

# SOZIALES LERNEN IM SPORT (2. FOLGE)

## SPIELE UND ÜBUNGEN ZUR FÖRDERUNG DES ZUSAMMENHALTS IN EINER GRUPPE

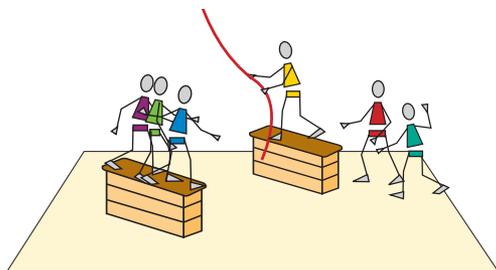
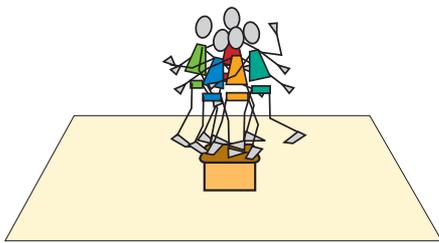
### Vorbemerkungen/Ziele

Kommunikation hat als Teilaspekt der Teamfähigkeit überragende Bedeutung. Sie ist wichtige Grundlage und Bestandteil des Gruppenprozesses. Schwierigkeiten und Konflikte haben oft ihre Ursache in Kommunikationsstörungen und -problemen. Kommunikationsformen sind gerade im Sport sehr vielfältig. Kommunikation kommt verbal oder non-verbal zum Ausdruck und besitzt Informationsfunktion bzw. die Absicht der Beeinflussung durch Informationen. Fast alle Gesten, Blickkontakte, Körpersprache und motorische (Re-)aktionen bringen etwas zum Ausdruck. Gerade die hohe Motivation und der Aufforderungscharakter zum Sport bieten einen geeigneten Handlungsrahmen, um Kontaktaufnahme und Kommunikation zu üben, zu pflegen und anzuwenden.

### Stundenverlauf und Inhalte

#### EINSTIMMUNG

- Ein zuvor bestimmter Spieler prägt sich die Sitzordnung ein und dreht sich dann mit geschlossenen Augen von der Gruppe ab. In dieser Zeit tauschen zwei TN ihre Plätze. Dies soll von dem ersten Spieler erkannt werden.
- ⊙ Alle sitzen im Kreis, später auch in lockerer Verteilung im ganzen Bewegungsraum Sportplatz oder Halle.
- Ein kleiner Kasten steht frei im Raum und alle TN sind aufgefordert, eine Strategie zu entwickeln, möglichst Vielen gleichzeitig die Möglichkeit zu geben, auf dem Kasten Platz zu finden.



### Rahmenbedingungen

**Zeit:** 60 Minuten

### Teilnehmer/innen (TN):

Jugendliche und junge Erwachsene

**Material:** Kleiner Kasten, Turnmatten

**Ort:** Rasenplatz, Sport- oder Gymnastikhalle.

### Absichten und Hinweise

- ⊙ Schulung der optischen Wahrnehmung und Förderung sozialer Kontakte durch Zuwendungen zur Gruppe, um sich rational und verantwortungsbewusst auseinander zu setzen.
- ✔ Bei Kleingruppenspielen wird die allgemeine Bereitschaft ersichtlich, sich innerhalb einer bestimmten Gruppe zu engagieren.
- ⊙ Eine Gruppe gibt Halt, gleicht Stärkere und Schwächere aus und stellt die Gemeinschaftsleistung über die Einzelleistung.
- ✔ Variation; Kastenschwingen, wobei die Großgruppe versucht, sich einzeln von einem großen Kasten auf einen anderen Kasten mit einem Kletterseil bzw. Tau zu schwingen. Es sollen sich möglichst viele TN gleichzeitig auf dem zweiten Kasten halten können. Dabei ist die Unterstützung der Mitspieler bei der Suche des Gleichgewichts gefragt

## Stundenverlauf und Inhalte

### SCHWERPUNKT

- Fünf bis sieben TN haben je zwei Turnmatten und müssen möglichst auf engstem Raum die ganze Halle der Länge nach durchqueren, ohne den Hallenboden zu berühren.
- ⊙ Staffelspiel, das einmal längs durch die Halle gespielt wird. Gewonnen hat die Mannschaft, die ohne die Matte zu verlassen, am schnellsten die Strecke überwunden hat.
- Alle TN laufen in der Halle durcheinander umher. Auf Pfiff ruft der Übungsleiter, wie viele Spieler sich zusammenfinden sollen und wie viele und welche Körperteile ausschließlich den Boden berühren dürfen, z.B. bei vier Spielern, dürfen nur 2 Füße den Boden berühren! Bei der Gestaltung entsprechender Figuren ist Kreativität gefragt.
- ✔ Variation: ... auf einem Bein hüpfend schubsen sich alle sanft an oder rempeln sich vorsichtig, jedoch ohne die Kontrolle über sich selbst zu verlieren ...
- Freiwillige passieren mit geschlossenen Augen eine Gasse und werden durch das letzte Paar sanft abgefangen.
- ⊙ Die TN bilden eine zwei Meter breite Gasse.

### SCHWERPUNKTABSCHLUSS

- Das Lachen ist verloren gegangen... Ein Freiwilliger versucht es in die Halle zurück zu bringen.
- ⊙ Die TN sitzen im Kreis und versuchen keine Miene zu verziehen.

### AUSKLANG

- Erst sorgfältig geplante Situationen, die motorisch wie kognitiv beanspruchen und durch eine Reflexion im Sinne einer Rückmeldung gekennzeichnet sind, schaffen die Voraussetzungen zur systematischen Entwicklung.
- ⊙ Die TN bilden einen Sitzkreis und sprechen über die erlebten Bewegungsformen und ihre Empfindungen in den zurückliegenden zwei Bewegungszeiten.

## Absichten und Hinweise

- ⊙ Variation; die Gruppe befindet sich auf einer auf dem Boden ausgelegten Plane. Die Aufgabe besteht darin, die Plane so klein wie möglich zu falten und dennoch auf der Plane zu stehen.
- ✔ Hierbei kommt es zunächst einmal darauf an, einen Lösungsansatz zu erarbeiten, denn dieser Faltvorgang erfordert das Zusammenspiel der gesamten Gruppe. Desto kleiner die Plane gegen Ende wird, desto enger muss die Gruppe zusammenrücken und desto geschickter muss nun gearbeitet werden. Das bedeutet: Mit größer werdender Schwierigkeit der Aufgabe rückt die Gruppe näher zusammen.
- ✔ Die Bewegungsgeschwindigkeit kann im Laufe der Übung erhöht werden – jeder läuft so schnell, wie er sich überwinden kann, dabei können auch die seitlichen Abstände in der Gasse vergrößert und die Laufstrecke damit verlängert werden.
- ⊙ Ein fröhlicher, beschwingter und ausgelassener Ausklang soll vorbereitet werden. Der Freiwillige versucht, pantomimisch und durch individuelle Ansprache die TN zum Lachen zu bewegen, so dass sich die Mienen wieder aufhellen.
- ✔ Dort, wo der Widerstand gebrochen wurde, soll weiterhin gelächelt werden...
- ⊙ Die Reflexion in der Kleingruppe ermöglicht durch die geringe Zahl der TN allen überschaubare, persönliche und direkte Kontakte, die durch Vertrauen, Konsens und Emotionalität gesteuert sein sollen.
- ✔ Teamfähigkeit lässt sich nachhaltig nicht durch gelegentliche, vorübergehende, spontane oder unreflektierte Situationen erzielen. Sport schafft nicht automatisch die Förderung von Teamfähigkeit.



Autor:

Jörn

Uhrmeister

Illustratorin:

Claudia Richter