

# AusleihBar der JUSESO Fricktal

## Erlebnispädagogische und gruppendynamische Methoden

### Inhaltsverzeichnis

1. Sprungtuch
2. Seil für zum Beispiel „Der heiße Draht“
3. Slackline
4. Gruppendynamisches Puzzle
5. Pipeline - Kugelbahn
6. Munterrichtsmethoden Kartenset Teil 1 (22 aktivierende Lehrmethoden)
7. Munterrichtsmethoden Kartenset Teil 2 (22 aktivierende Lehrmethoden)
8. Stein der Weisen
9. HeckMeck - Koordination für Performance
10. Hanabi
11. Diabolos
12. Pedalons
13. Scherbenteppich
14. Fröbelturm

# 1. Sprungtuch



## **Thema:**

Gruppenzusammenhalt, Vertrauen

## **Material:**

Sprungtuch, ebene Fläche (am Besten Rasenfläche)

## **Gruppengröße:**

Sprungtuch blau (min. 10, max. 20),

Sprungtuch orange (min. 15, max. 25)

## **Setting:**

Draussen oder Turnhalle mit hohen Decken

## **Dauer:**

Flexibel: Ca. pro TeilnehmerIn 1,5 Minuten

## **Ziel:**

Die Jugendlichen wachsen als Gruppe zusammen und vertrauen einander (schön ist es, wenn jeder min. 1 Mal auf dem Sprungtuch war)

## **Aufgabenstellung:**

Alle stellen sich um das Tuch und fassen eine Lasche. Es empfiehlt sich einen Probendurchlauf ohne Person zu machen und das Spiel zu erklären, wenn alle schon das Tuch halten. So bekommen alle ein Gefühl dafür.

## **Regeln:**

Der Spielleiter zählt bis 3 und nur auf ihn wird gehört.

Wenn jemand nicht aufs Tuch möchte, sollte er sie nicht gezwungen werden. am Ende kann die Person nochmals gefragt werden

## **Auf dem Tuch:**

Alle wertvollen bzw. spitzen Gegenstände entfernen. Mittig auf das Tuch legen und steif machen wie ein Brett. Wie stark möchtest du in die Luft fliegen? (evtl. erst einmal nicht so stark!?)

## **Ausserhalb des Tuchs:**

Wenn der Spielleiter bis 3 gezählt hat, ziehen alle das Tuch auseinander. (Es ist möglich, dass die Person im Tuch erst noch auf dem Boden liegt oder aber auch, dass sie schon leicht in der Luft schwebt, bevor gezogen wird.

Wichtig: Wenn jemand sagt er möchte erst leicht gezogen werden, müssen das alle akzeptieren und dementsprechend sanft ziehen.

WICHTIG: Wenn die Person in der Luft ist: Tuch nicht los lassen: Die Person kommt auch wieder runter und möchte sanft landen!

## **Auswertung:**

Wie ging es euch bei dem Spiel? War es schwer sich auf die anderen zu verlassen? Was hat euch gehemmt?

## 2. Seil für zum Beispiel «Der heisse Draht»



**Thema:**

Gruppenzusammenhalt, Teamwork

**Material:**

Seil

**Gruppengröße:**

5-25 (mit mehr Personen möglich, droht aber langweilig zu werden)

**Setting:**

In einem der Gruppengröße angepassten Raum oder draussen

**Dauer:**

Je nach Gruppengröße ca. 15-45 Minuten

**Ziel:**

Die ganze Gruppe steht am Ende des Spiels auf der anderen Seite des Seils

**Regeln:**

- Die Gruppe darf sich draussen (vor der Tür) besprechen – im Raum herrscht Stille.
  - Die Gruppe muss sich während des ganzen Spiels an den Händen halten bzw. an einer anderen (sittlichen) Stelle berühren – es darf niemand ohne Berührung zur Gruppe sein.
  - Das Seil darf nicht berührt werden.
  - (Zusatzregeln, da Jugendliche gerne tricksen ;-):
    - Man muss ÜBER das Seil – nicht neben her oder drunter her.
    - Man darf sich nicht unter dem Seil berühren
    - Man darf keine Hilfsmittel benutzen
- Wird eine Regel verletzt, muss die ganze Gruppe nach draussen und nochmals anfangen (sobald sie draussen sind dürfen sie sich wieder beraten) Hinweis: Am Anfang empfiehlt es sich streng zu sein und die Regeln durchzusetzen – zum Ende hin darf man etwas lockerer werden

**Auswertung:**

Wie ging es euch bei dem Spiel? Wer hatte welche Rolle? Was lief gut – was könnte man besser machen?

### 3. Slackline



**Thema:**

Aktion, Spass, Vertrauen, Zusammenarbeit

**Material:**

Slackline inkl. Ratsche, 2 kräftige Bäume, 3 Handtücher, evtl. Stuhl, Erklärung Aufbau Slackline (2 Handtücher um den Baum legen – zum Schutz, 1 Handtuch allenfalls zum Säubern der Füße)

**Gruppengröße:**

2er Teams oder Einzelpersonen

**Setting:**

Draussen

**Dauer:**

Flexibel (als Zweierübung pro Person ca. 2 Minuten)

**Ziel einer Zweierübung:**

Das Zweierteam unterstützt sich gegenseitig so, dass das Vertrauen zum anderen wächst

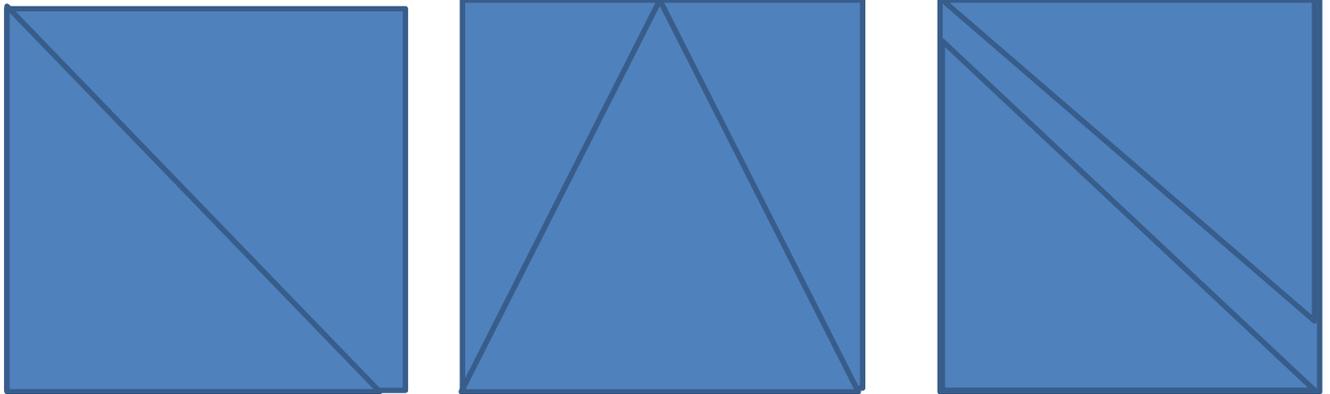
**Aufgabenstellung:**

Lauft über das Seil und **unterstützt** euch gegenseitig. Nehmt euch einen Stuhl zur Hilfe, falls ihr nicht auf die Slackline kommt. Wenn ihr euch sicher fühlt, dürft ihr versuchen, allein zu laufen oder noch weiter zu gehen: in die Hocke zu gehen, euch auf das Seil zu setzen, oder andere Tricks zu machen (VORSICHT!)

**Auswertung:**

Wie ging es euch bei dem Spiel? War es schwer sich auf die anderen zu verlassen? Was hat euch gehemmt?

## 4. Gruppendynamisches Puzzle



**Thema:**

Kommunikation, Zusammenarbeit im Team

**Material:**

Laminierte Papierschnipsel für 4 x 6 unterschiedliche Quadrate (dieses Mat. Ist bei der JUSESO erhältlich)

Je nach Gruppengröße. Beispiel: Eine Gruppe von 13 Personen wird in folgende Kleingruppen eingeteilt:

5,4,4. Dann braucht die Kleingruppe mit 5 TN 5 verschiedene Quadrate, die Gruppen mit 4 TN benötigen je 4 Quadrate.

**Gruppengröße:**

3-6 Jugendliche pro Gruppe

**Setting:**

Tisch oder Boden im Kreis

**Dauer:**

Flexibel: Ca. 15 Minuten

**Ziel:**

Die Gruppe schafft es, dass jeder ein Quadrat vor sich liegen hat

**Aufgabenstellung:**

Jeder Jugendliche bekommt 2-4 Papierschnipsel. Das Ziel ist es, dass jeder Jugendliche am Ende ein Quadrat vor sich liegen hat – die Quadrate der Spieler müssen gleich gross sein. Am Anfang sind die Stücke so verteilt, dass niemand mit den ausgeteilten Stücken ein Quadrat bilden kann.

**Regeln:**

Es darf nicht miteinander kommuniziert werden (Verbal oder gestisch/mimisch).

Wenn jemand ein Stück nicht mehr haben möchte, legt er es in die Mitte. Jeder darf Stücke, die in der Mitte liegen zu sich nehmen und für sein Quadrat nutzen. Es dürfen nur Stücke aus der Mitte und nicht von den anderen Spielern genommen werden. Die Stücke dürfen nicht umgedreht werden. Entweder ist bei allen die weisse Seite oben oder die blaue Seite. Wer denkt er hat sein Quadrat gefunden, darf die anderen Teilnehmer beobachten, aber nicht helfen und muss sich weiterhin an die Regeln halten.

**Auswertung:**

Wie ging es euch bei dem Spiel? Was waren Schwierigkeiten?

## 5. Pipeline – Kugelbahn



### Themenbereiche:

- Kommunikation
- Umgehen mit Stress durch eine komplexe Aufgabenstellung
- Rollenverteilung und Absprachen

### Portrait des Lernprojekts:

Anzahl der Akteure:

minimal: 6

optimal: 16

maximal: 30

Zeitbedarf des Lernprojekts ohne Auswertung: 10-25 min.

Räumlichkeiten bzw. Platzbedarf: Seminarraum oder Fläche von mindestens 10 x 8 m, besser mehr

### Detaillierter Ablauf des Lernprojekts:

Die Gruppe hat die Aufgabe eine Kugel von einem Startpunkt zu einem Zielpunkt zu transportieren. Als Hilfsmittel dienen ihr dabei lediglich einige Rinnen sogenannte «Pipelines», die nur nach speziellen Regeln verwendet werden dürfen. Die Gruppe muss sich also selbst organisieren und alle Aufgaben untereinander abstimmen, damit die Aufgabe erfolgreich gelöst werden kann. Flottes Lernprojekt, das viele Themen schnell auf den Punkt bringt und die Gruppe stark aktiviert. Inklusive einer detaillierten Anleitung mit verschiedenen Übungsvarianten und Auswertungsmöglichkeiten.

### Lieferumfang:

6 Halbröhren aus robustem, matt durchscheinendem Kunststoff, 2 Kugeln, 1 detaillierte Anleitung.

## 6. Munterrichtsmethoden Kartenset Teil 1 (22 aktivierende Lehrmethoden)



von Harald Groß

Diese Sammlung enthält handliche Postkarten mit Kurzbeschreibungen der Methoden.

Kartenset 1 mit den Methoden 1 bis 22

Auf jeder Methodenkarte finden Sie übersichtliche Informationen zu Ziel, Einsatzmöglichkeiten, Dauer und Materialbedarf der Methoden. Jede Methode ist kurz beschrieben. Für einen schnellen unkomplizierten Überblick.

Die Karten sind eine prima Ergänzung zum Buch. Mit ihnen können Sie bei der Seminarplanung rasch die passenden Methoden für Ihr Vorhaben finden. Ohne langes Blättern und Suchen! Zu jeder Methodenkarte gibt's – von unserer Grafikerin Marion Kreutter gezeichnet – ein Bild. So macht die Methodensuche noch mehr Spass!

## 7. Munterrichtsmethoden Kartenset Teil 2 (22 aktivierende Lehrmethoden)

von Harald Groß

Diese Sammlung enthält handliche Postkarten mit Kurzbeschreibungen der Methoden.

Kartenset 2 mit den Methoden 23 bis 44

## 8. Stein der Weisen



### Themen & Ziele:

**Kreativität:** Unterstützung beim Brainstorming, neue Perspektiven entwickeln, «aus dem Rahmen denken».

**Coaching:** Reframing von festgefahrenen Überzeugungen, Unterstützung der Aussage «Nichts ist unmöglich, solange ich es erdenken kann».

**(Re-)Aktivierung:** Energizer zum Seminarbeginn, nach der Mittagspause.

### Lernprojekt:

Man erinnere sich daran, wie Paul Watzlawick mit dem «Neun-Punkte-Problem» bereits vor vielen Jahren unsere Kreativareale im Gehirn aktiviert hat. Ganz ähnlich wie dieses unter Experten weltbekannte Gedankenexperiment wirkt auch unser mentaler Grenzerweiterer. Der Stein der Weisen ist ein kleines pfiffiges Lernprojekt, das uns Trainer hervorragend unterstützen kann, die Teilnehmer in einen kreativen Zustand zu versetzen – und dies zusätzlich mit einer haptischen Facette! Wenn Sie kreative Prozesse ankurbeln oder das Denken über den Tellerrand fördern wollen, bewirkt dieser kleine Begleiter wahre Wunder.

### Durchführung:

Jeweils 1–5 Teilnehmern in der Gruppe wird eine Steckplatte mit drei unterschiedlichen Öffnungen gegeben: einem Kreis, einem Quadrat und einem Dreieck. Jetzt lautet die Schlüsselfrage: «Wie genau sieht eine Form aus, die bündig durch alle drei Löcher passt?» Es gilt, wirklich kreativ nachzudenken und eingefahrene Denkbahnen zu verlassen! Nur wenn wir alle zerebralen Kreativareale aktivieren, gelingt es, eine Skizze dieses Körpers zu entwerfen. Besonders gut gefällt uns auch die Variante, den Teilnehmern Kartoffeln und ein kleines Messerchen oder auch Knete (jeweils nicht im Lieferumfang enthalten) zur Verfügung zu stellen. Die Teilnehmer haben dann die Aufgabe, die gesuchte Form mit den eigenen Händen zu kreieren. Am Ende wird das Geheimnis dann mit dem tatsächlichen „Stein der Weisen“ (einer Form aus Holz) aufgelöst.

### Zusatzinformation

**Akteure (min/opt/max):** 1/3/5 pro Steckplatte

**Zeit: (ohne Auswertung):** 10-20 Minuten

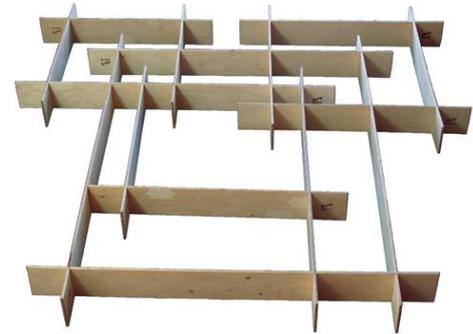
**Platzbedarf:** ein Tisch, um den herum sich die Akteure setzen können

**Lieferumfang:** Steckplatte aus Acrylglas, «Stein der Weisen» aus Holz, detaillierte Anleitung. Lieferung in der Stofftasche.

**Packmass:** 24 x 9 x 5 cm

**Gewicht:** 200g

## 9. HeckMeck - Koordination für Performance



### Koordination für Performance

#### Themen & Ziele:

**Prozessoptimierung, Veränderungsprozesse gestalten:** Sammeln und Einbinden von Optimierungsideen, KVP (Kontinuierlicher Verbesserungsprozess), schrittweises Entwickeln von neuen Abläufen.

**Zusammenarbeit im Team:** Absprachen treffen und verändern, Arbeiten für ein gemeinsames Ziel, Teamkommunikation.

**Führen:** Wirksam und zielorientiert moderieren, motivieren, den Überblick behalten, steuern von Optimierungsprozessen.

#### Lernprojekt.

HeckMeck ist ein fesselndes Lernprojekt für all diejenigen, die sich mit der Koordination von Abläufen und der Veränderung von Strukturen auseinandersetzen. Ebenso lassen sich Themen wie «change management» «Zusammenarbeit im Team» und «Führung» hervorragend damit darstellen.

#### Durchführung.

Ziel der Akteure ist es, aus 15 Elementen ein HeckMeck in möglichst kurzer Zeit zu konstruieren. Beim ersten Aufbau wird die Gruppe noch durch eine grafische Darstellung unterstützt. Im Anschluss wird diese erste Version wieder zerlegt. Danach gilt es, sich so zu koordinieren, dass die Gruppe innerhalb kürzester Zeit die Konstruktion wiederherstellt, diesmal allerdings ohne Anleitung. Diese Herausforderung ist dann zu meistern, wenn die Gruppe ihre eigenen Prozesse optimiert und wirksame Absprachen trifft. Mit optimaler Koordination gelingt dann der Aufbau den besten Teams in weniger als 20 Sekunden!

#### Zusatzinformation

**Akteure (min/opt/max):** 5/15/15

**Zeit: (ohne Auswertung):** 30 - 45 Minuten.

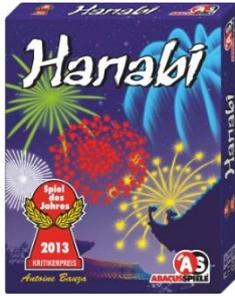
**Platzbedarf:** 5 x 5 m<sup>2</sup>.

**Lieferumfang:** 15 Holzelemente mit unterschiedlichen Einsägungen, 1 Konstruktionsplan, 1 detaillierte Anleitung.

**Packmass:** 120 x 16 x 16 cm.

**Gewicht:** 6kg. Lieferung in einer Transporttasche.

## 10. Hanabi



### Thema:

Hanabi ist ein kooperatives Kartenspiel, das besonders von kommunikativen und deduktiven Spielelementen geprägt ist.

### Material:

- 50 einfarbigen Feuerwerkskarten in den fünf Farben Rot, Gelb, Grün, Blau, Weiß; pro Farbe je 10 Karten mit den Werten 1 bis 5 (3 Einer; je 2 Zweier/Dreier/Vierer; 1 Fünfer)
- 10 zusätzlichen mehrfarbigen Feuerwerkskarten mit denselben Werten; diese werden für das Grundspiel nicht benötigt, erlauben aber fortgeschrittenen Spielern verschiedene Zusatzvarianten
- 8 Hinweisplättchen
- 3 Gewitterplättchen

### Gruppengröße:

für zwei bis fünf Spieler

### Ziel:

Ziel des Spiels ist, dass alle Spieler gemeinsam möglichst viele Karten passend ablegen.

### Aufgabenstellung:

Abhängig von der Spielerzahl erhält jeder Spieler zu Beginn des Spiels vier oder fünf Handkarten (2 oder 3 Spieler: 5; 4 oder 5 Spieler: 4 Karten). Eine Regel besteht darin, dass die Spieler ihre Karten „verkehrt“ herum (mit der Rückseite zum Spieler) halten, sodass jeder nur die Karten seiner Mitspieler sieht, nicht jedoch seine eigenen. Das Spiel wird reihum gespielt. Wer an der Reihe ist, muss sich für eine der drei folgenden Möglichkeiten entscheiden:

1. Man dreht ein Hinweisplättchen um und gibt dann einem Mitspieler einen Hinweis auf die Farbe *oder* auf den Wert von Karten, die er in der Hand hält, indem *alle* Karten einer Farbe oder *alle* Karten eines Werts angetippt werden und dem Mitspieler die Farbe beziehungsweise der Wert dieser Karten genannt wird. Dies erlaubt den Spielern im Laufe des Spiels gewisse Rückschlüsse, welche Karten sinnvoll ausgespielt werden könnten oder welche Karten eventuell nicht mehr brauchbar sind und abgeworfen werden können.
2. Man spielt eine Karte aus, um das Feuerwerk in der Tischmitte entstehen zu lassen. Die Karte passt, wenn mit ihr eine neue Farbreihe angefangen oder eine bestehende erweitert werden kann. Von jeder Farbe gibt es genau eine Farbreihe, die mit einer 1 beginnt. Jede weitere Karte einer Farbreihe muss um genau 1 höher sein. Kein Zahlwert darf doppelt in einer Farbreihe vorkommen. Wenn die ausgespielte Karte nicht passend angelegt werden kann, muss eines der drei Gewitterplättchen umgedreht werden. Wenn alle drei Gewitterplättchen umgedreht sind, ist das Spiel für alle verloren.
3. Man wirft eine Karte offen auf den Ablagestapel ab, wofür die Spielrunde ein Hinweis-Plättchen wieder zurückdrehen kann, sodass ein weiterer Tipp zur Verfügung steht.  
Wenn eine Karte angelegt oder abgeworfen wird, zieht der Spieler jeweils eine andere Karte vom Nachziehstapel nach. Das Spiel ist zu Ende, wenn eine der drei folgenden Situationen eintritt:
  1. Das dritte Gewitterplättchen wird umgedreht. Das Spiel endet sofort, und alle Spieler haben verloren.
  2. Alle Farbreihen sind komplett ausgelegt und die Maximalpunktzahl von 25 ist erreicht worden.
  3. Wenn die letzte Karte vom Nachziehstapel nachgezogen wird, hat jeder Spieler noch einen einzigen weiteren Zug. Anschließend wird das Feuerwerk gewertet. Dabei werden jeweils die höchsten Zahlenwerte der verschiedenen Farbreihen zusammengezählt; die Maximalpunktzahl beträgt 25 (5 Reihen mit Maximalwert 5).

## 11. Diabolos



## 12. Pedalons



## 13. Scherbenteppich



## 14. Fröbelturm



### Aufgabenstellung:

Es werden so viele Bänder in den Teller gefädelt wie Personen mitspielen. Beide Enden eines Bandes haben die gleiche Länge. So kann jede Person zwei Enden halten oder bei mehreren Personen kann jede Person ein Ende halten. Die teilnehmenden Personen bilden einen Kreis und halten an den Bändern den Krahn (die Hängevorrichtung) so straff, dass er in der Mitte über den losen hingelegten Klötzen schwebt.

Nun kommt der spannende Teil: alle gemeinsam müssen den Holzkrahn so bewegen, dass aus den herumliegenden Klötzen ein Turm entsteht. Hierzu muss man die Klötze (falls sie liegen) zunächst mit dem Krahn aufstellen und diese dann mit dem Bügel im Schlitz nach oben ziehen und auf den bereits aufgestellten Klotz stellen.

Eins ist klar: ohne Geduld und kommunikatives Feingefühl geht hier nicht viel. Wie gut, dass man diese Fähigkeiten super mit dem Fröbelturm lernen kann!

### Spielvarianten:

- Nach Aufbau des Turms diesen mit dem Krahn wieder abbauen
- Keiner spricht während des Spiels
- Jemand verbindet sich die Augen
- Jedem Klotz wird (auf einem Krebband geschrieben) ein eigener Wert der Gruppe oder es Unternehmens zugeordnet. Es kann eine Wertepyramide gebaut werden.
- Die Zeit stoppen und seine eigene Zeit oder die eines anderen Teams überbieten.
- In- oder Outdoor

### Gruppengröße:

Bis zu 24 Personen

### Material:

1 Stoffsack, 12 Seile, 1 Teller, 1 Krahn, 6 Klötze