



# Expedition „Rettet Rudi!“

## Abenteuerliche Herausforderungen im Team meistern

### Vorbemerkungen/Ziele

„Rudi ist verschwunden!“

Um ihn zu finden und zurückzuholen, startet die Gruppe gemeinsam auf eine Expedition. Ziel dieser Erlebnis-Pädagogik-Stunde ist es, neben den sozialen Kompetenzen auch das Selbstbewusstsein der Kinder zu stärken.

Im Rahmen von Herausforderungen, die das gesamte Team bewältigen muss, erlebt sich jedes Kind als relevantes Mitglied der Gruppe. Individuell unterschiedliche Fähigkeiten werden vor dem Hintergrund des gemeinsamen Ziels situativ thematisiert und entsprechend der jeweiligen Aufgabe in eigener Verantwortung kreativ zusammengestellt.

In dieser Stunde bieten die Bewegungsaufgaben vielfältige Lösungsmöglichkeiten und damit eine hohe Wahrscheinlichkeit, dass jedes Kind das Gefühl erlebt, etwas geschafft zu haben und zu können.

### Stundenverlauf und Inhalte

#### EINSTIMMUNG (10–15 Minuten)

##### ● Alle für einen

- ⊙ Die Übungsleitung (ÜL) und die Teilnehmer/-innen (TN) versammeln sich zur Begrüßung.

Die ÜL stellt das Thema der Stunde vor.

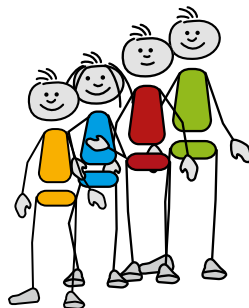
„Rudi ist verschwunden und alle seine Freunde starten eine Expedition, um ihn zu retten.“

##### ● Rudis Retter formieren sich

- ⊙ Die TN bewegen sich frei durch den Raum.

Auf ein Stichwort der ÜL (z.B. Alter, Schuhgröße usw.) finden sich die TN entweder mit gleichem Merkmal zusammen oder sie sortieren sich entsprechend des genannten Kriteriums als Gesamtgruppe und reihen sich auf (z.B. „Das kleinste Teammitglied steht hier!“).

Zwischen den unterschiedlichen Formationen wird kurz besprochen, welche Konsequenz ein Merkmal haben könnte (z.B. Körpergröße = große Reichweite).



### Rahmenbedingungen

#### Pädagogisches Handlungsfeld:

Förderung des Selbstkonzepts/Kinder stark machen

#### Zeit:

60 Minuten

#### Teilnehmer/-innen (TN):

Kinder im Alter von 8–13 Jahre  
(mindestens 10 Teilnehmer/-innen)

#### Material:

Reifen, Matten, Bierdeckel oder Teppichfliesen,  
Tae, Weichbodenmatte, langes Sprungseil,  
Stofftier „Rudi“

#### Ort:

Sporthalle, ggf. mit Materialvariationen Wiese und Wald

### Absichten und Hinweise

#### ⊙ Begrüßung

Das Gruppenklima und die Lust, gemeinsam etwas zu tun, werden angeregt.

#### ⊙ Förderung der zielgerichteten Kommunikation, wertfreie Bewusstmachung unterschiedlicher Merkmale

- ✔ Über die Auswahl der Stichworte kann die ÜL das Spiel steuern. Je konkreter die Merkmale, desto einfacher ist die Abstimmung untereinander.

- ✔ Die ÜL sollte darauf achten, die Besprechung sachbezogen und möglichst wertfrei zu halten.

NRW bewegt  
seine KINDER!

03.2017

## Stundenverlauf und Inhalte

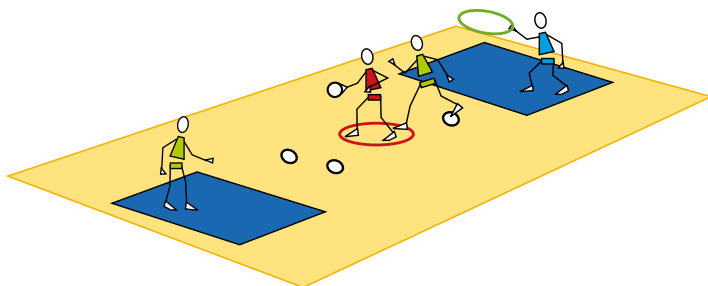
### SCHWERPUNKT (20 Minuten)

- **Auf geht's!**
- ⊙ Die TN stellen sich in zwei Reihen gegenüber auf (Gassenaufstellung). Dabei sind sie so weit voneinander entfernt, dass die Unterarme der gegenüberstehenden TN wie ein Reißverschluss ineinandergreifen.

Ein/eine TN hat die Aufgabe, in selbstgewählter Geschwindigkeit durch die Gasse zu laufen. Erst im letzten Moment öffnen sich die Arme der TN in der Gasse nach unten (für die Mutigen nach oben).

### ● Flussüberquerung

- ⊙ Im Raum wird durch zwei Matten (= Ufer) ein „Fluss“ markiert. Auf der einen Seite befindet sich das Team mit zwei Reifen (= Flößen) und einigen Bierdeckeln oder Teppichfliesen (= Trittbretter).



„Das Expeditionsteam ist an einem reißenden Fluss angelangt.“

Mit Hilfe von zwei „Flößen“ sollen alle TN des Teams von der einen Seite auf die andere Seite des „Flusses“ gelangen. Zur Hilfe haben die Teams zusätzlich „Trittbretter“, welche die Fläche des „Floßes“ erweitern können. Werden die „Trittbretter“ jedoch nicht berührt, treiben sie im „Fluss“ davon (die ÜL entfernt sie).

Wenn jemand in den „Fluss“ fällt, muss er gerettet werden (= Neustart mit dem ganzen Team).

Wer mit einem Bein aus dem Reifen tritt, darf nur noch auf einem Bein weiterspielen.

### ● Über den Abgrund

- ⊙ Eine Weichbodenmatte wird auf der einen Seite der herausgezogenen und gesicherten Taut hingelegt. Auf der anderen Seite der Taut werden Reifen ausgelegt.



„Die Expeditionsteilnehmer/-innen sind im Dschungel angekommen.“

Im Dschungel angelangt müssen die TN mit Hilfe einer Liane (= Tau) von einem Felsvorsprung (= Weichbodenmatte) zum einem sicheren Platz (= Reifen) schwingen.

Sofern ein/eine TN dies nicht schafft, muss das gesamte Team von vorne beginnen.

## Absichten und Hinweise

**Autorin:**  
Annika  
Gorochow

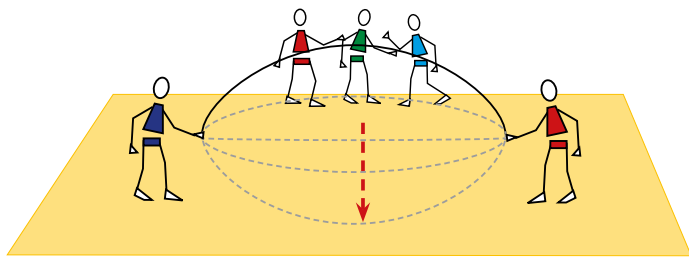
- ⊙ Überwindung von Ängsten, Einschätzung der eigenen Geschwindigkeit
- ✔ Die gleichzeitige Konzentration der Gruppe ist wichtig! Ggf. gibt die ÜL oder ein/eine TN ein Kommando.
- ✔ Zur Motivation kann am Ende der Gasse ein „High Five“ angeboten werden.
- ⊙ Verbesserung der zielorientierten Handlung und Problemlösefähigkeit, Kooperation
- ✔ Der Schwierigkeitsgrad kann durch folgende Aspekte verändert werden:
  - Die Distanz, die zu überwinden ist
  - Die Anzahl der Reifen im Verhältnis zur Teamgröße
  - Eine Zeitbegrenzung
- ✔ Variation:
  - Zusatzaufgaben zum Gewinnen von „Trittbrettern“
- ⊙ Verbesserung der Kommunikation und Zusammenarbeit, Einschätzen der eigenen Fähigkeiten
- ✔ Die Reifen werden in unterschiedlichen Entfernungen ausgelegt (Differenzierung).



**Illustratorin:**  
Claudia Richter

## Stundenverlauf und Inhalte

- **Stargate**
- ⊙ Ein langes Sprungseil wird von der ÜL und einer/einem TN geschwungen.



„Die Expeditionsteilnehmer/-innen haben gehört, dass sie nach erfolgreicher Passage des Stargates direkt bei Rudi ankommen.“

Die TN müssen das schwingende Seil in unterschiedlicher Weise durchlaufen. Bei Berührung muss die/der TN bzw. die Gruppe erneut starten.

- **Level 1:** Das Seil schwingt auf die Gruppe zu. Jede/jeder TN darf einzeln laufen.
- **Level 2:** Drei TN müssen zusammen gemeinsam durch das „Tor“ laufen.
- **Level 3:** Die Gruppe muss das „Tor“ gemeinsam durchlaufen.
- **Level 4:** Alle TN durchlaufen das „Tor“ ohne Pause hintereinander und es darf kein Leerschlag entstehen. Beim Durchlaufen muss der Name des/der nächsten TN gerufen werden.

## SCHWERPUNKTABSCHLUSS (15–20 Minuten)

- **Wo ist Rudi?**
- ⊙ Die ÜL und die TN stehen sich in großem Abstand gegenüber. Die ÜL legt ein Stofftier (= Rudi) vor sich hin.

Die ÜL dreht sich zu Beginn des Spiels um und ruft: „Wo ist mein Freund Rudi?“

Während der Dauer dieser Frage darf die Gruppe näherkommen, mit dem Ziel „Rudi“ zu retten und ihn auf ihre Seite zu bringen.

Ist die Frage beendet, dreht sich die ÜL wieder zu den TN um. Sieht sie dann eine/einen TN in Bewegung, muss diese/dieser zurück an die Startposition.

Ab dem Zeitpunkt, wo Rudi „gestohlen“ worden ist, hat die ÜL jeweils die Möglichkeit, zu raten, wer ihn bei sich trägt. Rät die ÜL richtig, erfolgt ein Neustart. Hat das Team ihn erfolgreich auf die eigene Seite gebracht, ist Rudi „gerettet“.

## AUSKLANG (5 Minuten)

- **Lasst uns die Rettung von Rudi feiern!**
- ⊙ Die ÜL und TN versammeln sich, um die Stunde zu reflektieren.

Mögliche Reflexionsfragen

- „Über welchen Erfolg hast du dich heute besonders gefreut?“
- „Hast du dich in deinem Team wohl gefühlt?“
- „Würdest du nochmals so vorgehen?“

Jede/jeder TN hat individuell dazu beigetragen, „Rudi“ zu retten und die Gruppe feiert gemeinsam Rudis Rettung.

## Absichten und Hinweise

- ⊙ Überwindung, Körper- und Zeitwahrnehmung, Reaktionsfähigkeit, Kooperation
- ✔ Die ÜL kann die Anforderungen der Level dem Leistungsstand der Gruppe anpassen.

- ⊙ Kommunikationsfähigkeit, Entwickeln einer Strategie, Koordination, Zeiteinschätzung
- ✔ Bei Bewegungs-Stopp darf nur eine/ein TN „Rudi“ bei sich tragen

- ⊙ Persönliche Erfolgserlebnisse, die einzelne Befindlichkeit und die Teamarbeit werden reflektiert.

