

Aktivierungsspiele (Energizer)

aus Carol Apacki: „Energize!“, bearbeitet von A. Wenger / E. Wilms

Miteinander auskommen, sich, mitteilen, zusammenarbeiten ist keine Selbstverständlichkeit. Kinder und Jugendliche können diese Fähigkeiten durch Übung lernen und verbessern. Aktivierungsspiele unterstützen die Bemühungen in diese Richtung, indem man miteinander lacht, spricht und Spaß hat. Die Spielregeln sind einfach, für Spontaneität ist viel Platz vorhanden, alle werden mit einbezogen, der Lehrer ist nicht die Hauptperson, er hält sich zurück.

Aktivierungsspiele sind nicht der eigentliche Gegenstand des Unterrichts. Sie werden zu unterschiedlichen Zwecken und bei verschiedenen Gelegenheiten als pädagogisches Mittel in den Unterricht eingestreut, um ...

- einander besser kennen zu lernen
- als Gruppe zusammen zu wachsen
- sich zu entspannen
- „Dampf abzulassen“
- Ermüdungserscheinungen entgegenzuwirken
- die Diskussion zu beleben
- die Konzentrationsfähigkeit zu fördern
- das Gedächtnis zu trainieren
- nach Misserfolgen wieder aufzumuntern
- eine Aktivität vorzubereiten oder abzuschließen.

Wichtig: Im Mittelpunkt der Aktivierungsspiele steht immer die Interaktion zwischen den Schülern. Geben Sie klare Anweisungen, aber erklären Sie nicht unbedingt das ganze Spiel auf einmal. Oft ist es günstiger, jeweils nur den nächsten Schritt anzuleiten, so bleibt die Spannung länger erhalten, und es gibt weniger Frusterlebnisse, weil jemand die lange Anweisung schon wieder zur Hälfte vergessen hat. Seien Sie humorvoll in der Formulierung der Regeln. Integrieren Sie die Spiele in den Unterricht, und sprechen Sie mit den Schülern über den Sinn und Zweck des Spiels.

Die vorliegenden Aktivierungsspiele sind fünf Kategorien zuzuordnen:

- A Kennenlernen, Gruppenbildung
- B Gruppen einteilen
- C Aufmerksamkeit und Konzentration
- D Entspannen
- E Visualisieren

Literatur: C. Apacki, Energizers and other great cooperative activities for all ages, Quest Int., Newark Ohio (USA), 1991

A Kennenlernen, Gruppenbildung

Hallo! Guten Tag!

Die Schüler stehen oder sitzen im Kreis. Der Spielleiter geht außen um den Kreis herum. Wenn er anhält und einem Schüler leicht auf die Schulter klopft, steht dieser auf und geht im Innern des Kreises in entgegengesetzter Richtung los. Auch der Spielleiter geht weiter. Wenn sich beide nach einer Runde wieder begegnen, verbeugen sie sich voreinander, ziehen einen imaginären Hut und begrüßen einander mit ihrem Namen. Der Spielleiter setzt sich anschließend auf den freien Stuhl, der Schüler geht in den Außenkreis und wird Spielleiter. Variante: Die Begrüßung erfolgt in einer Fremdsprache (bonjour, good morning, buenos dias, buon giorno,...).

Namen und Bewegung

Die Schüler stehen im Kreis. „Stellt euch mit eurem Namen vor, und begleitet den Namen mit einer einfachen, kleinen Bewegung.“ Beispiel: „Martin“ (Eis lecken), „Susanne“ (rechter Arm zeichnet einen Kreis), „Anne“ (Hofknicks), „Philipp“ (zappelt mit den Armen), ... Der Reihe nach nennt jeder seinen Namen und vollführt dazu eine einfache Bewegung. Nach einer zweiten Runde zum Einüben macht jeder in der dritten Runde nur noch die Bewegung, und alle anderen rufen seinen Namen.

Variante: Jeder stellt sich mit seinem Namen und einem Adjektiv mit gleichem Anfangsbuchstaben vor, z. B. der hastige Hans, die süße Sabine, die verschwenderische Vera,

Vorstellung

„Stellt euch vor, ihr hättet heute Geburtstag oder würdet eine Fete feiern. Nur ihr allein kennt die Namen aller Eingeladenen. Ihr müsst also eure Gäste miteinander bekannt machen. Tut das auf folgende Weise:

Geht auf jemanden zu, stellt euch aber selbst nicht vor, sondern sagt:

„Hallo! Wie heißt du?“ (Antwort: „Barbara“) – „Hallo, Barbara! Komm, ich möchte dich jemandem vorstellen.“ – „Hallo! Wie heißt du?“ (Antwort: „David“) – „Hallo, David. Das ist Barbara. Barbara, das ist David.“ Bei jeder Vorstellung schauen sich die beiden Vorgestellten freundlich an und geben einander die Hand.

Magnete

Die Schüler gehen ungezwungen im Raum umher. Der Spielleiter fordert sie auf: „Greift nach jemandem, der etwas Rotes anhat.“ Wenn ein Schüler jemandem, der etwas Rotes trägt, begegnet, streckt er seinen Arm aus, um denjenigen zu greifen, aber bevor er tatsächlich zugreift, erstarren beide in ihrer Bewegung. Es können durchaus mehrere Schüler nach demselben Mitschüler greifen.

Sind alle Spieler erstarrt, stellen sich die „roten“ Schüler vor. Der Spielleiter gibt eine neue Vorgabe, und das Spiel beginnt von Vorne. Hier einige Beispiele: „Greift nach jemandem, der Ohringe trägt, der längere Haare hat als du, der Jeans anhat, mit dem du heute noch nicht gesprochen hast, ...“

Das Spieltempo sollte lebhaft sein, so dass alle in Bewegung sind. (Variante: Die Spieler bewegen sich in Zeitlupe.)

Guten Morgen!

Die Schüler zählen „auf Drei“ durch. Die „Einser“ legen beide Hände hinter den Kopf, alle „Zweier“ auf die Schultern und alle „Dreier“ auf die Hüften. Die Schüler gehen dann im Raum umher, begrüßen die anderen mit einem freundlichen „Guten Morgen, (Vorname)!“ und berühren einander dazu an den (gespreizten) Ellenbogen.

Platztausch

Die Schüler sitzen im Kreis. Sie prägen sich die Namen ihrer linken und rechten Nachbarn ein. Der Spielleiter steht in der Mitte, zeigt auf einen Schüler und sagt „Links (bzw. rechts), eins zwei drei.“ Wenn er „drei“ gesagt hat, muss der Betreffende den Namen des linken Nachbarn gesagt haben, sonst muss er den Spielleiter ablösen.

Beispiel: Stephan steht in der Mitte. Er zeigt auf Annette, die zwischen Conny (links) und Cordula (rechts) sitzt. Stephan ruft: „Rechts, eins, zwei, drei.“ Annettes Antwort „Cordula“ kommt zu spät. Sie muss in die Mitte. Stephan setzt sich auf ihren Platz und merkt sich möglichst schnell die Namen seiner neuen Nachbarinnen.

Das Spieltempo sollte zügig sein.

Längster Atem

Die Schüler sitzen oder stehen im Kreis. Der Spielleiter holt tief Atem, geht im Kreis herum und nennt die Namen der Schüler, an denen er gerade vorbeigeht. Wenn ihm der Atem ausgegangen ist, übernimmt der letzte genannte Schüler seine Rolle. Sieger wird, wer die meisten Namen in einem Atemzug nennen kann. Damit alle dran kommen, geben diejenigen, die es ein zweites Mal trifft, ihre Rolle an einen Nachbarn ab, der noch nicht dran war.

Kugellager

Zur Vorbereitung: Jeder Schüler hat genau einen Stuhl. Alle erhalten eine Nummer (eins oder zwei). Alle „Einser“ bilden mit ihren Stühlen den äußeren Kreis, alle „Zweier“ den inneren. Die Stühle sind so angeordnet, dass sich immer zwei gegenüber sitzen können.

Während eine Musik spielt, gehen alle im inneren Kreis gegen den Uhrzeigersinn, alle im äußeren Kreis im Uhrzeigersinn im Kreis. Stoppt die Musik, setzt sich jeder auf den nächsten freien Stuhl, stellt sich seinem Gegenüber vor und unterhält sich mit ihm über ein vorgegebenes Thema. (Bei ungerader Schülerzahl spielt der Spielleiter mit.)

Beispiele: Mein Lieblingstier - Etwas, das ich gut kann - Wie ich Radfahren gelernt habe - Ein spannendes (schönes) Erlebnis aus den letzten Ferien - Mein Lieblingsbuch - Wo ich einmal wohnen möchte.

Nach einer Minute setzt die Musik wieder ein, alle verabschieden sich von ihrem gegenüber, und das Spiel beginnt von Vorne.

Varianten: Mit dem neuen Partner über ein neues Thema sprechen - Man wählt einen Buchstaben aus dem Alphabet, mit dem der Gesprächsgegenstand beginnen muss (Beispiel: B - Basteln, Bücher, Beruf, Bären, ...) - Alle im Innenkreis gehen vier Stühle weiter, alle im Außenkreis sechs Stühle. (Achten Sie darauf, dass sich die gleichen Schüler nicht ein zweites Mal gegenüber sitzen.)

Ich mag Leute, die ...

Zur Vorbereitung: Schaffen Sie genügend freien Raum. Im Raum befindet sich ein Stuhl weniger als Schüler.

Die Spieler sitzen im Kreis, der Spielleiter steht in der Mitte. Er ruft: „Ich mag alle Leute, die eine Brille tragen!“ und klatscht in die Hände. Daraufhin müssen sich alle Brillenträger einen neuen Platz suchen. Wer keinen Stuhl mehr erwischt stellt sich in die Mitte und fährt fort: „Ich mag Leute, die ...“ Auf den Ruf: „Ich mag euch alle!“ müssen alle sich einen neuen Platz suchen.

Wer bin ich?

Zur Vorbereitung: Die Schüler sollten bereits alle Namen kennen und einiges voneinander wissen. Benötigt werden Etiketten für: Namen, Filzstift, Tesakrepp' Hut (oder Schachtel)

1. Alle schreiben ihren Namen auf ein Etikett und legen es in den Hut.
2. Alle bilden einen Kreis und ziehen einen Namen aus dem Hut, ohne den Namen jemandem zu zeigen.
3. Jeder heftet sein Etikett dem rechten Nachbarn auf den Rücken, es darf aber nicht dessen richtiger Name sein.
4. Jeder erhält die Aufgabe, durch geschicktes Fragen den Namen auf seinem Rücken herauszufinden, z. B. „Bin ich ein Junge?“. - „Trage ich Jeans?“ - „Mag ich gern ...“ - Wichtig sind die beiden Regeln:
 1. Es dürfen nur Fragen gestellt werden, die man mit ja oder nein beantworten kann. Der gleiche Person dürfen höchstens zwei Fragen gestellt werden.
5. Hat jemand den Namen erraten, stellt er sich hinter die entsprechende Person, deren Namen er ja auf dem Rücken trägt, fasst sie an den Hüften und folgt ihr. Bald werden sich verschiedene Schlangen bilden.

Variante, die sich für ältere Schüler anbietet: Statt Namen aus der Klasse kann man auch Namen bekannter Persönlichkeiten aus Sport, Musik, Film, Geschichte, ... nehmen, nach deren Herkunft und Eigenschaften gefragt wird.

Tischgespräche

Schildern Sie die folgende Szene möglichst lebendig: Ihr befindet euch als Gast in einem gemütlichen Restaurant, das bekannt ist für sein ausgezeichnetes Essen. Sie selber sind der Oberkellner. Die Gäste stehen ungezwungen in Gruppen zusammen, plaudern und lachen. Sie rufen zum Beispiel: „Zweiertische!“. Alle bilden Paare, wie es sich gerade ergibt, und stellen einander vor. Bei einer ungeraden Anzahl stellt sich ein übriggebliebener Gast zu einem Paar seiner Wahl.

In zwei Minuten tauschen die Gäste sich in diesen Tischgruppen darüber aus, was man am liebsten isst, und einigt sich auf ein Menü aus drei Gängen. Geben Sie die Zeit und das Thema der Diskussion vor.

„Vierertische!“ Zwei Paare tun sich zu einer Vierergruppe zusammen. Man stellt sich wieder vor und unterhält sich während der vorgegebenen Zeit über ein weiteres Thema (z.B. „etwas, das ich besonders gern tue“).

Ringtausch

„Achttertische!“ Zwei Vierergruppen tun sich zusammen. Nach dem Vorstellen erzählen sie sich, wo sie am liebsten ihre Ferien verbringen möchten.

Weitere Themen: Etwas, das ich mit dieser Gruppe gern tun möchte -etwas, von dem ich hoffe, dass wir es gemeinsam erreichen - etwas, von dem ich hoffe, einen Nutzen zu haben
Zum Schluss bilden alle wieder eine große Gruppe. Möglicherweise lassen Sie als Oberkellner einige Schüler schildern, was sie erlebt und von anderen erfahren haben.

Zur Vorbereitung: Für dieses Spiel, das bei verschiedenen Gelegenheiten eingesetzt (Kennen lernen, Gruppenbildung, Konzentration, Gedächtnistraining) werden kann, sollte sich die Gruppe schon etwas kennen und eine vertrauensvolle Atmosphäre herrschen. Es ist genügend Platz, um umhergehen und einander begegnen zu können.

Jeder Schüler nimmt einen Gegenstand, den er zufällig bei sich trägt, in die Hand. Es sollte ein persönlicher Gegenstand sein, der auch wiedererkannt werden kann, der aber möglichst

nicht den Namen des Besitzers tragen sollte. Die Aufgabe besteht nun aus zwei Teilen:

1. Begrüße deinen Mitspieler mit seinem Namen. 2. Übergib ihm den Gegenstand, den du in der Hand hältst, in folgender Weise. Andreas: „Guten Tag, Rebecca. Dies ist der Fahrradschlüssel von Andreas“. Rebecca antwortet: „Guten Tag, Andreas. Dies ist der Armreif von Rebecca.“ Anschließend suchen sich beide einen neuen Partner. Rebecca: „Guten Tag, Martin. Dies ist der Fahrradschlüssel von Andreas.“ Martin: „Guten Tag, Rebecca. Dies ist die Armbanduhr von Jochen.“ und immer so weiter.

Wer seinen eigenen Gegenstand zurückbekommt, setzt sich wieder hin. Das Spiel ist zu Ende, wenn jeder seinen Gegenstand zurückerhalten hat. Möglicherweise ist es auch sinnvoll, das Spiel nach einiger Zeit abubrechen, weil inzwischen die Gegenstände anderen Besitzern zugeordnet werden und das Spiel so nicht beendet werden kann.

Geben Sie zu diesem Spiel klare Spielanweisungen, und demonstrieren Sie es mit einigen Freiwilligen, um ein Durcheinander zu vermeiden. Alle beginnen gleichzeitig mit dem Spiel.

Getragen sein

Die Schüler stellen sich in einer Doppelreihe auf. Die jeweils gegenüber Stehenden fassen sich an den Händen bzw. Handgelenken. Ein Schüler legt sich auf die ausgestreckten Arme und wird von den Mitschülern „durchgereicht“. Er stellt sich auf der anderen Seite an und hilft mit, die nächsten zu tragen. Ist es nicht schön, sich von der Gruppe getragen zu fühlen?

B Gruppen einteilen

Gruppen lassen sich auf spielerische und kreative Art bilden. Das hat den Vorteil, dass Außenstehende einbezogen werden und dass eine gute Atmosphäre geschaffen bzw. gefördert wird, die eine wichtige Voraussetzung für eine gute Zusammenarbeit in der Gruppe ist.

Puzzle

Zur Vorbereitung: Tier-, Blumen- oder Landschaftsbilder, zum Beispiel aus alten Kalendern. Geeignet für Gruppen ab vier: Die Bilder (ihre Anzahl entspricht der Zahl der zu bildenden Gruppen) werden in Teile zerschnitten (Sechsergruppen = 6 Teile), vermischt und mit der Rückseite nach oben in die Mitte (eine Schachtel) gelegt. Jeder zieht ein Teil und versucht, die dazu passenden Teile zu finden. Damit ist die Gruppe komplett.

Variation: Mehrere (thematisch oder nach irgendeinem anderen Ordnungskriterium) zusammen passende Piktogramme, Karikaturen oder Bilder von A(sterix) bis Z(irkusclown) sind zusammengefasst. Von jedem Thema gibt es so viele Zettel, wie die Gruppe Mitglieder haben soll. Jeder zieht einen Zettel und sucht nach den dazugehörigen Partnern mit dem gleichen Thema.

Hitparade

Zur Vorbereitung: Bereiten Sie ausreichend viele Zettel mit Liedanfängen vor (Anzahl der Gruppen = Anzahl der Lieder). Wählen Sie Lieder aus, die sicher allen Schülern bekannt sind und deren Melodie sich zum Summen eignen. Alle beginnen das Spiel gemeinsam auf ein Zeichen. Es darf nicht gesprochen werden.

Teilen Sie die Zettel so aus, dass niemand einen fremden Zettel sehen kann. Warten Sie absolute Stille ab, bis Sie das Zeichen zum Beginn geben. Die Schüler summen ihr Lied und suchen nach anderen Schülern, die ebenfalls ihr Lied summen.

Wenn sich die Gruppen gefunden haben, ziehen sie sich fünf Minuten zurück, um eine kleine Pantomime zum Lied vorzubereiten, die sie den anderen vorführen. Die Zuschauer erraten den Titel des Liedes.

Variante: Geben Sie Tiere vor, deren Laute oder Bewegungen nachgeahmt werden.

C Aufmerksamkeit und Konzentration

Die meisten der folgenden Aktivierungsspiele lassen sich für mehrere Zwecke (Konzentration, Rhythmuswechsel, Auflockerung, Belebung) einsetzen oder auch einfach, um etwas Spaß miteinander zu haben.

Rund geht's

Zur Vorbereitung: Eine ausreichende Anzahl (ca. 6 bis 12) weicher Bälle zum Beispiel aus Zeitungspapier und Tesakrepp und ausreichend Platz!

Die Schüler stehen im Kreis mit genügend Bewegungsfreiheit, um Bälle werfen und fangen zu können. Der Spielleiter ruft den Namen eines Schülers und wirft ihm gleichzeitig den Ball zu. Der Ball zirkuliert nun in beliebiger Reihenfolge im Kreis. Damit gewährleistet ist, dass jeder den Ball nur ein Mal erhält, hebt jeder einen Arm, wenn er dran gewesen ist. Der letzte wirft den Ball zum Spielleiter zurück.

Wichtig: Jeder erhält den Ball nur ein Mal. Vor dem Werfen wird der Name des Schülers gerufen, der den Ball erhalten soll. Jeder merkt sich genau, von wem er den Ball bekommen und zu wem er ihn geworfen hat.

Anmerkung: Geben Sie bitte erst nach der ersten Runde bekannt, dass die Bälle im Laufe des Spiels immer den gleichen Weg nehmen sollen. Machen Sie nach der ersten Runde eine weitere Runde mit nur einem Ball zur Festigung, und werden Sie nicht unruhig wenn unter den Schülern ein bisschen Langeweile aufkommt, bevor Sie nacheinander mehrere Bälle ins Spiel bringen. Der Spielleiter bestimmt durch die Anzahl der Bälle auch die Spieldauer. Es gibt keine Gewinner oder Verlierer. Diskutieren Sie Beobachtungen bzw. Ergebnisse mit den Schülern. *Variante: das Spiel kann auch im Sitzen (Bälle rollen) oder auf dem Schulhof gespielt werden.*

Die Post geht ab

Zur Vorbereitung: Ein Stuhl weniger als Mitspieler

Die Spieler sitzen im Kreis. Der Spielleiter steht in der Mitte und fordert alle auf, sich einen Städtenamen auszuwählen. Jeder (auch der Spielleiter) gibt seinen Städtenamen der Reihe nach bekannt und versucht gleichzeitig, sich möglichst viele Städtenamen der anderen einzuprägen. (Zur Übung ist ein zweiter Durchgang zu empfehlen.)

Für die erste Runde ist der Spielleiter der Postillion. Er ruft: „Die Post geht ab von Paris nach Rom, Barcelona, Gelsenkirchen, München, ...“

Ist er mit seiner Aufzählung fertig, oder fällt ihm nichts mehr ein, klatscht er in die Hände. Alle, deren Städtenamen genannt wurden, müssen aufstehen und den Platz wechseln. Der Postillion sucht ebenfalls einen Platz. Wer übrig bleibt, ist der neue Postillion. Es müssen mindestens drei Städtenamen genannt wurden.

Das Spieltempo sollte lebhaft sein, damit alle in Bewegung kommen.

Varianten: Spiel mit Ländernamen, Tiernamen (Zoo), Blumennamen (Botanischer Garten).

Faule Ausrede

Die Schüler sitzen im Kreis. „Ich konnte gestern nicht zur Schule kommen, weil ich unter Atemnot gelitten habe.“ - „Ich konnte gestern nicht zur Schule kommen, weil ich wegen der Deutscharbeit Bauchschmerzen hatte.“ - Jeder muss sich eine Krankheit als Entschuldigung ausdenken, die immer mit dem nächsten Buchstaben des Alphabets beginnen muss. Diese Übung ist eine gute Gelegenheit, der Phantasie freien Lauf zu lassen und lustige und ausgefallene Krankheiten zu erfinden, die als faule Ausreden herhalten müssen.

Varianten: Statt einzeln in Zweiergruppen spielen - Gemischter Salat oder Fruchtsalat mit Zutaten von A bis Z

Roboter

Es steht jedem Mitspieler frei, wann und wie oft er sich erheben will.

Es sind aber die folgenden Spielregeln einzuhalten:

- Es wird nicht gesprochen.
- Jeder darf höchstens fünf Sekunden stehen.
- Es müssen immer genau vier Spieler stehen.
- Jeder muss sich mindestens dreimal bewegt haben.

Das ist gar nicht so einfach, weil nicht nur schnelle Reaktion, sondern auch gute Beobachtung und Abstimmung gefordert ist. Das Spiel eignet sich besonders nach längerem Sitzen.

Adlerauge

Die Schüler stellen sich in zwei Reihen (A und B) gegenüber. Jeder schaut sein Gegenüber genau an und merkt sich möglichst viele Einzelheiten. Auf ein Zeichen des Spielleiters drehen sich die Schüler A um, die Schüler B verändern an sich drei Dinge, z. B. Scheitel auf der anderen Seite, Ring an einem anderen Finger, Körperhaltung verändert. Nach kurzer Zeit drehen sich die Schüler A wieder um und versuchen, die drei Veränderungen festzustellen. Nach der Auflösung erfolgt der Rollentausch.

Besuch im Zoo

Die Spieler stehen im Kreis. Jeweils drei nebeneinander stehende Spieler bilden zusammen ein Tier. Elefant: Der mittlere Spieler fasst sich mit einer Hand an die Nase und steckt seinen freien Arm als Rüssel durch das entstehende Loch; die Spieler rechts und links formen mit ihren Armen die großen Elefantenohren. Krokodil: Der mittlere Spieler bildet mit seinen ausgestreckten Armen das auf und zu klappende Maul des Krokodils; die Spieler rechts und links bilden jeweils aus Daumen und Zeigefinger einen kleinen Kreis als Auge des Krokodils. Goldfisch:

Der mittlere Spieler formt mit seinem Mund das stumme „Blupp!“ des Goldfisches; die Spieler rechts und links bewegen ihre Hände als Seitenflossen des Goldfisches.

Weitere Tiere sind möglich: Nashorn (Nase und zwei kleine Ohren), Ente (Schnabel und mit dem Po wackeln), ... Lassen Sie Ihrer Phantasie freien Lauf.

Wörter bilden

Zur Vorbereitung: Für jede Gruppe ein Bogen Papier DIN A3. und Filzstifte.

Bilden Sie Vierergruppen. Jede Gruppe erhält einen Bogen Papier, auf den die einzelnen Spieler mit großen Buchstaben ihren Vornamen schreiben. Sie haben nun fünf Minuten Zeit, Wörter zu bilden, die mit den Buchstaben ihres Vornamens beginnen. (Vgl. Scrabble, Eigennamen sind nicht zugelassen.)

Herausforderung: Die Wörter bilden einen sinnvollen (oder auch sinn-losen, aber lustigen) Satz. Jede Gruppe wählt ihre besten Wörter oder ihren besten Satz aus, und teilt sie bzw. ihn den anderen mit. Applaus für die Gruppe, die am meisten Wörter, den längsten sinnvollen Satz, den lustigsten Satz usw. gefunden hat.

D Entspannen

Finger hoch!

Die Schüler bilden Dreiergruppen und stehen so zusammen, dass sie einander ansehen können. Jede Gruppe spielt für sich. Die Mitspieler halten eine Faust hoch, und alle drei zählen gemeinsam bis drei. Dabei nehmen sie bei jeder Zahl den Arm runter („eins“ Arm wieder hoch – „zwei“ - Arm wieder hoch - „drei“). Bei „drei“ streckt jeder einen bis fünf Finger aus. Ziel des Spiels ist, dass die Summe aller Finger der Dreiergruppe 11 ergibt. Wie oft das wiederholt werden muss, bis es gelingt, ist Glückssache. Dann wird mit beiden Fäusten gespielt, und die Summe soll 21 sein.

So eine Geschichte

Zwei oder drei Spieler verlassen den Raum, ohne zu wissen, was passieren soll. Der Spielleiter erklärt der Gruppe das Spiel, dann werden die Spieler wieder hereingebeten. Der Spielleiter erzählt ihnen: „Wie haben gerade über etwas Lustiges gesprochen, das letzte Woche passiert ist und mit euch zu tun hat. Ihr sollt nun durch Fragen herausfinden, um was es sich dabei gehandelt hat.“

Für die Gruppe gilt: Endet das letzte Wort der Frage mit einem Konsonanten, antworten alle mit „ja“, endet es mit einem Vokal, ist die Antwort „nein“. So kann eine lustige Geschichte entstehen.

Variante: Die Spieler werden angeleitet, offene Fragen zu stellen. Die Gruppe antwortet immer auf die vorletzte Frage.

Aufstand

Die Spieler sitzen zu zweit, Rücken an Rücken, mit eingehakten Armen und angezogenen Knien. Sie versuchen, gemeinsam aufzustehen. Mit ein bisschen Übung ist das nicht schwer. Nun tun sich zwei Paare zu einer Vierergruppe zusammen und versuchen es auch, dann bilden zwei Vierergruppen eine Achtergruppe. Damit ein solcher Massenaufstand gelingt, müssen sich Alle dicht zusammenhocken und schnell und gleichzeitig aufstehen.

Nackentherapie

Die Spieler stehen eng im Kreis (Schulterkreis). Geben Sie etwa folgende Anweisung: „Dreht euch eine Vierteldrehung nach links - Hebt beide Arme in Schulterhöhe - lockert eure Finger - hebt die Arme über den Kopf - lasst sie langsam auf die Schultern eures Vordermannes sinken - und begrüßt (erfreut) ihn mit einer kleiner Nackentherapie.“

Nach der Massage lockern alle wieder ihre Hände und Finger, drehen sich eine halbe Drehung und bedanken sich durch eine entsprechende Massage für die empfangenen Wohltaten.

Redensarten

Jemanden aufs Glatteis führen - Sand in die Augen streuen den Buckel runter rutschen - auf die lange Bank schieben - Stielaugen machen - das Fass zum Überlaufen bringen - ein Brett vor dem Kopf haben - Öl ins Feuer gießen. Solche Redensarten lassen sich mit etwas Phantasie und Kreativität in kleinen Gruppen zu lustigen Pantomimen gestalten, wenn man sie wörtlich nimmt. Die Pantomimen werden den anderen Gruppe vorgeführt, und die Zuschauer müssen die dargestellte Redensart erraten.

Hockey

Zwei Teams sitzen an den Längsseiten des Raumes einander auf beiden Seiten des Spielfeldes gegenüber. Die Spieler erhalten Nummern. Gibt es zum Beispiel zwei Achtergruppen sitzt Nummer 1 gegenüber von Nummer 8, Nummer 2 gegenüber von Nummer 7 usw. An den kurzen Seiten des Raumes bildet jeweils ein Stuhl ein Tor. In der Mitte des Spielfeldes liegen zwei Besen und ein Putzlappen. Der Spielleiter ruft z.B. „fünf“. Die beiden Spieler springen auf, greifen nach ihrem Besen und versuchen, den Putzlappen mit dem Besen ins gegnerische Tor zu befördern. Der Spielleiter bestimmt die Spieldauer. Sieger ist, wer die meisten Tore „geschoben“ hat.

Der menschliche Knoten

Gruppen von jeweils etwa neun bis zwölf Spielern bilden einen Kreis, indem sie nahe zusammen (Schulter an Schulter) stehen. Jeder streckt beide Arme in die Mitte aus, um zwei andere Hände zu fassen. Dabei gelten folgende Regeln: Die eigenen Arme dürfen nicht gekreuzt sein, man darf nicht die Hand seines direkten Nachbarn nehmen, und die beiden gefassten Hände müssen verschiedenen Spielern gehören.

Ziel des Spiels ist es, den entstandenen Knoten zu entwirren, ohne die Hände loszulassen. Es entstehen entweder ein großer Kreis, zwei einzelne Kreis oder zwei ineinander verschlungene Kreise.

Das Gewitter

Die Spieler und der Spielleiter stehen im Kreis. Bitten Sie um Stille. Alle sollen die von Ihnen vorgemachten Geräusche der Reihe nach nachmachen, so dass das Geräusch im Kreis weiterwandert, bis es vom nächsten Geräusch abgelöst wird. Dabei bleiben alle in ihrer Bewegung, bis die nächste „heranrollt“. Schildern Sie dabei die Stimmung eines heraufziehenden und sich entladenden Gewitters.

Reiben Sie Ihre Hände aneinander (Rauchen des Windes). Die Bewegung wird von Ihrem linken Nachbarn aufgenommen und setzt sich im Kreis fort, bis sie wieder bei Ihnen ankommt. Beginnen Sie nun, mit den Fingern zu schnippen (erste Regentropfen fallen). Die Schüler übernehmen wieder der Reihe nach, wenn die „Welle“ bei ihnen ankommt.

Klatschen auf die Oberschenkel (heftiger Regen) - zusätzlich:

Stampfen mit den Füßen (lautes Donnern und Blitzen): Das Gewitter hat seinen Höhepunkt erreicht und ebbt nun wieder ab. Die Bewegungen werden in umgekehrter Reihenfolge ausgeführt (Klatschen, Schnippen, Reiben der Hände) und verlieren an Intensität. Das Gewitter ist abgezogen, und erste Sonnenstrahlen dringen durch die Wolken.

E Visualisieren

Visualisieren kann als Entspannungstechnik eingesetzt werden. Visualisierungsübungen erleichtern es, die Gedanken auf ein bestimmtes Thema zu lenken. Sie können eine Hilfe sein, wenn man Schwerpunkte setzen will, oder kreatives Denken unterstützen. Visualisieren gelingt nicht allen Schülern (und Erwachsenen) gleich gut oder schon beim ersten Mal. Wenn Sie in Ihrer Klasse Schüler haben, die sich schwer tun, ermuntern Sie sie, sich auf die Vorgaben, die Sie machen werden bzw. auf die Fragen, die Sie stellen werden, zu konzentrieren und darauf innerlich zu antworten.

Zur Vorbereitung: Bitten Sie alle Schüler, sich bequem auf ihren Stuhl zu setzen. Am besten sitzen sie auf der vorderen Sitzhälfte aufrecht mit geradem Rücken, Arme locker auf den Oberschenkeln ruhend oder auf dem Tisch liegend, beide Beine nebeneinander auf der Erde. Bitten Sie, die Augen zu schließen und ruhig und gleichmäßig zu atmen. Wer die Augen nicht schließen möchte, soll vor sich auf den Boden blicken. Führen Sie die Schüler mit ruhiger Stimme zuerst durch ihren Körper: Machen Sie bei ... ausreichend lange Pausen. „Spüre deine Füße ... deine Fußsohlen auf dem Boden ... deine Unterschenkel ... deine Knie ... die Oberschenkel ... die Sitzfläche ... deinen Rücken ... deine Arme ... die Schultern ... deinen Kopf ... du bist ganz entspannt.“

Der Aufzug

„Stell dir vor, du bist in einem Aufzug. Siehst du die Knöpfe neben der Tür? ... Du drückst den Knopf mit der fünf... die Tür schließt sich ... du spürst, wie der Aufzug hinunterfährt ... und anhält ... die Tür öffnet sich, und vor dir taucht eine Szene aus deinem Leben auf, als du fünf Jahre alt warst ... Wo bist du gerade? ... Wie hell oder dunkel ist es? ... Ist es warm oder eher kühl? ... Welche Menschen sind noch da? Gibt es etwas zu sehen? ... zu hören? ... zu riechen?

Die Tür schließt sich wieder ... du drückst den Knopf mit der zwölf (Alter der Schüler) ... der Aufzug fährt hinauf ... hält an ... die Tür öffnet sich ... du kommst langsam wieder zurück in diesen Raum ... machst mit beiden Händen eine Faust ... bewegst deine Arme ... deine Beine ... öffnest die Augen ... räkelst dich und streckst dich ... schau dich um ... es sind alle wieder da.“ Auswertung: Die Schüler erzählen einander zu zweit oder in kleinen Gruppen, was sie erlebt haben. Einige teilen vielleicht auch ihr Erlebnis gern der Klasse mit. Es ist auch möglich, dass sie in ihr Heft einen kurzen Bericht über diese „Reise im Aufzug“ schreiben. Varianten: Die Knöpfe heißen „ein lustiges Erlebnis“, „ein besonderer Geburtstag“, „jemand, der mir wichtig ist“, „meine Zukunft“,

Wichtig: Geben Sie genügend Zeit, damit jeder in seinem Tempo folgen kann. Die Rückführung in die Klasse kann etwas schneller erfolgen. Achten Sie sorgfältig darauf, ob es Schüler gibt, für die der Aufzug auf einer „unangenehmen Etage“ anhält. Vergessen Sie bitte nicht die Rücknahme, das entspannende Recken und Strecken des ganzen Körpers. Solche Visualisierungen oder Phantasiereisen können auch im Liegen durchgeführt werden.

Phantasiereise

Die Schüler sitzen zu dritt zusammen. Nach der Vorbereitung (siehe „Der Aufzug“) beginnen Sie: „Stell dir vor, du bist zehn Jahre älter ... du arbeitest gerade, aber nicht irgend etwas, sondern in deinem Traumberuf ... Wo arbeitest du gerade? ... Was machst du gerade? ... Mit wem arbeitest du zusammen? ... Wie geht es dir in deinem Beruf? ... Was gibt es zu sehen? ... zu hören? ... zu riechen? ... Führen Sie die Schüler zurück in die heutige Zeit, in diesen Raum. Denken Sie an die Rücknahme, und werten Sie die Phantasiereise aus (vgl. „Der Aufzug“).

Literaturempfehlungen

Alex, S / Vopel, K., Lehre mich nicht, lass mich lernen. Neue Interaktionsspiele, Band 1 bis 4. Hamburg 1992,.

Gawain, S., Stell dir vor. Kreativ visualisieren. Hamburg 1986.

Gudjons, H., Spielbuch Interaktionserziehung. 185 Spiele und Übungen zum Gruppentraining in Schule, Jugendarbeit und Erwachsenenbildung. Bad Heilbrunn 1990.

Gudjons, H. / Pieper, M. / Wagener, B., Auf meinen Spuren. Vorschläge und Übungen für pädagogische Arbeit und Selbsterfahrung. Hamburg 1994.

Kirsten, R. E., / Müller-Schwarz, J., Gruppentraining. Ein Übungsbuch mit 59 Psycho-Spielen, Trainingsaufgaben und Tests. Hamburg 1976.

Koppelsberger Spielekartei (herausgegeben vom Nordelbischen Jugendpfarramt, Koppelsberg 12, 24306 Plön, Tel. (0 45 22) 50 71 00)

Krenz, A., Gruppendynamische Interaktionsexperimente. Wehrheim 1990.

Kübli, E., Der Zauberteppich. Rituale, Stilletraining, Energieübungen, Phantasiereisen für Kinder. Niederzier 1995.

Müller, E., Auf der Silberlichtstraße des Mondes. Autogenes Training mit Märchen zum Entspannen und Träumen. Frankfurt 1985.

Müller, E., Du spürst unter deinen Füßen das Gras. Autogenes Training in Phantasiereisen - Vorlesegeschichten. Frankfurt 1989.

Müller, E., Hilfe gegen Schulstress. Übungsanleitungen zu Autogenem Training, Atemgymnastik und Meditation für Kinder und Jugendliche. Hamburg 1991.

Murdock, M., Dann trägt mich meine Wolke ... Wie Große und Kleine spielend leicht lernen. Freiburg 1995.

Portmann, R. / Schneider, E., Spiele zur Entspannung und Konzentration. München 1991.

PSB (Prävention und Suchtberatung, 90459 Nürnberg), JUMP IN.

Suchtprävention - Spiele und Aktionen - ein Handbuch. Nürnberg o. J.

Stevens, J. O., Die Kunst der Wahrnehmung. Übungen der Gestalttherapie. München 1990.

Vopel, K. / Kirsten, R., Kommunikation und Kooperation. Ein gruppendynamisches Lernprogramm. München 1993.

Woesler, D. M., Spiele, Feste, Gruppenprogramme. Frankfurt 1986. Zimmermann, W-D. / Zeppenfeld, D. / Krämer, T., Aus Erfahrung lernen - Mit Erfahrung spielen.

Rollenspielvorschläge zu Alltagskonflikten in Schule und Elternhaus. Mühlheim 1992.

Tipp: Fordern Sie Verlagsprospekte vom Ökotoxia Verlag (Hafenweg 26, 48155 Münster) und vom Robin.Hood-Versand (Küppelstein 36, 42857 Remscheid) an.

Jugendbücher

Anonym, Fragt mal Alice. München 1981.

Eagle, C. J. / Colman, C., „Weil ich ein Mädchen bin ...“. Stark und selbstbewusst durch die Pubertät. Düsseldorf 1995.

Eikenbusch, G., Und jeden Tag ein Stück weniger von mir. Ravensburger Taschenbuch 1987.

Glade-Hassenmüller, H., Gute Nacht, Zuckerpüppchen. Gewaltsame Liebe. Hamburg 1992.

Janke, K. / Niehues, S., Echt abgedreht. Die Jugend der 90er Jahre. München 1995.

Kühn, E., Du brauchst mich doch! Geschichte einer Abhängigkeit, Hamburg 1990.

Ladiges, A., „Hau ab du Flasche!“ Hamburg 1978.

Pressier, M., Bitterschokolade. Weinheim 1986.

Steenfatt, M., Nele. Ein Mädchen ist nicht zu gebrauchen. Hamburg 1986.

Steiner, C., The Original Warm Fuzzy Tale. Torrance, USA 1995.

Wachter, Q., Heimlich ist mir unheimlich. Berlin 1991.

Pädagogik

Affemann, R. Lernziel Leben. Der Mensch als Maß der Schule. Stuttgart 1976.

Bürmann, J., Gestaltpädagogik und Persönlichkeitsentwicklung. Theoretische Grundlagen und praktische Ansätze eines persönlich bedeutsamen Lernens. Bad Heilbrunn 1992.

Burow, O. A. / Quitmann, H. / Rubeau, M. P., Gestaltpädagogik in der Praxis. Unterrichtsbeispiele und spielerische Übungen für den Schulalltag. Salzburg 1987.

Cohn, R. C., Von der Psychoanalyse zur themenzentrierten Interaktion. Stuttgart 1990.

Davidson A. / Davidson R., Lust auf Leben. Was Eltern ihren Kindern mitgeben können. Frankfurt 1996.

Dreikurs, R. / Soltz, V., Kinder fordern uns heraus. Wie erziehen wir sie zeitgemäß? Stuttgart 1996.

Fatzer, G., Ganzheitliches Lernen. Humanistische Pädagogik und Organisationsentwicklung. Paderborn 1990.

Friesen, A. von, Liebe spielt eine Rolle. Erziehung im Geben und Nehmen. Hamburg 1995.

Glenn, H. S. / Nelsen, J., Raising Self-Reliant Children In A Self-Indulgent World. Seven Building Blocks for Developing Capable Young People. Rocklin, USA 1989.

Gordon, T., Die neuen Familienkonferenz. Kinder erziehen ohne zu strafen. Hamburg 1993.

Heinel, J., Der König ruht im Klassenzimmer. Gestaltpädagogik zum Kennenlernen. Frankfurt 1993.

Hentig, H. von, Die Schule neu denken. Eine Übung in praktischer Vernunft. München 1993.

Schwäbisch, L. / Siems, M., Anleitung zum sozialen Lernen für Paare, Gruppen und Erzieher. Kommunikations- und Verhaltenstraining. Hamburg 1974.

Stanford, G., Gruppenentwicklung im Klassenraum und anderswo. Praktische Anleitungen für Lehrer und Erzieher. Aachen 1995.

Einige Spiele aus dem Schülermentorenprogramm „Suchtprävention“

Das Programm kann angefordert werden bei

MKS BW
Jugendreferat
Postfach 10 34 42
70029 Stuttgart

Spiele erfüllen innerhalb des Seminars mehrere Aufgaben:

- Vertrautheit und Nähe schaffen
- Bewegung und Action als Abwechslung zum Gespräch oder zur Diskussion
- Verdeutlichung, dass Spiele nicht nur etwas für kleine Kinder sind, sondern dass sie auch Jugendlichen (vor allem in der Pubertät) Spaß machen können.
- Als Methode zur Vermittlung von Inhalten (s. Kapitel „Methoden zur Vermittlung des Suchtbegriffs“).
- Als Anregung zu einer kreativen Freizeitgestaltung in Gruppen.

Schuhsalat

Kennenlernspiel. Stuhlkreis.

1. Runde: Alle Beteiligten werfen ihre Schuhe in die Mitte. Jeder holt zwei Schuhe wieder heraus.

Aber: 1.) Nicht die eigenen und 2.) zwei verschiedene. Dann zieht jeder diese fremden Schuhe an (ohne sie zu beschädigen!). Alle versuchen, sich so aufzustellen, dass die richtigen Schuhpaare wieder nebeneinander stehen (gelingt nicht immer). Alle setzen sich mit den fremden Schuhen wieder auf den nächstgelegenen Stuhl.

Ziel: Aktivitätsorientierung, Durchmischung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

2. Runde: Spielleiter wirft einen Schuh in die Runde (der 2. Schuh fliegt gleich hinterher). Der Besitzer des Schuhs stellt sich vor: Name, Herkunft, Schulart, Hobbys, Auswahlmodus für das Seminar, wieso gerade er/sie da ist. Dauer ca. 30 Minuten bei 25 Teilnehmern. Probleme gibt's, wenn Teilnehmer in Schnürstiefeln 1 Springerstiefeln kommen und diese nicht ausziehen wollen, und/oder wenn der Boden zu kalt ist.

Soziometrische Übung

Eine andere **Variante des Kennenlernens** ist folgende soziometrische Übung:

Die Teilnehmer stehen im Raum und versuchen, sich nach der Spielanweisung im Raum zu sortieren. Z.B.: Aufstellen nach der Größe, nach dem Alter (auf den Tag genau!), nach der Lieblingsfarbe, nach dem Wohnort, nach der Schulart, nach der Zahl der Geschwister, nach Bekanntheitsgrad (wie gut kennst du die anderen).

Je nach Frage kann es nötig sein, verschiedene Ecken des Raumes als „Pole“ (z.B. gar keine Lust rechts, ganz wild drauf links) zu sortieren. Bei den Fragen nach den Wohnorten können die Himmelsrichtungen festgelegt werden, so dass sich alle auf einer imaginären Landkarte aufstellen können. Eine kurze Fragerunde des Leiters der Übung kann sich anschließen, um ein paar erste Bemerkungen der Teilnehmer zu sich selbst zu bekommen.

Diese Art der Vorstellung wird von Jugendlichen gerne angenommen.

Namenspiel mit Ball

Kennenlernspiel. 3 Stufen:

1. Zuwerfen des Balls bei Nennung des Namens des Werfers.
2. Zuwerfen des Balls bei Nennung des Namens desjenigen, dem zugeworfen wird.
3. Zuwerfen des Balls bei Nennung des Namens desjenigen, dem als nächstes zugeworfen werden soll.

Das Spiel geht recht schnell und ist als Einstiegsspiel auch zwischendurch sehr hilfreich.

Namenspiel mit Eigenschaften

Kennenlernspiel. Stuhlkreis.

Einer beginnt seinen Namen und eine Eigenschaft von sich zu nennen (Z.B. „Ich heiße Max und spiele gerne Basketball“). Der 2. wiederholt Namen und Eigenschaft des ersten und nennt seinen eigenen Namen mit seiner Eigenschaft. Der Dritte fängt wieder von vorne an etc.

Das Spiel dauert relativ lange, man erfährt aber manchmal Erstaunliches über die Teilnehmer.

Namenspiel mit Wolldecke

Kennenlernspiel, actionorientiert, 2 Mannschaften.

Die Mannschaften befinden sich in zwei Räumen, die mit einer Tür verbunden sind. Der Durchgang wird mit einer Wolldecke, die von 2 Spielleitern gehalten wird, versperrt. Es stellt sich jeweils eine Person jeder Mannschaft dicht vor die Wolldecke. Auf das Kommando 1-2-3 wird die Decke heruntergelassen. Der Mitspieler, der zuerst den Namen des Gegenüber sagen kann, darf diesen mit herüber zu seiner Mannschaft nehmen. So wird die „Siegermannschaft“ größer. Nicht immer gelingt es dabei, eine Mannschaft völlig aufzulösen!

Topf-Deckel

Aktionsspiel.

Gruppe sitzt vor drei Stühlen. Mittlerer Stuhl ist belegt. Spieler sagt: „Ich bin der Topf, wer passt zu mir?“ Zwei Mitspieler belegen die Plätze neben dem 1. Spieler und sagen z.B. „Wasser“ und „Herdplatte“. Der 1. Spieler sucht sich aus, was ihm lieber ist (z.B. Herdplatte). Der Mitspieler mit dem Begriff, der „gewonnen“ hat, rückt auf den mittleren Stuhl, die beiden anderen begeben sich ins Publikum zurück.

Der alleinige Spieler fragt nun mit seinem Begriff: „Ich bin die Herdplatte, wer passt zu mir?“ Dieses Spiel entwickelt eine Dynamik die besser wird, je kreativer die Mitspieler sind. Bei einfacheren Begriffen entsteht durchaus ein Gerangel um die Plätze auf den Stühlen.

Captain-Vize

Kreissspiel. Eignet sich gut als Überbrückung z.B. während des Ausfüllens des Konsumprofils, wenn nur ein Teilnehmer beschäftigt ist.

Die Gruppe sitzt im Kreis. Einer der Gruppe ist der Captain, der links neben ihm der Vize, links neben ihm die Nr.1, 2, 3 der letzte ist der Bettler.

Der Captain gibt den Takt vor und fängt an 1. mit den flachen Händen auf die Schenkel zu schlagen, 2. in die Hände zu klatschen, 3. rechts mit den Fingern schnipsen, 4. links mit den Fingern schnipsen. Wenn alle in diesem Takt sind, beginnt er beim ersten Fingerschnipsen mit „Captain“ und beim zweiten Fingerschnipsen mit „Vize“. Der jeweils zweitgenannte übernimmt (im Takt!) und sagt beim ersten Schnipsen seine Position (hier also „Vize“) und dann eine weitere, z.B. 5. 5 übernimmt, etc. Der Bettler darf alles, also auch stören. Wer aus dem Takt fällt oder nicht mitbekommt, wann er gemeint ist, kommt auf die Position des Bettlers, alle anderen rücken eine Position nach, steigen also auf. Variationen über die Geschwindigkeit des Taktes sind möglich.

Stuhlkarussell

Aktions- und Kontaktspiel. Alle Mitspieler sitzen im Kreis. Es ist ein Stuhl mehr vorhanden, als benötigt werden. Ein Mitspieler steht in der Mitte und versucht, sich auf den freien Stuhl zu setzen. Die sitzenden Spieler rücken aber im Uhrzeigersinn weiter, so dass er es nicht gleich schafft. Derjenige muss in die Mitte, der die Lücke verursacht hat, in die sich der stehende Spieler setzen konnte. Vereinfachung: zwei freie Stühle zur Verfügung stellen. Achtung: Schüler eher bremsen, Gefahr für die Stühle!

Blindenführung

Vertrauensspiel. Zweiergruppen. Einem Mitspieler werden die Augen verbunden, der andere führt ihn im Raum, Haus und der Umgebung herum und „zeigt“ ihm mit Hilfe des Tast- Hör- oder Geruchssinns verschiedene Dinge, die er/sie erraten muss. Wechsel der Rollen.

Variation: „Bildermachen“. Der blinde Mitspieler darf sich ausgesuchte Gegenstände, Ausblicke, Menschen für eine Sekunde anschauen. Nach 5-10 Gegenständen muss er in der richtigen Reihenfolge die „Bilder“ benennen.

Menschen-Memory

Konzentrationspiel. Gleiches Prinzip wie das bekannte „Memory“. Je zwei Teilnehmer denken sich eine Bewegung, einen Handgriff oder eine Grimasse aus, die sie beide machen, wenn sie von den Spielern angefragt werden. Die Teilnehmer verteilen sich im Raum, die Spieler versuchen, die richtigen Paare zu finden.

Abendgestaltung

Die Abendgestaltung ist innerhalb des Seminars oder einer SMV-Hütte ein unverzichtbarer Bestandteil des Gesamtprogramms, da es in diesem Zusammenhang immer auch um „Freizeitgestaltung“ und „Gruppenerlebnisse“ geht.

Den Rahmen bietet das „Traumschiff“ oder der „Orientexpress“, die ein „Gerüst“ für einen abendfüllenden Spielzusammenhang bilden.

Die Schüler werden am späten Nachmittag aufgefordert, kleine Gruppen zu bilden und Programmpunkte für den Abend vorzubereiten. Damit soll die Eigeninitiative und die Kreativität, aber auch der Mut, sich konstruktiv in den Mittelpunkt zu stellen, angeregt werden. Entscheidend für das Gelingen ist die Atmosphäre des Tages und die entstandenen Beziehungen zwischen den Gruppenmitgliedern und zwischen Teilnehmern und Leitern. In beiden Fällen ergeben sich aber wichtige Anregungen für die Freizeit, das Gruppenverhalten des Einzelnen und das Gefühl eines schönen Gruppenerlebnisses.

Traumschiff oder Orientexpress

Das „Traumschiff“ dient lediglich als Rahmen für die Spiele, die den Abend über stattfinden. Die Schüler werden auf eine bestimmte Uhrzeit zum „Kapitänsempfang“ geladen. Mit ein wenig Dekoration und Verkleidung werden die Teilnehmer dann zu diesem Zeitpunkt auf dem Traumschiff willkommen geheißen. Die „Crew“ serviert alkoholfreie Drinks schön angerichtet mit Wunderkerzen und stößt mit jedem Passagier an. Es wird so ein Stehempfang „wie im Fernsehen“ inszeniert. Danach bittet der Kapitän zum Programm. Es werden nacheinander die Programmpunkte der Schüler abgerufen, die 1-2 Stunden Zeit hatten, sich etwas zu überlegen und sich vorzubereiten.

Dieser Rahmen ist sehr wichtig, man kehrt immer wieder zum Ausgangspunkt zurück und kann alle angebotenen Spiele in diesen Rahmen einbauen. Sogar der obligatorische „Landgang“, ein Spaziergang in der Dunkelheit vor dem Schlafengehen, ist kein Problem. In der Variante „Orientexpress“ befindet sich die Gesellschaft in einem Zug und erlebt dort ihr Programm.

Eine weitere Variante ist das Spielcasino „Las Vegas“

Las Vegas

Ähnlich wie beim „Traumschiff“ werden die Teilnehmer ins Spielcasino geladen. Dort stehen Roulette, Poker und Würfelspiele bereit, aber auch andere unterhaltsame Spiele wie Garrom, Jakkolo oder das Tischkegelspiel. Jeder Mitspieler bekommt ein Startgeld und kann mit dem Geld spielen oder (alkoholfreie) Drinks kaufen. Hat er/sie kein Geld mehr, gibt es die Möglichkeit, sich neues Geld zu verdienen: Aus Spielen wie „Activity“ oder „Tabu“ können Aufgabenkarten entnommen werden und Begriffe erklärt oder pantomimisch gespielt werden. Werden die dargestellten oder erklärten Begriffe erraten, bekommt der/die Betreffende (Spiel)Geld dafür und kann weiterspielen. Für die Durchführung sind die einzelnen Spiele

mit jeweiliger Betreuung der Spieltische nötig sowie ein Gesamtleiter, der den Ablauf steuert. Jugendliche entwickeln nach unserer Erfahrung gute Ideen, wenn man den Abend vorab schon vorstellt und die Teilnehmer bittet, sich entsprechend zu kleiden. Auch sind hier jederzeit vorbereitete Einlagen der Teilnehmerinnen möglich.

Hausralley

Ein Actionspiel für fast beliebig viele Mitspieler. Gut geeignet als längere Spielsequenz in einem Haus. Bedarf einiger Vorbereitungen!

Vorbereitungen:

- Malen eines Spielplans mit ca. 40 Feldern, Start und Ziel (ganz einfach genügt, Felder mit Nummern versehen!)
- Vorbereiten von 40 Aufgaben verschiedenster Art. Z.B. „Wieviele Jahre, Monate und Tage ist Eure Gruppe alt?“, „Wieviele Treppen besitzt dieses Haus?“ (vorher selbst zählen!), „Bnngt jeder einen Gegenstand, der mit k anfängt“ etc
- Verteilung von 40 Kontrollzetteln im Haus. Sie beinhalten eine Nummer auf der Vorderseite und ein Codewort auf der Rückseite.

Spielstart: Die Gruppen suchen sich zunächst einen Spielstein fürs Spielfeld. Dann wird gewürfelt. Die Zahl, auf der der Spielstein steht, muss im Haus gefunden werden, das Codewort auf der Rückseite des Kontrollzettels muss bei der Spielleitung gesagt werden (Kontrollzettel hängen lassen!). Wenn das Wort richtig ist, kann die Aufgabe gestellt werden. Wurde sie richtig gelöst, darf wieder gewürfelt werden.

Hilfen:

- Wenn sich die einzelnen Gruppen vor dem Spielstart auf eine eigene Erkennungsmelodie einigen, können sie diese anstimmen, wenn ein Zettel gefunden wurde und die Gruppenmitglieder in anderen Teilen des Hauses wissen, dass sie nicht weiter nach dem Kontrollzettel suchen müssen.
- Im entstehenden, recht lauten Chaos ist es ratsam, jeder Spielgruppe einen Betreuer bereitzustellen, der die Aufgaben vorliest und die Erfüllung auch kontrolliert.

Das Spiel läuft so lange, bis die erste Gruppe das Ziel erreicht hat (Nicht bis zum „bitteren Ende“ durchspielen, das frustriert die Verlierer und langweilt die Gewinner!).

Dann Siegerehrung mit der Verteilung von Preisen zuerst an die Gewinner, dann an alle anderen Teilnehmer.