	Die Magische Festung
Feedback	Leitfragen

das finale

Das Finale ist der Abschluss der Jungentrophy. Die Teilnehmer sind durch die Trainings, die unterschiedlichen Spiele und Aktionen gut vorbereitet. Im Finale ist die Kooperationsfähigkeit der Teilnehmer, Verantwortung und Vertrauen zwischen den Partnern gefragt.

Die Gruppen haben nach der Begrüßung und einer kurzen Einführung die Aufgabe, einen Rundparcours mit mehreren Stationen zu absolvieren. An den Stationen sind alle Jungen gleichzeitig aktiv. Das Finale dauert circa 3 Stunden.

An jeder Station haben die Gruppen 15 - 20 Minuten Zeit, bei der jeweiligen Aktion Punkte zu erlangen. Es wird nicht nur der Erfolg bewertet, sondern auch die Zusammenarbeit. D.h., dass eine Gruppe, die eine Station „nicht schafft“, aber gut zusammenarbeitet, genauso viele Punkte erlangen kann, wie eine Gruppe, die die Herausforderung „schafft“, aber nur aus Einzelkämpfern besteht.

Danach wechseln die Jungengruppen die Stationen. Bei allen Stationen begleiten, moderieren und bewerten die Jungenarbeiter der beteiligten Einrichtungen die einzelnen Aufgaben. Hierdurch wird der Zugang zur Gruppe und zum jeweiligen Stationsthema erleichtert. Zudem garantiert diese Betreuung das Wohlergehen und die Sicherheit der Teilnehmer. Vor übertriebenen Aktionen kann gewarnt und die Übungen können in einem sicheren Kontext, auch unter Zeit- und Leistungsdruck, von der Jungengruppe geleistet werden. Unterstützt werden die Jungenarbeiter von Studenten aus dem Praxisseminar „Erlebnispädagogik“ der Universität Duisburg-Essen. Diese übernehmen auch die Sicherheit im Aufbau und in der Durchführung bei den sicherheitsrelevanten Stationen.

Beispielhafte Stationen sind:

Geschicklichkeitsparcours:

Alle Jungen müssen über einen Parcours gehen, wobei kein Fuß den Boden berühren darf. Sie dürfen sich gegenseitig helfen und unterstützen. Am Ende des Parcours muss ein Ball von einer Stange aus in einem Korb geworfen werden.

Bewertet wird neben dem erfolgreichen Wurf, die Zusammenarbeit, die Kreativität, die Kommunikation untereinander und die Übernahme von Verantwortung.

Land der Achtsamkeit:

Zwei Jungen, deren Augen verbunden sind, werden von den anderen Jungen so dirigiert, dass sie Luftballons aus einem abgesperrten Bereich herausholen, ohne die sich hierin befindenden Hindernisse zu berühren.

Bei dieser Übung werden die Ballons gezählt, aber auch die Kommunikation untereinander und die Zusammenarbeit bewertet.

Kooperation:

Bei jedem Finale gibt es mehrere Stationen, an denen kooperative Aufgaben erfüllt werden müssen. So musste 2003 die ganze Gruppe auf kurzen Vierkanthölzern zum Stehen kommen („Minenfeld“), ohne den Boden dabei zu berühren. Andere weitere Aufgaben waren im Jahre 2004, nur mit mehreren Schnüren ein Wasserglas zu transportieren, nur mittels weniger, kurzer Kanthölzer von A nach B zu gelangen und mit der ganzen Gruppe durch ein Spinnennetz zu steigen, ohne dass

eine Öffnung des Netzes doppelt benutzt wurde.

In die Bewertung fließen, neben dem Erfolg, die Zusammenarbeit, die Kreativität, die Kommunikation untereinander und die Übernahme von Verantwortung ein.

Gehaltene Leiter:

Mindestens vier Jungen halten mit mehreren Seilen eine ca. 6 m lange Leiter, an der ein weiterer Junge hinaufklettern muss, um einen dort oben befindlichen Gegenstand zu berühren.

Die Anzahl der erfolgreichen Versuche, aber auch die Zusammenarbeit und die Kommunikation werden bewertet.

Insgesamt ist das Finale für eine Jungengruppe dann beendet, wenn sie alle Stationen, die auf einen Laufzettel aufgelistet sind, aufgesucht und dort Punkte erlangt hat. Die Jungenarbeiter notieren die jeweils erlangten Punkte auf diesem Zettel bzw. rechnen bei der letzten Station den Gesamtpunktestand aus.

Nachdem alle Gruppen alle Stationen besucht haben, gibt es Urkunden für jeden Teilnehmer und der Gesamtsiegergruppe wird ein Wanderpokal überreicht.



finalauswertung

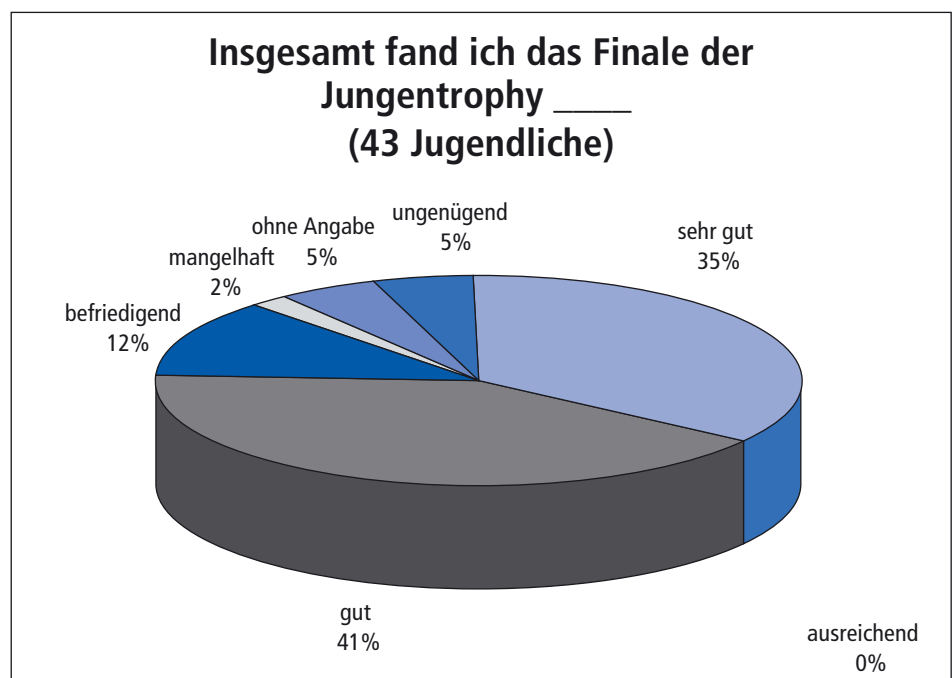
Am Ende des Finales wird per Fragebogen die Meinung der teilnehmenden Jungen erfragt. Sie haben hier die Möglichkeit das Finale mit sechs unterschiedlichen Zeugnisnoten zu bewerten und zu kommentieren. Per Ankreuzverfahren können die Hälfte der Fragen bewertet werden. Zudem gibt es drei Fragen, wo die Jungen zu einer Fragestellung ihre Meinung aufschreiben können. Die Frage nach der zur Verfügung gestellten Zeit hat nur drei Antwortmöglichkeiten.

2004 hatten beispielsweise insgesamt 43 Jugendliche teilgenommen. Die 8 teilnehmenden Gruppen setzten sich wie folgt zusammen :

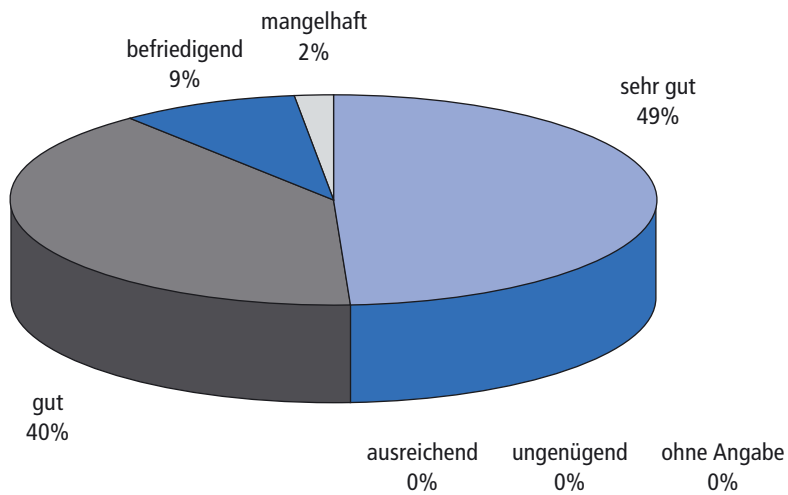
- 3 offene Einrichtungen für Kinder und Jugendliche
- 1 stationäre Einrichtung der Jugendhilfe
- 1 Gruppe einer Hauptschule
- 2 Tagesgruppen
- 1 Gruppe des Evangelischen Dienstes für Erziehungshilfe

Das Finale wurde von der Praxisgruppe „Erlebnispädagogik“ der Universität Duisburg-Essen begleitet.

Insgesamt fanden 76 % der Jungen das Jungentrophyfinale 2004 und 89 % der Jungen die Stationen gut bis sehr gut.

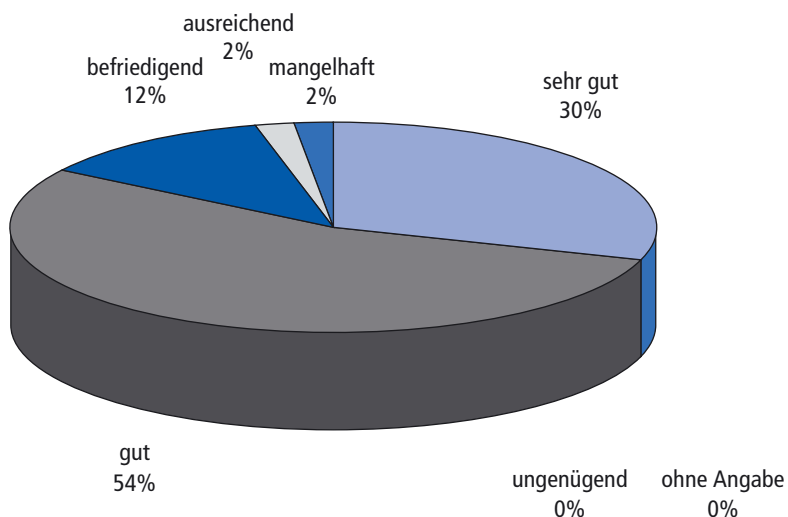


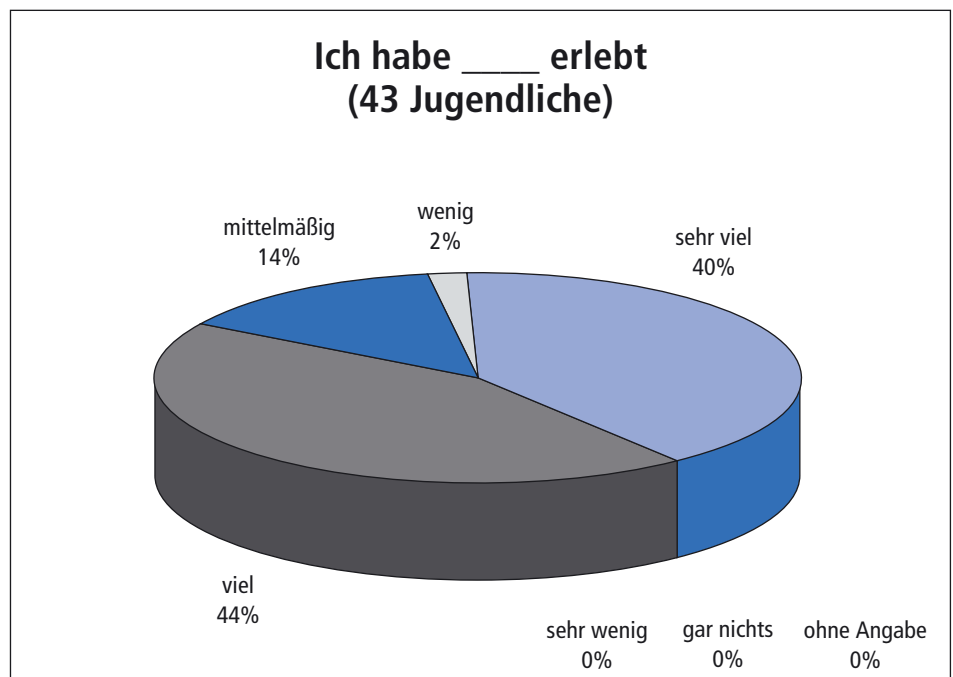
Die Stationen fand ich insgesamt ____ (43 Jugendliche)



Die Jungenarbeiter als Stationsleiter kamen bei den Jungen mit einem Wert von 84 % gut bis sehr gut an, wobei das selbst gesteckte Ziel, ein möglichst erlebnisreiches Finale zu gestalten, mit dem Wert von 84 % viel bis sehr viel erlebt erreicht wurde.

Die Stationsleiter waren ____ (43 Jugendliche)





Das Beste an der Jungentrophy war für die Jungen beispielsweise, dass es viel Spaß gemacht hat (6 Nennungen), alles (4 Nennungen), die Stationen (3 Nennungen) und das alle zusammenge-
arbeitet haben (3 Nennungen).

Die besten Stationen waren Spinnennetz (5 Nennungen) und die Gehaltene Leiter (4 Nennungen).
Das Schlechteste an der Jungentrophy war, dass es ein Wettbewerb war (2 Nennungen)
und die Aufgaben, die Wartezeit und „das wir nicht alles geschafft haben“ (jeweils mit einer
Nennung).

Als Vorschläge und Änderungswünsche wurde angemerkt, dass der Zwischenstand durchsagt
werden, es mehr Stationen und mehr Mannschaften geben soll (jeweils eine Nennung).



methoden

Diese Sammlung beinhaltet die vorher in den Trainingseinheiten aufgeführten Methoden. Zudem sind hier die Übungen aufgeführt, die während der vorherigen und der zukünftigen Trophy zum Einsatz kamen bzw. kommen werden.

Die eingesetzten Methoden entsprechen folgenden Kategorien:

Kennenlernen und Warming-Up

In der Anfangssituation sollten bei Gruppen, die sich nicht so gut kennen, Übungen angeboten werden, die möglichst viele Fragen der Teilnehmer beantworten, um so mehr Sicherheit und Wohlbefinden zu schaffen und die Mitarbeit zu erleichtern.

Als Warming-Ups werden all die Übungen bezeichnet, die nicht unbedingt in einem thematischen Zusammenhang zu tiefergehenderen, komplexeren Übungen stehen, aber einen Einstieg erleichtern. Sie bereiten meistens Spaß und sind kurzweilig.

Kraft und Stärke

Zu wissen, wo man selber steht und auf wen ich mich in welcher Weise verlassen kann, sind wesentliche Bestandteile für die Leistungseinschätzung der Gruppe. Diese Übungen sollen das Wissen über die körperliche Leistungsfähigkeiten des einzelnen und der Gruppe deutlich machen. Sie helfen gegen Selbst- und Gruppenüberschätzungen.

Vertrauensübungen

Bei der Trophy, wie im wirklichen Leben, ist es wichtig, sich aufeinander verlassen zu können. Vertrauen zu haben, Verantwortung zu übernehmen, sind sowohl für den Verantwortlichen als auch für den Passiven wichtige Erfahrungen. Darüber hinaus wird soziales Lernen durch gegenseitige Kontrolle und Verantwortung geschult.⁹

Kooperation

Kooperative Übungen fördern die gemeinsame Planung, das gegenseitiges Zuhören, die Übernahme von Initiative und Verantwortung, die Konfliktlösung, die realistische Selbsteinschätzung, die Akzeptanz von Schwächen, aber auch das Kennenlernen der eigenen Stärken.¹⁰

Wahrnehmung und Sinne

Übungen zur Sinnesvielfalt sind eine Möglichkeit einen Zugang zum eigenen Körper zu eröffnen¹¹. Die eigenen Körpersignale mitzuerleben und zu deuten, hilft un- und angenehme Situationen einschätzen zu können. Sie sollten nur dann angeboten werden, wenn sich die Gruppe schon gut kennt und ein gegenseitiges Vertrauen zueinander vorhanden ist.

Reflexion und Auswertung

Am Ende einer Trainingseinheit wird gemeinsam die Leistung besprochen. Die Methoden bieten hierzu einen Einstieg in Diskussionen mit der Gruppe.



9) vgl. LANDESSTELLE: Halbe Hemden, Ganze Kerle – Jungenarbeit als Gewaltprävention, S. 23.

10) vgl. ARBEITSGRUPPE SOZIALE ARBEIT INTERAKTIV: ich bin ich. CD-ROM

11) KLEINSCHMITT, MARTIN, SEIBEL: lieben – kuscheln – schmusen, S. 83

methodenübersicht

Kennenlernen und Warming-Up

Titel	Inhalt	Zeit in Minuten	Seite
KW 1 Namensübungen	Diese Übungen bieten der Gruppe die Gelegenheit, sich die Namen der Teilnehmer zu merken und sich gegenseitig kennen zu lernen.	ca. 15	26
KW 2 Fangübungen	Bei diesen Übungen geht es darum, spielerisch Kontakt aufzunehmen, sich auszuholen und Berührungspunkte abzubauen.	ca. 15	27

Kraft und Stärke

KS 1 Kraft- und Geschicklichkeitsübungen	Hierdurch können eigene Stärken und Schwächen erkannt, Hierarchien in einer Gruppe deutlich gemacht und Dampf abgelassen werden.	ca. 15	28
---	--	--------	----

Vertrauen

V 1 Vertrauensübungen	Vertrauen zu einander entwickeln ist der Schwerpunkt dieser Übungen.	ca. 15 bis 45	29
V 2 Blindenübungen	Themen dieser Übungen sind Vertrauen, behutsamer Umgang, Kooperation, Aktivität, Macht und Passivität, Ausgeliefert sein, Einfühlungsvermögen, Rücksichtnahme	ca. 15 bis 45	30

Kooperation

KO1 Kooperationen mit dem Ball	Diese Übungen ermöglichen anhand eines bei Jungen beliebten Spielgerätes den Einstieg in das Thema Kooperation.	ca. 15 bis 30	31
KO 2 Fliesenübungen	Mit einfachsten Mitteln werden die Themenbereiche Kooperation, Gruppenarbeit, Problemlösungskompetenz und Kommunikation angesprochen.	ca. 30	32
KO 3 Kleinere Kooperationsübungen	Weitere Übungen, die Spaß auf Zusammenarbeit machen, sind hier versammelt.	ca. 20 bis 30	33
KO 4 Kooperationsübungen	Themen dieser Übungen sind Gruppenarbeit, Problemlösung, Kommunikation und Geschicklichkeit.	ca. 20 bis 30	34
KO 5 Balkenübungen	Mit Balken kann man viele Übungen zum Thema Gruppenarbeit, Problemlösung und Kommunikation gestalten.	ca. 15 bis 30	35
KO 6 Einkaufen	Themen dieser Übungen sind Gruppenarbeit, Problemlösung, Kommunikation und Geschicklichkeit.	ca. 15 bis 30	36
KO 7 Spielekette Koordination und Strategie	Die Problemlösungskompetenz wird neben der Kommunikation untereinander hier geübt.	ca. 20 bis 60	37
KO 8 Von Seilen und Drähten	Von Übung zu Übung wird das Seil immer höher gehängt und die Geschicklichkeit und die Kooperationsfähigkeit gefordert.	ca. 20 bis 60	38

Kooperation

Titel	Inhalt	Zeit in Minuten	Seite
KO 9 Blind kooperieren	Diese Übungen handeln von Kommunikation und werden blind durchgeführt.	ca. 20 bis 45	39
KO 10 Spinnennetze	Spinnennetze stellen eine komplizierte Herausforderung an die Gruppe hinsichtlich der Themen Gruppenarbeit, Problemlösung, Kommunikation und Geschicklichkeit dar.	ca. 20 bis 60	40
KO 11 Gefahrguttransport	Beim Gefahrguttransport muss nicht nur alles stimmen, es muss auch alles klappen.	ca. 30 bis 60	41
KO 12 Die magische Festung	Mit Hilfe einer Geschichte in eine kooperative Abenteuerübung eintauchen.	ca. 30 bis 60	42

Sinnesübungen

SI 1 Wahrnehmung und Geschicklichkeit	Auf spielerische Weise wird die Wahrnehmung und Sensibilität erweitert.	ca. 15 bis 30	43
--	---	------------------	----

Reflexion und Auswertung

RA 1 Reflexionsübungen	Ein Feedback geben und annehmen zu können, steht hier im Mittelpunkt.	ca. 10 bis 20	44
---------------------------	---	------------------	----



KW 1 Namen und Kennenlernen

Thema:

Kennenlernen,
Kontaktaufnahme

Material:

1., 4.) Stühle
2., 3., 5.) kein

Dauer:

10 - 20 Min.

1. Namen sortieren¹²

Je nach Teilnehmerzahl werden Stühle in einer Reihe aufgestellt. Die Jungen sollen sich alle auf einen Stuhl stellen. Sie haben nun die Aufgabe, sich innerhalb von zwei Minuten in alphabetischer Reihenfolge zu ordnen, wobei der erste Buchstabe des Vornamens verwendet wird. Der erste Vorname, der am nächsten am oder mit A beginnt steht, ganz links und der letzte Buchstabe steht ganz rechts. Hierbei dürfen die Stühle nicht verlassen werden. Die Übung kann zusätzlich dadurch erschwert werden, dass nicht gesprochen werden darf.

2. Name nennt Namen

Der erste Junge in der Runde fängt an, einen Drei-Wort-Satz mit dem Anfangsbuchstaben seines Vornamens zu sagen, z.B. Nils nagt Nüsse. Der nächste wiederholt den Satz und fügt einen Satz mit seinem Anfangsbuchstaben an. Der nächste wiederholt das Gesagte und fügt wiederum seine Kreation hinzu.

Der Gruppenleiter kann sich am Ende hinsetzen, so dass er sich alle Namen merken kann.

3. Namensalat

Die Jungen stehen in einem Kreis paarweise beieinander. Sie „tauschen“ nun ihren Namen. Das bedeutet, dass bei dem Paar, das sich aus Paul und Peter zusammensetzt, der Paul jetzt Peter heißt und umgekehrt.

Ein Junge steht allein da und ruft einen Namen der Gruppenmitglieder auf. Der Gerufene - der auf seinen neuen Namen reagiert - versucht hinüber zu laufen, der Partner versucht ihn festzuhalten.

4. Besonderheiten

Die Jungen sitzen in einem Stuhlkreis. Der erste Teilnehmer stellt sich kurz nach dem gängigen Muster vor (Name, Beruf, Hobbys); als Letztes nennt er noch eine ganz spezielle Besonderheit, die ihn von allen anderen unterscheidet und ihn einzigartig macht. Dabei sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt.

5. Das Atomspiel

In einem Raum laufen alle durcheinander herum. Nach kurzer Zeit ruft der Spielleiter:

„Vier Atome“, sofort müssen alle Teilnehmer Vierergruppen bilden. Nun stellen sich alle in ihrer Gruppe vor. Übriggebliebene Spieler stellen sich dem Spielleiter vor. Dann gehen alle erneut auseinander bis zum Kommando: „Drei Atome“. Alle Teilnehmer versammeln sich nun in Dreiergruppen und stellen einander vor usw...



KW 2 Fangübungen

Thema:

Auspowern,
Spaß haben,
Körperkontakt

Material:

- 1.) viel Platz
- 2.) vier Markierungen
- 3.) ein Tuch und ein Ball
- 4.) Kreppklebeband

Dauer:

10 - 20 Min.

1. Gehend fangen

Die Gruppe bildet Paare. Diese Paare stellen sich Rücken an Rücken. Auf ein Signal des Spielleiters hin versucht einer den anderen zu fangen. Beide dürfen aber nur gehen, nicht rennen.

Variante: Diesmal dürfen sich beide nur in Tippierschritten fortbewegen.

2. Blind drei Schritte

Ein Spielfeld wird vereinbart oder abgesteckt. Mit einer Augenbinde werden einem Jungen die Augen verbunden. Die anderen verteilen sich still und leise auf dem Spielfeld.

Der Blinde hat nun die Aufgabe, jemanden zu fangen. Die Sehenden dürfen nicht einfach weglaufen, sondern haben insgesamt nur drei Schritte zur Flucht übrig, solange der eine Fänger noch niemanden gefangen hat.

3. Rettungsbälle

Der Fänger wird zu Beginn der Übung durch ein Tuch kenntlich gemacht. Aufgabe jedes Fängers ist es, einen Mitspieler abzuschlagen, um dann mit diesem die Rolle tauschen zu können. Wer sich im Besitz eines Balles befindet, kann nicht abgeschlagen werden. Durch geschicktes Zuspielen versuchen die Spieler, möglichst lange dem Zugriff des Fängers zu entkommen. Das Spielfeld muss klar begrenzt sein, damit die Spieler nicht weit weglaufen können, sondern sich nur gegenseitig durch Zuwerfen des Balles retten können.

4. Chinesisch Knobeln

Bei dieser Übung handelt es sich um ein körperloses chinesisches Kampfspiel. Es verlangt, wie viele Übungen, die aus dem fernen China kommen, höchste Konzentration. Die Gruppe teilt sich in zwei Teams auf und stellt sich in zwei Reihen gegenüber - zwei Schwertlängen Abstand - voneinander.

Um diese Übung spielen zu können, müssen drei Figuren erlernt werden:

- der Tiger: mit einem Brüllen in einem kleinen Ausfallschritt, die Arme über dem Kopf nach vorn springen.
- das alte Mütterchen: auf einem fiktiven Stock gestützt, zitternd und mit kleinen Schritten nach vorn tippeln.
- den Samurai-Krieger: ein fiktives Schwert von hinter dem Rücken ausholend mit einem Ausfallschritt nach vorn in den Boden schlagen und dabei ein markerschütterndes „Uuuah“ schreien.

Nach jeder einzelnen Erklärung der verschiedenen Figuren, übt die Gruppe die jeweilige Figur ein- bis zweimal.

Daraufhin folgen drei Durchgänge. Vor jedem Durchgang muss sich jedes Team innerhalb von 60 Sekunden einigen, welche Figur sie gemeinsam machen will. Die Wertung ist dabei, dass der Samurai den Tiger mit seinem Schwert erschlägt, der Tiger das Mütterchen frisst und das Mütterchen gegen den Samurai gewinnt, weil dieser großen Respekt vor dem Alter hat.

Danach stellen sich die beiden Gruppen an der Kampfeslinie gegenüber voneinander auf. Auf ein Kommando hin stellen beide Gruppen ihre Figuren gleichzeitig dar.

Die Gruppe, die gewinnt, darf versuchen, die anderen zu fangen, um mehr Mitglieder zu akquirieren. Die Gruppe, die verliert, muss innerhalb eines vorgegebenen Spielfeldes versuchen, ihren sicheren Bereich zu erreichen.

KS 1 Kraft- und Geschicklichkeits- übungen¹³

Thema:	Material:	Dauer:
eigene Stärken und Schwächen erkennen, Hierarchien in einer Gruppe erkennen, Dampf ablassen, abreagieren	1, 3.) einen Kreis mit Kreide malen oder ein Seil legen 2.) Tesakrepp 4, 5.) ein Kreis (ca. 2 m Durchmesser), ein starkes Seil oder Stock (ca. 1 m lang) 6, 7.) Tisch	ca. 15 Min.

1. Hahnenkampf

Zwei Teilnehmer stehen sich auf einem Bein und die Arme verschränkt im Kreis gegenüber. Es wird so lange gerempelt, bis einer das Gleichgewicht verliert, auch das zweite Bein auf den Boden stellt, die Arme auseinander nimmt oder aus dem Kreis geschubst wird.

2. Rücken drücken

Es bilden sich Paare, die sich in zwei Reihen Rücken an Rücken hinsetzen. Aufgabe ist es nun, den Partner nur mit dem Rücken über eine mit Tesakrepp markierte Linie zu drücken. Der Po darf hierbei nicht den Boden verlassen. Falls jemand übrig bleibt, kann dieser auch als Schiedsrichter fungieren.

3. Stand halten

Zwei Spieler stellen sich eine Armeslänge voneinander entfernt auf. Die Füße der Spieler müssen eng aneinander gestellt und die Handflächen dem Partner zugewendet sein. Nun versuchen beide Spieler, den Partner aus dem Gleichgewicht zu bringen. Dabei dürfen sich aber nur die Handflächen der Spieler berühren.

4. Kreiskönig

Mit dem Band ein Kreis legen, der so groß ist, dass alle Teilnehmer sich darin hinsetzen können. Aufgabe ist es, sich gegenseitig aus dem Kreis zu drängen. Nicht erlaubt ist es, mit den Händen oder Füßen zu schubsen, nur mit dem ganzen Körper zu drücken und zu schieben, ist gestattet. Wer mit beiden Füßen aus dem Kreis kommt, muss ganz hinaus. Er darf nun von außen versuchen, jemanden aus dem Kreis zu ziehen, ohne dabei in den Kreis zu treten. Wer als letzter im Kreis bleibt, ist der Kreiskönig.

5. David und Goliath

Zwei Teilnehmer, wobei einer innerhalb des Kreises und der andere außerhalb stehen, fassen jeder ein Ende des Stockes. Der eine versucht nun den anderen aus dem Kreis herauszuziehen.

6. Tisch klettern

Ein Tisch soll von einer Person einmal quer umklettert werden. Die anderen sichern den Tisch, in dem sie alle vier Ecken beschweren bzw. unterhalb des Tisches alle verletzungsträchtigen Situationen entschärfen.

7. Tisch klettern 2

Hierbei wird der Tisch von der Gruppe einmal gedreht, während derjenige, der auf dem Tisch steht, nicht herunterfallen darf.

8. Liegestützfünfek

Aufgabe der Gruppe ist es, gemeinsam im Liegestütz eine Figur zu bilden, die wie ein Fünfeck aussehen soll. Kein Fuß darf dabei den Boden berühren.

Variante: Die gesamte Gruppe soll sich auf einer vorgegebenen Fläche so platzieren, dass kein einziger Fuß den Boden berührt.

V 1 Vertrauensübungen¹⁴

Thema:

Vertrauen entwickeln, Angst und Grenzen erleben, Spaß haben

Material:

1, 2, 3, 4.) kein
5.) alle erdenklichen Materialien,
Tische, Stühle.

Dauer:

ca. 15 - 45 Min.

1. Aufeinander zufallen

Die Gruppe bildet Paare, wobei diese sich so gegenüber aufstellen, dass mit ausgestrecktem Arm ein Abstand von 50 cm zwischen den beiden ist. Auf ein vereinbartes Zeichen hin, lassen sich beide aufeinander zufallen, wobei die Finger nicht verschränkt werden dürfen, sondern wie zwei Vs zueinander stehen. Der Abstand kann von beiden soweit erweitert werden, wie sie sich das zutrauen.

2. Paarübung, seitlich

Die Gruppe bildet Paare, wobei sich beide nebeneinander hinstellen. Sie halten sich an einer Hand und auf ein Zeichen hin lassen sich beide langsam, ohne den Stand aufzugeben, zur Seite gleiten. Ist das äußere Ende erreicht, sollen sie nun versuchen, wieder in die Ausgangssituation zu kommen.

3. Vertrauenspendel 1

Jeweils drei Jungen stellen sich zusammen. Zwei stehen sich gegenüber. Der Dritte stellt sich nun in die Mitte, schließt, wenn möglich die Augen und baut eine Körperspannung auf. Einer der Gegenüberstehenden berührt nun langsam die Schultern des Mittigen und schiebt ihn zur gegenüberliegenden Seite. Der Gegenüberstehende nimmt den Mittigen entgegen, indem er die Arme ausstreckt und leicht zu sich hin nachgibt. Ein Bein sollte bei den Außenstehenden hinter dem anderen platziert sein.

4. Vertrauenspendel 2

Eine größere Anzahl von Gruppenmitgliedern bildet einen geschlossenen Kreis, in dem sich alle Schulter an Schulter kreisförmig aufstellen. Eine Person stellt sich in die Mitte und lässt sich durch pendelnde, kreiselnde Bewegungen vor-, rück- und seitwärts auf diese Teilnehmer fallen. Diese müssen wiederum das agierende Gruppenmitglied vorsichtig aufnehmen und in eine andere Richtung weitergeben. Das Pendel stellt sich dazu mit geschlossenen Füßen, Arme und Hände am Körper locker haltend, Beine angespannt in die Mitte des Kreises.

5. Dschungelreise

Die „Dschungelreise“ ist ein Blindenparcours, bei dem ein langes Seil durch einen möglichst abwechslungsreichen Raum gespannt oder gelegt wird.

Nachdem eine zum Thema passende Geschichte erzählt wurde, gehen die Spieler zu zweit mit verbundenen Augen am Seil entlang. Hierbei sind sie durch ein 1 m langes Seil aneinandergebunden. Die Zeitabstände sollten dabei möglichst so groß sein, dass die darauffolgenden Paare nicht die anderen einholen.

An schwierigeren Stellen sollte jemand stehen, der aber nur notfalls helfend eingreift. Ebenso sollte jemand am Ende des Parcours stehen, um die Dschungelreisenden dort zu empfangen.

Varianten:

Darüber hinaus lässt sich der Parcours auch mit einem Geschmacksparcours u. ä. kombinieren.

14) vgl.: REINERS: Praktische Erlebnispädagogik.

V 2 Blindenübungen¹⁵

Thema:

Vertrauen, behutsamer Umgang, Strategie, Kooperation, Aktivität, Macht und Passivität, Ausgeliefert sein, Einfühlungsvermögen

Material:

1.) Augenbinden,
2.) Augenbinden, ausreichend Platz, und Flatterband
3.) Augenbinden

Dauer:

ca. 15 - 45 Min.

1. Umsteigerbahnhof

Die Gruppe versammelt sich im Kreis. Auf ein Startzeichen hin sollen alle Spieler gleichzeitig versuchen, mit geschlossenen Augen die ihnen jeweils gegenüberliegende Seite des Kreises zu erreichen. Ebenfalls gleichzeitig sollen die Augen erst dann wieder geöffnet werden, wenn die Gruppe sich sicher ist, dass alle wieder eine Position im Kreis erreicht haben.

Nach einer kurzen Zwischenauswertung kann dann die Gelegenheit zu weiteren Versuchen gegeben werden, wobei die Herausforderung jetzt darin besteht, unter Beibehaltung der Sicherheit eine kürzere Zeit für die Überquerung anzustreben. Der Reiz dieser Aufgabe besteht in dem Abwägen zwischen Aspekten des behutsamen Umgangs miteinander und dem Streben nach Leistung und Effizienz. Eine sichere Durchführung setzt aber voraus, dass alle mit den Grundregeln der blinden Fortbewegung (vorsichtiges Vortasten mit ausgestreckten Händen in Brusthöhe) vertraut sind und sich daran halten.

Variante:

Durch die Markierung von Plätzen und die Vorgabe, dass zu vorher festzulegenden Plätzen gewechselt werden muss, wird die Aufgabe noch etwas anspruchsvoller.

2. Schafe und Schäfer

Bei dieser Übung dirigiert ein Schäfer seine ausgebrochenen Schafe wieder zurück in einen Schafstall. Allen Teilnehmern werden dafür nach einer 10- bis 15-minütigen Besprechungsphase die Augen verbunden. Dann werden sie einzeln auf dem Gelände verteilt. Sie müssen dort schweigend auf die verabredeten Signale warten. Einem Teilnehmer wird die Augenbinde abgenommen. Damit wird er von der Spielleitung zum Schäfer erklärt. Aufgabe des Schäfers ist es, die „erblindeten“ Schafe mit akustischen Signalen in den „Stall“ zu lotsen. Dabei darf der Schäfer seinen Standort nicht verlassen und die Schafe nicht berühren. Weder Schäfer noch Schafe können die menschliche Sprache verstehen oder sprechen - man muss sich also auf eine Lautsprache einigen.

3. Alle blind zurückführen

Die Gruppe wird aus dem Gruppenraum zu einer Stelle ins Gelände geführt. Dort erhalten alle eine Augenbinde. Die Aufgabe ist es nun, nachdem niemand etwas mehr sieht, den Weg in den Gruppenraum zurückzufinden.



KO 1 Kooperationen mit dem Ball¹⁶

Thema:

Konzentration, Kooperation, Strategien entwickeln, untereinander austauschen, planvolles Handeln

Material:

Tennisbälle
2.) außerdem Kreppband, Stoppuhr

Dauer:

ca. 20 Min.

1. Bälle zuwerfen

Die Jungen bilden einen Kreis. Ein Tennisball wird von einem Mitglied zum gegenüberliegenden Mitglied geworfen. Dieses wirft den Ball wieder weiter zu demjenigen, der rechts von dem ersten Werfer steht. Dieser schmeißt den Ball zu dem, der links von dem zweiten Werfer steht usw.. Nach und nach können in einem regeltem Abstand neue Tennisbälle mit in dem Kreis gegeben werden.

Wie viele Bälle können gleichzeitig in der Gruppe gefangen und geworfen werden?

2. Virenfrei

Der Raum wird in zwei gleich große Segmente unterteilt (Kreppband). Zwei Gruppen verteilen sich auf diese Segmente, die ab jetzt ihre Forschungslabore darstellen. Vom Mittelkreis aus wird schließlich eine größere Menge Tennisbälle (Viren) beliebig in alle Richtungen verstreut. Auf ein Startsignal hin beginnt die Zeit zu laufen - z.B. eine Minute - und das Spiel beginnt: Beide Gruppen versuchen ihre Labore virenfrei zu bekommen und - sollte das gelingen - zu halten. Viren dürfen mit allen Mitteln (Händen und Füßen) aus dem Labor entfernt werden, das eigene Labor darf dabei allerdings nie verlassen werden. Entscheidend ist der Zeitpunkt x, zu dem die Zeit abläuft. Von diesem Moment an dürfen keine Viren mehr manipuliert werden und gewonnen hat das Team, in dessen Labor sich - nachdem alles zum Stillstand gekommen ist - die wenigsten Viren befinden. Gespielt wird eine anfangs festgelegte Anzahl von Runden.

3. Bälle in Bewegung

Die Gruppe erhält die Aufgabe, möglichst viele Tennisbälle in Bewegung zu halten.

Der Gruppenleiter wirft wahl- und ziellos nacheinander Tennisbälle in den Raum.

Falls ein Ball zur Ruhe kommt wird dieser abgezählt.

Bei vier zur Ruhe gekommenen Bällen ist Schluss.

Eine Einschätzung, wie viele Bälle die Gruppe in Bewegung halten kann, wird von den Jungen vorher abgegeben.

Nach dem ersten Durchgang hat die Gruppe, zwei Minuten Zeit, eine optimalere Strategie zu entwickeln, um die Anzahl der bewegten Bälle zu erhöhen.

16) vgl.: REINERS: Praktische Erlebnispädagogik.

KO 2 Fliesenübungen

Thema:	Material:	Dauer:
Kooperation und Gruppenarbeit, Problemlösungskompetenz, Kommunikation untereinander fördern, gemeinsam etwas erleben	1.) pro Spieler eine Teppichfliese + eine Fliese 2.) pro Spieler eine Teppichfliese + genügend Tische zur Bildung eines Floßes 3.) pro Spieler eine Teppichfliese + zwei Fliesen	ca. 30 Min.

1. Fliesenrally

Die Teppichfliesen werden zu einer Reihe hintereinander ausgelegt. Es gibt eine Teppichfliese mehr als Mitglieder. Die Spieler stellen sich auf die Teppichfliesen, so dass die letzte Fliese frei bleibt.

Der letzte Junge gibt die freie Fliese nach vorne, bis die Fliese beim vordersten Spieler angekommen ist. Dieser legt sie auf den Boden. Die ganze Mannschaft wechselt eine Fliese nach vorne. Das Team muss eine Strecke von ca. 3 m zurücklegen. Hierzu hat die Gruppe 3 Min. Zeit und insgesamt drei Versuche zur Verfügung.

2. Polarexpedition

In der Mitte der Spielfläche befindet sich ein rettendes Floß (Tisch), um das mehrere kleine Eisberge (Teppichfliesen) treiben. Auf jedem dieser Eisberge befindet sich ein Mitglied einer gescheiterten Polarexpedition. Um den drohenden Ertrinken im kalten Wasser zu entgehen, wollen sich alle die Expeditionsteilnehmer auf das Floß retten. Die Eisberge sind so weit voneinander entfernt, dass der Eisberg, der dem Floß am nächsten ist, sich immer noch mehrere Meter davon entfernt befindet. Bei der Anordnung der übrigen Eisberge werden zwei davon so angeordnet, dass sie maximal einen Meter voneinander entfernt sind. Der Abstand der restlichen Eisberge beträgt immer zwei bis drei Meter voneinander.

Aufgabe der Gruppe ist es nun, dass sich alle Expeditionsteilnehmer auf dem Rettungsfloß versammeln, ohne ins Wasser zu fallen und ohne jemanden auf einem Eisberg zurückzulassen.

Da die Eisberge sehr klein sind, kann man sie auch bewegen, wenn sich niemand mehr auf ihnen befindet. Die Eisberge werden durch Teppichfliesen, das Floß durch einen oder zwei Tische dargestellt.

Variante:

Die Übung kann schwieriger gestaltet werden, indem ein Zeitlimit für jede Eisscholle (Fliese) eingeführt wird. Hierzu werden auf Tesakreppabschnitte mit einem Edding Zahlen notiert und unter die Teppichfliesen geklebt. Die Zahl entspricht dann dem Zeitraum (in Minuten), wann die Eisscholle geschmolzen ist.

3. Fliesen gehen

Die Gruppe stellt sich auf Teppichfliesen. Es gibt zwei Teppichfliesen mehr als Gruppenmitglieder.

Alle Teppichfliesen müssen jetzt immer so besetzt werden, dass keine Fliese so lange frei ist, dass der Gruppenleiter sie wegnehmen kann. Alle Teilnehmer müssen hierbei in Bewegung sein. Freie, unbesetzte Fliesen werden vom Gruppenleiter weggenommen.

KO 3 Kleinere Kooperationsübungen

Thema:

Gruppenarbeit, Problemlösung, Kommunikation untereinander, Geschicklichkeit, gemeinsam etwas erleben

Material:

- 1.) mehrere Gegenstände
- 2.) pro TN einen Stab/Stock (1,2 Meter)
- 3.) kein

Dauer:

ca. 20 - 30 Min.

1. Drunter und Drüber

Die Jungen stellen sich hintereinander in einer Reihe auf. Der Anleiter legt vor dem Ersten in der Reihe doppelt so viele Gegenstände hin, wie Teilnehmer anwesend sind. Auf ein Zeichen hin beginnt der erste Teilnehmer, die Gegenstände einzeln nach hinten weiterzureichen, indem er diese über seinem Kopf dem nachfolgenden Spieler in die Hände gibt. Wenn ein Gegenstand den letzten Spieler erreicht hat, wird er zwischen den Beinen an den ersten zurückgereicht. Dieser legt ihn wieder vor sich auf den Boden. Die Aufgabe gilt als geschafft, wenn alle Gegenstände wieder vorne angekommen sind. Hierzu hat die Gruppe 3 Minuten Zeit und insgesamt drei Versuche zur Verfügung.

2. Stockreise

Jeder Spieler erhält einen Stab und die Gruppe stellt sich im Kreis auf. Alle Personen stellen ihren Stab vor sich auf den Boden und halten diesen mit ihrer rechten Hand fest. Die gemeinsame Herausforderung besteht nun darin, gleichzeitig den eigenen Stab loszulassen, einen Schritt im Kreis weiterzugehen und den Stab des Nachbarn zu ergreifen. Ziel der Gruppe ist es, diese Wanderung so lange fortzusetzen, bis alle wieder ihren eigenen Stab in Händen halten, ohne dass einer der Stäbe zwischenzeitlich umgefallen oder mit einem anderen Stab in Berührung gekommen ist. Dabei dürfen die Stäbe grundsätzlich nur mit der rechten Hand berührt werden.

Variationen:

Zwischen dem Loslassen des alten Stabes und dem Ergreifen des neuen müssen alle einmal in die Hände klatschen oder sich um die eigene Achse drehen.

Statt des nächsten Stabes muss der übernächste ergriffen werden.

Auf das Kommando „Hug“ müssen alle nach rechts, auf das Kommando „Chaka“ alle links weitergehen und wenn das Kommando „Deng“ gesagt wird, müssen sich alle einmal um die eigene Achse drehen.

3. Schlangenhaut

Die Jungen stellen sich breitbeinig in einer Reihe auf und halten ihre rechte Hand zwischen die Beine. Mit der linken Hand ergreifen sie die rechte Hand des Vordermanns. Wenn die Gruppe sich formiert hat, legt sich der Letzte auf den Rücken zwischen die Beine des Zweitletzten (Füße in Richtung Kopf der Schlange). Die Schlange bewegt sich nun langsam rückwärts, die Jungen halten sich während des ganzen Spiels an den Händen. Wenn ein Teilnehmer den Kopf eines Liegenden passiert, legt er sich dahinter. Wenn alle Teilnehmer auf dem Boden liegen, ist die Schlange enthäutet.

KO 4 Kooperationsübungen¹⁷

Thema:	Material:	Dauer:
Gruppenarbeit, Problemlösung, Kommunikation untereinander, Geschicklichkeit, gemeinsam etwas erleben	1, 2.) 1 - 2 Hula-Hoop-Reifen 3.) Decke oder Teppich 4.) pro TN ein kurzes Vierkantholz + 1 - 2 zusätzliche(-s), Seil 5.) Seil, Satz, Buchstabenkarten	ca. 20 - 30 Min.

1. Hula-Hoop, einmal anders

Die Gruppe reicht sich die Hand und bildet einen Kreis. An einer Stelle wird ein Hula-Hoop-Reifen zwischen zwei Hände gehängt. Die Aufgabe ist, den Reifen einmal herumgehen zu lassen, ohne die Hände los zu lassen. Die Zeit wird hierbei gestoppt.

Bei einem nächsten Versuch kann überlegt werden, wie diese Zeit unterboten werden kann.

2. Sternentor

Die Gruppe bildet einen Kreis, indem sich alle Spieler an den Händen fassen. An einer Stelle wird nun der Kreis unterbrochen und ein Hula-Hoop-Reifen eingesetzt, den die beiden benachbarten Spieler in der Hand halten.

Die Gruppe soll komplett durch den Reifen steigen, ohne dass die Spieler sich an den Händen loslassen und ohne den Reifen zu berühren.

3. Decke falten

Alle Akteure stellen sich auf die Decke. Sie sollen diese unter ihren Füßen halbieren, ohne dass jemand den Boden berührt (jemanden auf die Schulter zu nehmen ist aus Sicherheitsgründen nicht erlaubt). Die Gruppe hat die Aufgabe, die Leistungsfähigkeit der eigenen Gruppe vorher einzuschätzen. Wie oft kann die Decke gefaltet werden und somit immer wieder halbiert werden?

4. Minenfeld

Mit einem Seil wird ein Kreis gelegt, indem alle Gruppenmitglieder Platz haben. Kurze Vierkanthölzer werden in ausreichender Anzahl in den Kreis mit der Längsseite auf den Boden gelegt. Die Gruppe soll sich nun auf die Hölzer stellen und sich bewegen. Sie erhält nun die Aufgabe, alle Hölzer aufzurichten und darauf zum Stehen zu kommen. Hierbei darf der Boden nicht berührt werden, da sonst die Minen hochgehen.

5. Passwort eingeben

Mit einem Seil wird ein Kreis gelegt. In diesem Kreis werden Buchstabenkarten von A - Z ausgelegt. Die Gruppe hat nun die Aufgabe, einen vorher auf einem Zettel aufgeschriebenen Satz durch Antippen des jeweiligen Buchstabens innerhalb einer vorgegeben Zeit einzugeben. Hierbei darf jeweils nur ein Gruppenmitglied innerhalb des Kreises sein.

Die Gruppe hat vor jedem Versuch zwei Minuten Zeit, eine Strategie zu besprechen. Die Gruppe befindet sich bei der Strategiebesprechung ca. zehn Meter von dem Kreis entfernt. Insgesamt stehen fünf Versuche zur Verfügung. Bei Schwierigkeiten sollten Hilfen etc. ausgehandelt werden, wobei der Anforderungscharakter erhalten bleiben sollte. Bei Nichteinhaltung der Regeln sollten Zeitschlechtschriften eingeführt werden.

KO 5 Balkenübungen

Thema:

Kooperation, Strategien entwickeln, Kommunikation, planvolles Handeln, verantwortungsvolles Umgehen miteinander

Material:

1, 3.) drei Balken, Turnbänke, Baumstämme o.ä.
2.) Balken, Turnbank, Baumstamm o.ä.

Dauer:

ca. 20 Min.

1. Bermudadreieck

Drei Balken werden zu einem Dreieck zusammengestellt. Die Jungen stellen sich gleichmäßig verteilt auf die Balken und befinden sich damit im „Bermudadreieck“.

Nun sollen die Jungen sich z.B. alphabetisch nach Vornamen (Geburtsdatum etc.) sortiert auf den Balken aufstellen, wozu sie ihre Plätze auf den Balken tauschen müssen. Der Boden darf allerdings nicht berührt werden.

2. Störrischer Widder

Die Jungen werden in zwei Gruppen geteilt. Eine Gruppe stellt sich auf die eine Hälfte der aneinander gelegten Balken, des Baumstammes oder der Turnbank, die andere Gruppe auf die andere Hälfte.

Die beiden Gruppen stellen nun zwei Widderherden dar, die sich auf einem engen Bergpfad begegnen. Da Widder besonders störrisch sind, würden sie niemals zurück gehen und der anderen Herde den Vortritt lassen. Deshalb müssen sie versuchen, aneinander vorbeizukommen, ohne dass ein Widder abstürzt.

3. Bachüberquerung

Es werden zwei „Ufer“ durch ein Seil o.ä. kenntlich gemacht. Vier kurze Vierkanthölzer werden so zwischen den Inseln platziert, dass es eine Herausforderung darstellt, mitsamt dreier zwei Meter langer Vierkanthölzer auf die andere Seite zu kommen. Diese Kooperationsaufgabe, erfordert, dass der „Bach“ zwischen zwei Inseln trockenen Fußes überquert wird. Dazu darf die Gruppe nur die bereitgestellten Materialien (Vierkanthölzer) benutzen. Die Aufgabe gilt erst dann als gelöst, wenn alle Teilnehmer und die langen Vierkanthölzer am anderen Ufer angekommen sind. Bei mehrmaligem Bodenkontakt kann die Aufgabe auch durch Augenbinden verschärft werden.



KO 6 Einkaufen

Thema:

Aufmerksamkeit, Konzentration, Geschicklichkeit, Strategien entwickeln, planvolles Handeln, Kommunikation, Kooperation

Material:

1.) kein
2.) ein Gymnastikreifen, Tesakrepp, 3 mal je 7 Waren (Bälle, Löffel, Stifte o.ä.)

Dauer:

ca. 15 und 30 Min.

1. Finger fangen

Die Jungen stehen in einem Kreis. Die rechte Hand wird wie bei einem Ober als Tablett zum rechten Partner hingereicht. Die linke Hand zeigt mit dem Zeigefinger auf die Mitte der Handfläche des anderen Partners auf der linken Seite. Auf ein Startzeichen hin besteht nun die Aufgabe darin, mit der Hand, die ein Tablett trägt, den Zeigefinger des rechten Partners zu fangen und gleichzeitig mit dem eigenen Zeigefinger der linken Hand der zugreifenden Hand des linken Partners zu entkommen.

2. Einkaufen

In die Mitte des Spielfeldes wird ein Reifen gelegt. Er stellt ein Warenlager dar, in dem sich zu Beginn des Spiels sämtliche Waren (Bälle etc.) befinden. Die Spieler teilen sich in 3 Gruppen auf, welche sich dann im gleichem Abstand (ca. 5 - 10 m) um das Warenlager herum verteilen. Der Standort jeder Gruppe wird ebenfalls durch einen (zunächst leeren) reifengroßen Kreis aus Tesakrepp markiert. Jede Gruppe stellt eine Supermarktkette dar, die sich auf eine andere Warengruppe spezialisiert hat. Ziel des Spiels ist es, den eigenen Supermarkt als erstes mit allen sieben im Warenlager befindlichen Waren der eigenen Sorte zu füllen. Für den Einkauf gelten folgende Regeln: Es darf sich immer nur ein Angestellter jeder Kette außerhalb des Supermarktes zum Einkauf befinden. Ein Spieler darf immer nur eine Ware transportieren. Es dürfen sowohl eigene als auch fremde Waren transportiert werden. Waren können sowohl im Warenlager als auch in anderen Supermärkten erworben werden. Alle Waren, die dem Warenlager oder einem anderen Supermarkt entnommen wurden, müssen in den eigenen Supermarkt gebracht werden. Andere Einkäufer dürfen nicht absichtlich behindert werden. Es lohnt sich, das Spiel nach einer ersten Runde in den Gruppen auswerten zu lassen und Gelegenheit zu einem weiteren Versuch zu geben.

Bei unterschiedlich großen Gruppen sollte die Anzahl der Waren variiert werden.

KO 7 Spielekette

Koordination und Strategie

Thema:

Kooperation und Gruppenarbeit,
Problemlösungskompetenz,
Kommunikation untereinander fördern,
gemeinsam etwas erleben

Material:

1.) Wasserball
2.) kein
3.) Flatterband/Seil, acht verschiedene
Objekte (selber bereitstellen)

Dauer:

ca. 20 - 60 Min.

1. Mondball

Die Gruppe soll bei diesem Spiel den aufgeblasenen Wasserball so oft wie möglich in die Luft spielen. Kein Spieler darf den Ball zweimal hintereinander berühren. Jeder Ballkontakt wird als Punkt gezählt.

Variante:

Der erste Spieler darf den Ball erst dann wieder spielen, wenn alle übrigen Mitspieler ihn auch jeweils einmal gespielt haben. Die Spielübersicht wird verbessert, wenn sich jeder auf den Boden setzt, der den Ball in diesem Durchgang schon einmal gespielt hat. Gezählt werden jetzt nicht mehr die Ballkontakte, sondern die Anzahl der Runden, in denen die Gruppe es geschafft hat, den Ball einmal von jedem spielen zu lassen, bevor der Ball den Boden berührt.

2. Roboter

Die Roboter in diesem Spiel sind noch neu und müssen durch ihren Roboterleiter eingewiesen und programmiert werden. Jeder Roboterleiter hat zwei Roboter, mit denen er sich beschäftigen muss.

Die beiden Roboter stehen Rücken an Rücken und gehen auf ein Zeichen des Roboterleiters los. Dieser hat nun die Aufgabe, seine Roboter so zu steuern, dass sie zusammenkommen. Das ist gar nicht so einfach, denn die Roboter können aus eigener Kraft immer nur geradeaus gehen. Stoßen sie auf ein Hindernis, laufen sie davor hilflos im Stand weiter.

Die einzige Möglichkeit, die Roboter zu steuern, sind 90-Grad-Drehungen, die der Roboterleiter steuert. Da die Roboter leider noch keine menschliche Sprache verstehen, muss der Roboterleiter zwischen seinen beiden Robotern hin- und herlaufen und sie durch Tippen auf die rechte oder linke Schulter steuern. Sind die beiden Roboter zusammengekommen, kann der nächste Durchgang mit neu verteilten Rollen starten.

3. Extrabreit

Am Rande einer großen Fläche (Wiese,...) versammeln sich die Spieler in einem durch ein Seil markierten Kreis. In größerem Abstand von dieser Basis sind acht verschiedene gut sichtbare Objekte ausgelegt worden (anspruchsvolle Platzierung). Aufgabe der Gruppe ist es, diese Objekte zu bergen und in die Basis zu bringen. Dabei gibt es folgendes zu beachten:

- Alle Jungen müssen zu jeder Zeit Kontakt zur Basis halten. Das ist nur so möglich, dass über eine geschlossene Menschenkette Körperkontakt zu einem anderen Gruppenmitglied, welches sich in der Basis befindet, besteht.
- Jeglicher Aufenthalt außerhalb der Basis ist auf genau 60 Sekunden beschränkt.
- Wird diese Zeit überschritten oder reißt die Kette, so müssen alle Beteiligten sofort zur Basis zurückkehren. Eventuell bereits erreichte Objekte müssen zurückgelassen werden.
- Pro Versuch darf immer nur ein Objekt geborgen werden.

Die Gruppe hat insgesamt ca. 30 Minuten und max. 15 Versuche zur Verfügung.

KO 8 Von Seilen und Drähten

Thema:

Kooperation und Gruppenarbeit,
Problemlösungskompetenz,
gemeinsam etwas erleben

Material:

1.) langes Seil
2.) Flatterband
3.) zwei Bäume (Laternen o.ä.),
Flatterband, ein Wasserball

Dauer:

ca. 20 - 60 Min.

1. Seil entknoten

In ein Seil werden viele einfache Knoten geknüpft. Die Anzahl der Knoten entspricht der Anzahl der Teilnehmer. Jeder Teilnehmer fasst nun mit einer Hand neben einem Knoten ans Seil. Das Seil darf während der ganzen Übung nicht mehr losgelassen werden.

Die Gruppe hat nun die Aufgabe, sämtliche Knoten aus dem Seil zu lösen, ohne die Hände vom Seil zu nehmen.

2. Elektrischer Draht

Der „Elektrische Draht“ wird in dieser Übung durch ein in ca. 90 cm Höhe gespanntes Stück Flatterband dargestellt.

Die Teilnehmer sollen sich in einer Reihe nebeneinander stellen und sich an den Händen fassen. Die Gruppe hat nun die Aufgabe, über den „Elektrischen Draht“ zu kommen. Die Hände dürfen dabei nicht losgelassen werden und es darf auf keinen Fall gesprungen werden. Berührt ein Teilnehmer den Draht oder lässt er die Hand seines Nachbarn los, müssen alle Teilnehmer wieder auf die Startseite. Bei jedem neuen Versuch darf die Position der Mitspieler in der Reihe gewechselt werden.

Der Spielleiter darf nach seinem Ermessen Zeitpunkte bestimmen, zu denen der Strom im Draht abgestellt ist, so dass kleinere Berührungen des Drahtes nicht unbedingt gewertet werden müssen.

3. Hochball

Über eine Breite von 4-6 m werden in ca. 4 m und in ca. 3 m Höhe zwei Schnüre parallel zueinander gespannt. Diese bilden gewissermaßen das Tor, durch das die Gruppe nun so oft wie möglich einen Wasserball zu spielen versucht. Jede Durchquerung bringt ihr 2 Punkte ein. Wird der Ball über die höchste Schnur gespielt, gewinnt die Gruppe 1 Punkt. Wird der Ball unter der untersten Schnur durchgespielt oder berührt er den Boden, so verliert die Gruppe 1 Punkt. Der Ball kann beliebig oft im eigenen Feld hin und her gespielt werden, bevor ein Torschuss versucht wird. Niemand darf den Ball allerdings zweimal hintereinander spielen. Das Fangen des Balles ist ebenfalls nicht erlaubt. Ziel ist es, eine zuvor vereinbarte Zahl von Punkten (z.B. 15 Punkte) zu erreichen. Zwischenzeitlich sollte der Spielleiter zu kurzen Beratungsphasen auffordern, in denen die Spieler ihre Taktik überdenken, sich ein neues Ziel setzen oder auch zum Entschluss kommen können, dass sie mit der gegenwärtigen Taktik zufrieden sind.

Es ist möglich, die Regeln zu verschärfen, indem man nur eine bestimmte Anzahl von Berührungen vor einem Torschuss erlaubt.

KO 9 Blind Kooperieren

Thema:

Kommunikation, Kooperation,
Aufmerksamkeit

Material:

1.) kein
2.) 2 Gymnastikreifen, Bälle,
Augenbinden
3.) 2 Seile (Länge = ca. 0,60 m pro
Teilnehmer), ein MP3 - Player, Augen-
binde, Gegenstände für einen Hinder-
nisparcours

Dauer:

ca. 20 und 45
Min.

1. Blind zählen

Bei dieser Übung sollen die Jungen mit geschlossenen Augen bis zwanzig zählen. Allerdings darf jede Zahl nur einmal genannt werden und kein Junge darf mehr als eine Zahl hintereinander sagen.

2. Blinde Sammler

Es werden Zweiergruppen gebildet. Pro Gruppe wird, im Raum verteilt, eine Sammelstelle eingerichtet. Jede Gruppe begibt sich an eine Sammelstelle. Einer der Spieler verbindet sich die Augen, er ist der Sammler. Nun werden ca. 15 Tennisbälle im Raum verteilt. Die Aufgabe des jeweils sehenden Teilnehmers ist es nun, seinen Sammler durch den Raum zu lotsen, ohne dabei jedoch seinen Sammelplatz zu verlassen. Wenn der Sammler einen Ball gefunden hat, so bringt er diesen zurück zu seiner Sammelstelle. Nun kann der sehende Spielpartner ihm den Weg zum nächsten Ball weisen.

Wenn sich zwei Sammler berühren und hierbei Bälle besitzen, so werden diese Bälle vom Spielführer aus dem Spiel genommen.

Das Spiel endet, wenn alle Bälle eingesammelt sind oder aus dem Spiel genommen wurden. Die nächste Runde sollte mit vertauschten Rollen gespielt werden.

3. Die drei Affen

Ein Hindernisparcours muss vorher errichtet werden, der von einer Gruppe begangen werden kann. Alle Jungen werden aneinandergebunden. Zwei erhalten eine Augenbinde, zwei weitere einen Klebestreifen über dem Mund und einer einen MP3-Player oder Walkman.

Die Gruppe hat nun die Aufgabe, einen Hindernisparcours gemeinsam zu bewältigen, wobei einer nichts hören kann, der andere nichts sieht und der Dritte nicht sprechen kann.



KO 10 Spinnennetze

Thema:

Kooperation und Gruppenarbeit,
Entwicklung einer gemeinsamen
Lösungsstrategie, Berücksichtigung
der unterschiedlichen Fähigkeiten und
Befindlichkeiten der Teilnehmer

Material:

1.) Flatterband, zwei Bäume
2.) Flatterband, 4 „Ankerpunkte“
(Stühle, Bäume, Tische...)

Dauer:

ca. 20 - 60 Min.

1. Spinnennetz, horizontal

Zwischen zwei Bäume oder Pfosten, die zwei bis drei Meter auseinanderstehen, wird aus Flatterband ein möglichst strammes Netz gespannt. Das untere Band sollte in Bodenhöhe, ein weiteres in zwei Meter Höhe und eines in etwa 120 cm Höhe angebracht werden. Zwischen diesen drei horizontal gespannten Bändern kann nun ein Spinnennetz konstruiert werden.

Die Anzahl der Öffnungen sollten dabei der Anzahl der Teilnehmer entsprechen. Zwei Öffnungen sollten dabei etwas größer sein, denn der erste und der letzte Teilnehmer haben meistens die größten Schwierigkeiten. Das Problem besteht darin, die gesamte Gruppe durch dieses fabrizierte Netz zu transportieren, ohne dieses zu berühren.

Es darf jedes Spinnwebenfeld nur von einer Person passiert werden. Die Person kann durch dieses Feld auch wieder zurückkehren und es so für einen anderen Mitspieler durchlässig machen.

Berührt eine Person das Spinnennetz, gibt es je nach gespieltem Schwierigkeitsgrad zwei verschiedene Möglichkeiten: entweder müssen alle Personen auf die andere Seite des Netzes und mit einem neuen Durchquerungsversuch beginnen, oder nur diejenigen, die zum Zeitpunkt der Berührung in körperlichem Kontakt zu dem Spieler standen.

2. Spinnennetz, waagerecht

Das Netz, welches mehr als doppelt so viele begehbare Löcher in unterschiedlicher Größe haben muss wie Spieler teilnehmen, wird in ca. 75 cm vom Boden waagerecht aufgespannt.

Die Gruppe muss von der einen auf die andere Seite gelangen. Es stellen sich dabei folgende Probleme:

Das Netz kann nur durch Durchsteigen eines Loches im Netz von oben nach unten betreten und durch Durchsteigen eines weiteren Loches von unten nach oben wieder verlassen werden. Von dort aus gilt es dann, allerdings ohne weitere Netzdurchquerungen (es darf nicht mehr unter dem Netz „hindurchgetaucht“, jedoch ohne Netzberührung, über das Netz geklettert werden), sicheren Boden auf der anderen Seite zu erreichen. Der Bereich zu beiden Seiten des Netzes ist nicht durchquerbar. Hat ein Spieler einmal den Fuß durch ein Loch hindurch auf den Boden gesetzt bzw. sich in einem Loch aufgerichtet, so ist dieses Loch als persönliches Einstiegs bzw. Ausstiegsloch festgelegt. Jedes Loch kann nur von einem Spieler durchquert werden. Danach wird es durch eine Lasersperre versiegelt, die nur dann wieder entsichert wird, wenn die Person auf umgekehrtem Wege durch das Loch zurückkehrt. Das Netz selbst ist durch ein elektronisches Warnsystem gesichert und sollte daher auf keinen Fall berührt werden.

Die Aufgabe gilt als gelöst, wenn die gesamte Gruppe ohne Netzberührung auf die andere Seite gelangt ist.

KO 11 Gefahrguttransport

Thema:

Kooperation, Gruppenarbeit, Problemlösungskompetenz, Kommunikation, Koordination, gemeinsame Strategie

Material:

Becher, Einmachglas, Seil bzw. Flatterband, Gummiband, Seilstücke, Augenbinden

Dauer:

ca. 30 - 60 Min.

Die Gruppe, von der 2/3 durch den Gefahrstoff erblindet sind, hat die Aufgabe, einen Gefahrstoff zu transportieren. Da die Kühlung ausgefallen ist, muss der Gefahrstoff schnellstens geborgen werden. Nur so kann ein größerer Unfall verhindert werden. Die Gefahrenzone, die nicht betreten werden darf, wird durch eine Fläche von 4 x 4 Metern dargestellt, die mit einem Seil oder Flatterband abgesperrt ist.

In der Mitte der Gefahrenzone befindet sich der Gefahrstoff (ein zu 3/4 mit Wasser gefüllter Becher der in einem Einmachglas steht). Sollte der Gefahrstoff (der mit Wasser gefüllte Becher) überschwappen, gilt die Aufgabe als nicht gelöst. Da die Teilnehmer, wegen der Gefahr kontaminiert zu werden, nicht in die Gefahrenzone dürfen, werden ihnen Hilfsmittel zur Verfügung gestellt (Seil bzw. Flatterband, Gummiband, Seilstücke). Die Aufgabe gilt als gelöst, wenn der Gefahrstoff in der Sicherheitszone abgestellt wird. Diese befindet sich ca. 25 Meter von der Gefahrenzone entfernt. Sie wird wiederum durch eine ca. 4 x 4 Meter große Fläche dargestellt, die nicht betreten werden darf und in deren Mitte der Gefahrstoff abgestellt werden muss.

Es ist wichtig, dass die Teilnehmer erst zur Konstruktion geführt werden, wenn bereits 2/3 erblindet sind. Nur so ist sichergestellt, dass die Sehenden die Blinden wirklich instruieren müssen. Hierbei dürfen die Sehenden die Blinden auf gar keinen Fall berühren. Es sind lediglich verbale Kommandos bzw. Hilfestellungen erlaubt.

Es ist u.U. sinnvoll, dass man vorgibt, dass einem Sehenden bestimmte Blinde zugeordnet werden.



KO 12 Die magische Festung

Thema:

Kooperation, Gruppenarbeit,
Problemlösungskompetenz,
Kommunikation untereinander fördern

Material:

pro TN eine Augenbinde, vorbereitete
Zettel, Kordel, Flatterband, Tesakrepp

Dauer:

ca. 30 - 60 Min.

Eine alte Festung soll begangen und zahlreiche Schätze geborgen werden. Allerdings ist die Reise nicht ganz ungefährlich. Durch die Burg schlängelt sich ein schmaler Gang, der an manchen Orten plötzlich unterbrochen ist. Seitenverzweigungen laden zur Erforschung ein, manche davon enden im Nichts, andere mögen sich als einzige Möglichkeit, den Weg fortzusetzen, entpuppen. Die magische Festung aber schluckt alle Geräusche, so dass die Eroberer sich nur an wenigen „Orten des Flüsterns“ verständigen können. Und jenseits des Ganges herrscht völlige Dunkelheit. Der Eingang zur Festung schließlich ist den Reisenden verschlossen, sobald sie die ersten Meter des Ganges hinter sich gelassen haben. Nicht der Gang selbst, sondern einzig das Auffinden und Entschlüsseln einer geheimen Botschaft führt sie dann zu einem neuen Ausgang.

Konkret bedeutet das:

Entlang des Pfades (aus Flatterband) soll die Einrichtung erforscht werden. Nur ein direkter Kontakt zum Band erlaubt der betreffenden Person zu sehen. Ohne Bandkontakt ist eine Augenbinde aufzusetzen. Die an den Wänden der Festung befindlichen Schätze (die Zettel) sollen eingesammelt und die damit verbundenen geheimen Botschaft richtig zusammengesetzt und entschlüsselt werden.

Nur innerhalb der „Orte des Flüsterns“ (markierte Kreise) ist eine verbale Verständigung möglich und auch das nur flüsternd mit den Personen im Kreis selbst.

Die Aufgabe ist gelöst, wenn alle Schätze eingesammelt worden sind und die Gruppe entsprechend den Anweisungen der geheimen Botschaft die Festung gemeinsam wieder verlassen hat.

Vorbereitung:

Der Aufbau dieser Aktion nimmt einige Zeit in Anspruch. Das Flatterband wird etwa in Hüfthöhe zwischen den Wänden gespannt. Zwischen dem Flatterband werden Abstände unterschiedlicher Länge gelassen, max. aber so weit, dass das nächste Band von irgendeinem Punkt des vorherigen Bandes aus gesehen werden kann. Die Kreise werden mit Tesakrepp an zwei oder drei Orten auf dem Boden geklebt. Schließlich werden, ebenfalls in unterschiedlichem Abstand zu dem Band, aber immer von irgendeiner Passage aus sichtbar, die Zettel - aus denen sich die Botschaft zusammensetzt - mit Tesakrepp an den Wänden aufgehängt. Die geheime Botschaft hat die Form eines Reims. Auf jedem Zettel steht ein einzelnes Wort. Die Wörter einer Zeile sind jeweils auf gleichfarbigem Papier geschrieben. Eine Botschaft könnte so lauten:

„Ein sicherer Weg führt nur Zurück aus Gang und Burg/
In euer Haus Wo dann die Reise aus/
Wenn einer nur wird sehen Von allen dann beim Gehen/
Und wahret auch des Festungs Schweigen Macht
ihre Stimmung euch zu eigen“.

Es kann eine sehr spannende und dichte Atmosphäre bei dieser Aktion aufkommen. Sie ermöglicht zum anderen ein harmonisches Zusammenspiel von individuellem und gemeinsamen Handeln sowie viele Nuancen von „challenge by choice“: Wer möchte, kann sich von einer Entdeckungsreise auf die nächste begeben, ohne die Hilfe anderer ist dies jedoch fast aussichtslos. Andererseits ist es auch möglich, sich auf wenige blinde Passagen im Schutz der Gruppe zu beschränken.

SI 1 Wahrnehmung und Geschicklichkeit

Thema:

Konzentration,
Wahrnehmung,
Geschicklichkeit

Material:

1.) Wäscheklammern, Augenbinde
2.) Wäscheklammern, Seil, Schüssel,
Styropor-Schläger, Augenbinde

Dauer:

ca. 15 - 30 Min.

1. Anheften

Die eine Hälfte der Jungen sucht sich an unterschiedlichen Stellen im Raum einen Sitzplatz. Dieser Hälfte der Gruppe werden nun die Augen mit Hilfe einer Augenbinde verbunden. Die anderen Jungen erhalten jeweils 5 Wäscheklammern. Ihre Aufgabe ist es nun, den Blinden diese Wäscheklammern anzuheften, ohne dass diese dies bemerken.

Die Blinden haben die Möglichkeit, wenn sie glauben, dass sich ihnen ein Teilnehmer nähert, in dessen Richtung zu zeigen und STOP zu rufen. Sollte der Blinde mit der angezeigten Richtung Recht haben, so muss der Ertappte sich zurückziehen und darf sein Glück bei einem anderen Blinden versuchen.

Das Spiel endet, wenn alle Wäscheklammern angeheftet wurden. Dann kann mit vertauschten Rollen erneut gespielt werden.

2. Schwertmeister

Zunächst muss ein Schwertmeister bestimmt werden. Er erhält 10 - 15 Insignien (Wäscheklammern), die an den Kleidungsstücken befestigt werden und eben ein Schwert (Styropor-Schläger) zur Verteidigung dieser Insignien. Mithilfe eines Seiles wird ein Kreis von ca. 6 m Durchmesser ausgelegt. Der Schwertmeister setzt eine Augenbinde auf und begibt sich ins Zentrum seines Kreises. Neben ihm wird eine leere Schüssel aufgestellt. Die anderen Spieler verteilen sich um die Außengrenzen des Kreises. Lautlos versuchen sie nun, die Insignien des Schwertmeisters zu erobern. Dabei gelten folgende Regeln: Glaubt der Schwertmeister einen „Dieb“ heranschleichen zu hören, so kann er versuchen, diesen mit dem Schwert abzuschlagen. Trifft er, so muss sich der „Dieb“ aus dem Kreis zurückziehen und 30 Sekunden abwarten, bis er wieder einen neuen Versuch starten kann. Hatte er bei diesem Versuch bereits eine Klammer erobert, muss er diese in der Schüssel ablegen. Gelingt es einem „Dieb“, sich mit einer Klammer aus dem Kreis zu stehlen, so darf er sich diese anheften. Hat ein Dieb auf diese Art und Weise z.B. vier Insignien erobert, wird er automatisch sofort zum nächsten Schwertmeister. Außerhalb des Kreises darf kein Dieb abgeschlagen werden. In der Schüssel abgelegte Klammern können nicht mehr erobert werden. Ist die letzte Klammer erobert oder in der Schüssel abgelegt und es ist bis dahin keinem der „Diebe“ gelungen, den Meister nach obigen Regeln abzulösen, so kann dieser für eine weitere Runde im „Amt“ verbleiben. Bei einem Wechsel werden dem neuen Meister zunächst alle im Spiel befindlichen Klammern von den „Dieben“ angesteckt. Jede Runde beginnt also mit gleichen Ausgangsbedingungen.

RA 1 Reflexionsübungen

Thema: Reflexion, Feedback geben, Selbst und Fremdwahrnehmung	Material: 1, 2.) kein 3.) Streichhölzer 4.) dementsprechende Bilder oder Gegenstände 5.) Beobachtungsbogen, Jungenbogen (s. Anhang)	Dauer: ca. 20 Min.
--	--	------------------------------

1. Blitzlicht

Die Blitzlichtrunde wird mit einer Frage eingeleitet, die es den Teilnehmern erleichtert sich mitzuteilen. Zum Beispiel: „Was war besonders gut, was war besonders schlecht?“ Jeder Junge soll zu Wort kommen, dabei ist es besonders wichtig, die Antworten der Jungen nicht zu kommentieren, da es sich bei den Aussagen um persönliche Empfindungen handelt, die weder richtig noch falsch sind.

2. Caesars Daumen

Die Jungen sitzen/stehten in einer Reihe dem Gruppenleiter gegenüber. Der Gruppenleiter beschreibt bzw. benennt noch einmal die Übungen und Spiele der Einheit. Jeder bekommt die Möglichkeit, durch Stellung seines Daumens (nach oben, waagrecht oder nach unten) zu zeigen, wie er die jeweilige Einheit bewertet.

Anmerkungen:

Diese Übung bietet die Möglichkeit kurz und knapp einen Überblick über die Meinungen der Jungen zur Veranstaltung zu erhalten. Durch die vorgegebene Sitzordnung hat der häufig vorhandene Gruppendruck wenig Auswirkung und sie ermöglicht spontane und authentische Rückmeldungen der Jungen.

3. Streichholzreflexion

Die Jungen sitzen/stehten in einem Kreis. Der Gruppenleiter verteilt reihum jeweils ein Streichholz. Nach und nach kommt jeder Junge dran, zündet seinen Streichholz an und bezieht zur Auswertungsfrage Stellung.

4. Analoge Methoden

Die Jungen beschreiben mit Hilfe von Bildern (Ansichtskarten, Fotos o.ä.) oder Gegenständen (Schlumpfe, Autos etc.) ihre Stimmungen und Gefühle zu einer vorher vorgegebenen Fragestellung.

5. Leitfragen

Der Trainer hat jeweils einen Beobachtungsbogen mit mehreren Leitfragen. Auf einer Skala von 1 - 10 werden nun die Aktionen der Jungen bei den jeweiligen Übungen unter bestimmten Gesichtspunkten bewertet. Unter jeder Frage ist Platz für Notizen. Es sollte bei den Notizen bzw. bei der späteren Bewertung beachtet werden, dass objektivierbare Bemerkungen notiert bzw. reflektiert werden (im zweiten Anlauf schneller, mehr Bälle, viel höher etc.)

Zum Ende des Trainings erhält die Jungengruppe einen ähnlich aufgebauten Bogen. Sie soll nun gemeinsam eine (Selbst-) Bewertung vornehmen.

Abschließend werden die beiden Bewertungen miteinander verglichen.

anhang

Hier sind die verwendete Literatur, alle, die mit der Jungentrophy zu tun haben und die zusätzlichen Materialien und Vorlagen, auf die in den vorangegangenen Kapiteln verwiesen werden, aufgeführt.

Literaturverzeichnis

Arbeitsgruppe Soziale Arbeit Interaktiv: *ich bin ich* - Materialien zur Konsumpädagogik. CD-ROM

Arbeitskreis Sexualität der Gesundheitsförderungskonferenz: *Vom Jungen zum Mann* - Neue Wege der Sozialisation. Hamburg 1995.

Baer u.a.: *Remscheider Spielekartei* - 24 thematische Spieleketten mit über 200 Spielen zum sozialen Lernen. Münster.

Baer: 666 Spiele - für jede Gruppe, für alle Situationen. Seelze 2001

Biddulph: *Jungen* - wie sie glücklich heranwachsen. München 2000.

Böhnke: Abenteuer- und Erlebnissport - Ein Handbuch für Schule, Verein und Jugendsozialarbeit. Münster 2000.

DLRG (Spieledatenbank): www.dlrg.de/Informationen/Jugend/Spieledatenbank/

FATZ: *Bewußte Berufs- und Lebensplanung mit Jungen*. Recklinghausen 1997.

Feierabend/ Gosebrink/ Kienzner: *Abenteuerrpädagogik an der Schule* - Praxishilfe für Schule und Jugendarbeit. Freiburg 1999.

Fluegelmann, Tempeck: *New Games* - die neuen Spiele. Band 1 & 2. Mühlheim 1976 und 1991.

Gilsdorf, Kistner: *Kooperative Abenteuerspiele* Band 1&2 - Praxishilfe für Schule, Jugendarbeit und Erwachsenenbildung, Seelze Velber, 1995/2001.

Gudjons: *Spielbuch Interaktionserziehung* - 185 Spiele und Übungen zum Gruppentraining in Schule, Jugendarbeit und Erwachsenenarbeit. Bad Heilbrunn 1990.

Heckmair: *Konstruktiv lernen* - Projekte und Szenarien für erlebnisintensive Seminare und Workshops. Weinheim, Basel.

Heckmair/ Michl: *Erleben und lernen* - Einstieg in die Erlebnispädagogik. Reihardt, München 2004.

Landesarbeitsgemeinschaft Jungenarbeit: *Jungenarbeit in NRW*, LAG Rundbrief 4/2001.

Landesstelle Jugendschutz Niedersachsen: *Halbe Hemden, Ganze Kerle* - Jungenarbeit als Gewaltprävention. Hannover 1997/98.

Ministerium für die Gleichstellung von Mann und Frau: *Leit- und Leidbilder* - Kinder- und Jugendbücher für Jungen.

New Games (Spieledatenbank): www.tu-darmstadt.de/hjd/newgames/liste.html

Orlick: *Kooperative Spiele* - Herausforderung ohne Konkurrenz, Weinheim 1982.

Posselt: *Spiele, Impulse und Übungen* zur Thematisierung von Gewalt und Rassismus in der Jugendarbeit, Schule und Bildungsarbeit. Schwerte 1996.

Praxis Jugendarbeit: <http://www.praxisjugendarbeit.de/spielesammlung.html>

Reiners: *Praktische Erlebnispädagogik* - Neue Sammlung motivierender Interaktionsspiele. Augsburg 2003.

Sielert, Keil: *Sexualpädagogische Materialien* für die Jugendarbeit in Freizeit und Schule. Weinheim, Basel, 1993.

Sielert: *Halt suchen auf schwankendem Boden:* Jungensozialisation in den 90er Jahren, in Arbeitskreis Sexualität der Gesundheitsförderungskonferenz, Hamburg 1995, S. 9 ff.

Spiele für Viele (Spieledatenbank): <http://www.spielefuerviele.de/katalog/kategorien/index.asp>

Sturzenhecker: *Jungenarbeit in der offenen Jugendarbeit*.

<http://www.lwl.org/LWL/Jugend/Landesjugendamt>

Trödel, Kasper: *Erlebnispädagogik* - Chancen und Risiken als Methode in der Jungenarbeit,

<http://www.lwl.org/LWL/Jugend/Landesjugendamt>

<http://www.jubi.de/download.htm/Scripterlebnispädagogik.zip>

Ziegenspeck: *Erlebnispädagogik*. Lüneburg 1992.

auswertungsbogen

vom Jungenarbeiter auszufüllen und beim Finale abzugeben.

Bitte zutreffendes ankreuzen. Für Anmerkungen, Ergänzungen und Erklärungen befindet sich genug Platz am Ende des Fragebogens. Bei Bewertungen, die ins Extrem neigen, bitte ausführen warum.

1. Die Arbeit mit den Jungen war

- | | | |
|------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ sehr einfach | ☐ mittelmäßig | ☐ ganz schwierig |
| ☐ einfach | ☐ schwierig | ☐ unmöglich |

2. Die Arbeit mit den Jungen hat mir gebracht.

- | | | |
|---------------------------------|-----------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ etwas | ☐ sehr wenig |
| ☐ viel | ☐ wenig | ☐ nichts |

3. Ich habe von den Jungen erfahren.

- | | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ mittelmäßig | ☐ sehr wenig |
| ☐ viel | ☐ wenig | ☐ nichts |

4. Die Jungen hatten beim Training Spaß.

- | | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ mittelmäßig | ☐ sehr wenig |
| ☐ viel | ☐ wenig | ☐ keinen |

5. Die Trainings haben bei den Jungen erreicht.

- | | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ mittelmäßig | ☐ sehr wenig |
| ☐ viel | ☐ wenig | ☐ nichts |

6. Die Herausforderungen an die Jungen waren

- | | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ sehr schwer | ☐ mittelmäßig | ☐ zu einfach |
| ☐ schwer | ☐ einfach | ☐ viel zu leicht |

7. Die Jungen sind an ihre Grenzen gekommen.

- | | | |
|-----------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|
| ☐ sehr häufig | ☐ manchmal | ☐ sehr selten |
| ☐ häufig | ☐ selten | ☐ nie |

8. Sie hatten hier die Möglichkeit, Dampf abzulassen.

- | | | |
|-----------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|
| ☐ sehr häufig | ☐ manchmal | ☐ sehr selten |
| ☐ häufig | ☐ selten | ☐ nie |

9. Das Vertrauen unter den Jungen ist geworden.

- | | | |
|-----------------------------------|--|---------------------------------------|
| ☐ viel größer | ☐ gleich geblieben | ☐ viel schlechter |
| ☐ größer | ☐ eher schlechter | ☐ sehr schlecht |

10. Sie mussten sich untereinander austauschen.

- | | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| ☐ sehr häufig | ☐ mittelmäßig | ☐ sehr selten |
| ☐ häufig | ☐ selten | ☐ nie |

11. Sie können jetzt planvoller an Herausforderungen herangehen.

- | | | |
|--|------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ sehr viel besser | ☐ etwas besser | ☐ viel schlechter |
| ☐ viel besser | ☐ schlechter | ☐ überhaupt nicht |

12. Die Jungen haben innerhalb der Trainings erlebt.

- | | | |
|---------------------------------|-----------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ mäßig | ☐ sehr wenig |
| ☐ viel | ☐ wenig | ☐ nichts |

13. Die Jungen haben sich gelobt.

- | | | |
|---------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ häufig | ☐ sehr selten |
| ☐ viel | ☐ selten | ☐ gar nicht |

14. Die Reflexion anhand von Leitfragen war

- | | | |
|--------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr gut | ☐ befriedigend | ☐ mangelhaft |
| ☐ gut | ☐ ausreichend | ☐ ungenügend |

15. Die Wahrnehmungs- und Einschätzungsfähigkeit der Jungen hat sich verändert.

- | | | |
|---------------------------------|-----------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ mäßig | ☐ sehr wenig |
| ☐ viel | ☐ wenig | ☐ nicht |

16. Die Trainings waren insgesamt

- | | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
| ☐ viel zu kurz | ☐ lang genug | ☐ zu lang |
| ☐ zu kurz | ☐ etwas zu lang | ☐ viel zu lang |

17. Die zweitägige Fortbildung war eine Vorbereitung auf die Trainings.

- | | | |
|---------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|
| ☐ sehr gute | ☐ befriedigend | ☐ mangelhafte |
| ☐ gute | ☐ ausreichende | ☐ ungenügende |

18. Das Methodenhandbuch war hilfreich.

- | | | |
|------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|
| ☐ sehr | ☐ manchmal | ☐ sehr selten |
| ☐ häufig | ☐ selten | ☐ nie |

19. Der Reader war eine Unterstützung.

- | | | |
|--------------------------------------|---|---------------------------------------|
| ☐ sehr sinnvolle | ☐ mittelmäßige | ☐ unsinnige |
| ☐ sinnvolle | ☐ manchmal hilfreiche | ☐ total unsinnige |

20. Die Materialien für die Trainings waren

- | | | |
|--------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr gut | ☐ befriedigend | ☐ mangelhaft |
| ☐ gut | ☐ ausreichend | ☐ ungenügend |

21. Die Durchführbarkeit der im Reader vorgeschlagenen Trainings war

- | | | |
|--------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr gut | ☐ befriedigend | ☐ mangelhaft |
| ☐ gut | ☐ ausreichend | ☐ ungenügend |

22. Ich habe die Hotline in Anspruch genommen und wurde unterstützt.

- ☐ sehr gut ☐ befriedigend ☐ mangelhaft
☐ gut ☐ ausreichend ☐ ungenügend

Anmerkungen, Lob, Kritik, Ergänzungen und Erklärungen:

[illegible]

zeugnis

von jedem Jungen einzeln auszufüllen und beim Finale abzugeben. Bitte zutreffendes ankreuzen.

1. Der Trainer war

- | | | |
|--------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr gut | ☐ befriedigend | ☐ mangelhaft |
| ☐ gut | ☐ ausreichend | ☐ ungenügend |

2. Ich habe für mich erfahren.

- | | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ mittelmäßig | ☐ sehr wenig |
| ☐ viel | ☐ wenig | ☐ gar nichts |

3. Ich hatte Spaß beim Training.

- | | | |
|---------------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ mittel | ☐ sehr wenig |
| ☐ viel | ☐ wenig | ☐ keinen |

4. Ich habe mit den anderen erreicht.

- | | | |
|---------------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ mittel | ☐ sehr wenig |
| ☐ viel | ☐ wenig | ☐ nichts |

5. Ich habe die Aufgaben geschafft.

- | | | |
|------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| ☐ immer | ☐ manchmal | ☐ fast nie |
| ☐ häufig | ☐ selten | ☐ nie |

6. Ich habe meine eigenen Grenzen erreicht.

- | | | |
|------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| ☐ immer | ☐ manchmal | ☐ fast nie |
| ☐ häufig | ☐ selten | ☐ nie |

7. Ich konnte hier Dampf ablassen.

- | | | |
|------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| ☐ immer | ☐ manchmal | ☐ fast nie |
| ☐ häufig | ☐ selten | ☐ nie |

8. Ich habe jetzt Vertrauen in meine Kumpels.

- | | | |
|---------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ manchmal | ☐ sehr wenig |
| ☐ viel | ☐ wenig | ☐ kein |

9. Wir hatten Zeit gemeinsame Lösungen zu finden.

- | | | |
|---------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ manchmal | ☐ sehr wenig |
| ☐ viel | ☐ wenig | ☐ keine |

10. Ich habe mit den anderen erlebt.

- | | | |
|---------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ manchmal | ☐ sehr wenig |
| ☐ viel | ☐ wenig | ☐ nichts |

11. Untereinander haben wir uns gelobt.

- | | | |
|---------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|
| ☐ sehr viel | ☐ manchmal | ☐ sehr selten |
| ☐ viel | ☐ selten | ☐ gar nicht |

12. Die Trainings waren insgesamt

- | | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
| ☐ viel zu kurz | ☐ lang genug | ☐ zu lang |
| ☐ zu kurz | ☐ etwas zu lang | ☐ viel zu lang |

13. Wir hatten Pause.

- | | | |
|--------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
| ☐ viel zu häufig | ☐ genau richtig | ☐ zu kurz |
| ☐ häufig | ☐ etwas zu kurz | ☐ viel zu kurz |

14. Die Orte, an denen die Trainings stattfanden, waren

- | | | |
|--------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr gut | ☐ befriedigend | ☐ mangelhaft |
| ☐ gut | ☐ ausreichend | ☐ ungenügend |

15. Die Materialien fand ich

- | | | |
|--------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr gut | ☐ befriedigend | ☐ mangelhaft |
| ☐ gut | ☐ ausreichend | ☐ ungenügend |

16. Gesamtnote:

- | | | |
|--------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| ☐ sehr gut | ☐ befriedigend | ☐ mangelhaft |
| ☐ gut | ☐ ausreichend | ☐ ungenügend |

18. Gibt es etwas, das dir besonders gefallen hat?

19. Gibt es etwas, das dir gar nicht gefallen hat?

Trainingseinheiten 2006

Check-In

Liegestützfünfack

Drunter und Drüber

Blind zählen

1. Training

Inhalt	Methodik
Vorstellung, Übersicht	
Kooperation, Koordination, Kommunikation	Bälle zuwerfen Mondball Bälle in Bewegung
Reflexion	Blitzlicht

2. Training

Inhalt	Methodik
Gruppenarbeit, Problemlösung	Hulla Hoop Sternentor
Konzentration, Wahrnehmung, Geschicklichkeit	Anheften Schwertmeister
Feedback	Streichholzreflexion

3. Training

Inhalt	Methodik
Konzentration, Wahrnehmung, Geschicklichkeit	Blind 3 Schritte
Kooperation, Kommunikation, Vertrauen	Roboter Schafe und Schäfer Die drei Affen oder Alle blind zurückführen
Feedback	Ceasars Daumen

4. Training

Inhalt	Methodik
Konzentration	Finger fangen
Konzentration, Spaß haben	Chinesisch Knobeln
Kooperation, Kommunikation	Passwort eingeben Minenfeld
Feedback	Leitfragen

5. Training

Inhalt	Methodik
Vertrauen	Aufeinander zufallen
Kooperation, Kommunikation	Elektrischer Draht Spinnennetz
Feedback	Leitfragen

Trainingseinheiten 2004

Check-In

Sternentor

Der elektrische Draht

Schlangenhaut

1. Training

Inhalt	Methodik
Vorstellung, Übersicht	
Kooperation, Koordination,	Bälle in Bewegung
Kooperation, Kommunikation	Hulla Hoop
Kooperation, Kommunikation	Hochball
Feedback	Leitfragen

2. Training

Inhalt	Methodik
Konzentration, Strategien entwickeln	Einkaufen
Kooperation, Kommunikation	Decke falten
Aufmerksamkeit, Geschicklichkeit	Finger fangen
Konzentration, Geschicklichkeit	Schwertmeister und / oder Anheften
Feedback	Leitfragen

3. Training

Inhalt	Methodik
Koordination, Geschicklichkeit	Roboter
Kooperation, Kommunikation	Seil-Entknotung
Kooperation, Kommunikation	Blinder Sammler
Feedback	Leitfragen

4. Training

Inhalt	Methodik
Körperspannung	Stand halten
Körperspannung	Aufeinander zufallen
Körperspannung	Paarübung seitlich
Kooperation, Kommunikation	Spinnennetz Horizontal
Feedback	Leitfragen

5. Training

Inhalt	Methodik
Geschicklichkeit, Kommunikation	Bermuda Dreieck und / oder Störrischer Widder
Kooperation, Kommunikation	Gefahrguttransport
Feedback	Leitfragen

Trainingseinheiten 2003

Check-In

Zu Fünft auf vier Beinen

Drunter und Drüber

Fliesenrally

1. Training

Inhalt	Methodik
Vorstellung, Übersicht	
Kooperation, Koordination	Bälle in Bewegung
Stärke, Geschicklichkeit	Rücken drücken oder Hahnenkampf
Kooperation, Kommunikation	Polarexpedition
Feedback	Leitfragen

2. Training

Inhalt	Methodik
Kooperation, Koordination	Hula-Hoop
Kooperation, Kommunikation	Decke falten
Kooperation, Geschicklichkeit	Fliesen gehen
Kooperation, Kommunikation	Bachüberquerung mit zwei Fliesen
Feedback	Leitfragen

3. Training

Inhalt	Methodik
Körper, Vertrauen	Aufeinander zufallen
Körper, Vertrauen	Pendel
Kommunikation, Vertrauen	Blinde Gruppe
Feedback	Leitfragen

4. Training

Inhalt	Methodik
Kooperation, Koordination, Rücksichtnahme, Vertrauen	Dschungelreise
Feedback	Leitfragen

5. Training

Inhalt	Methodik
Kooperation, Koordination, Kommunikation	Minenfeld
Kooperation, Koordination, Kommunikation	Passwort eingeben
Feedback	Leitfragen

