



Stundenbeispiel Erwachsene

Spiele zum Kennenlernen in größeren Gruppen

„Eisbrecher“ zum Kennenlernen in Ferienfreizeiten

Vorbemerkungen/Ziele

In einer Ferienfreizeit, z. B. für Familien, ist es besonders wichtig, eine Atmosphäre zu schaffen, in der sich alle Teilnehmer*innen schnell wohlfühlen und Vertrauen zueinander aufbauen können.

Durch gezielte „Eisbrecher-Aktivitäten“, Kennenlern- und Vertrauensspiele kann sich eine positive Gruppendynamik entwickeln. Dabei stehen der gemeinsame Spaß und das Miteinander-in-Kontakt-Kommen im Vordergrund. Dieses Stundenbeispiel bietet einen bunten Mix an Spielen für solche Gelegenheiten. Die vorgestellten Spiele sind ohne aufwendigen Materialeinsatz und mit einfachen Regeln schnell umsetzbar und differenzierbar. Auch eignen sich diese Spiele zum „Warm-Up“ als Einstieg zu Beginn jeder anderen Bewegungsstunde oder bei Vereinsaktionen.

Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG (15 Minuten)

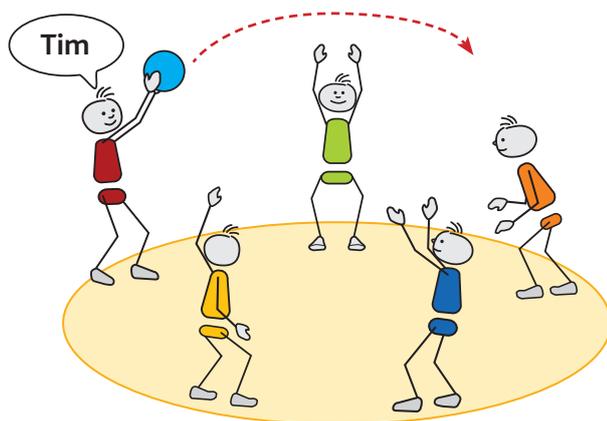
- Begrüßung und Einstieg in die Stunde
- Die Übungsleitung (ÜL) steht vor den Teilnehmer*innen (TN).

Die ÜL begrüßt alle TN und gibt einen Ausblick auf die Spiele der Stunde.

● Namensball

- Alle TN stehen in einem großen Innenstirnkreis. Die ÜL gibt einen Ball ins Spiel.

Der Ball wird von TN zu TN geworfen. Die Person, die den Ball fängt, ruft laut den eigenen Namen und wirft den Ball zum bzw. zur nächsten TN. Wenn jede*r TN den Ball einmal hatte, kann eine neue Runde gespielt werden.



Rahmenbedingungen

Zeit:

60–90 Minuten

Teilnehmer*innen (TN):

10–30 ab einem Alter von 6 Jahren

Material:

Je nach Gruppengröße:

Langbänke, weiche Bälle zum Werfen

Ort:

Großer Raum, Turn-/Sporthalle, Sportplatz, Grünfläche, Fußballfeld

Absichten und Hinweise

- ◎ Begrüßung und Einleitung der Stunde

- ◎ Kennenlernen der Namen, Namensspiel

▽ Spielvariationen:

- Ein weiterer Ball bzw. mehrere Bälle werden ins Spiel gebracht.
- Das Ballzuspiel kann kreuz und quer erfolgen.
- Die verwerfende Person ruft den Namen der Fängerin bzw. des Fängers, wenn dieser nach einigen Spielrunden bekannt ist.

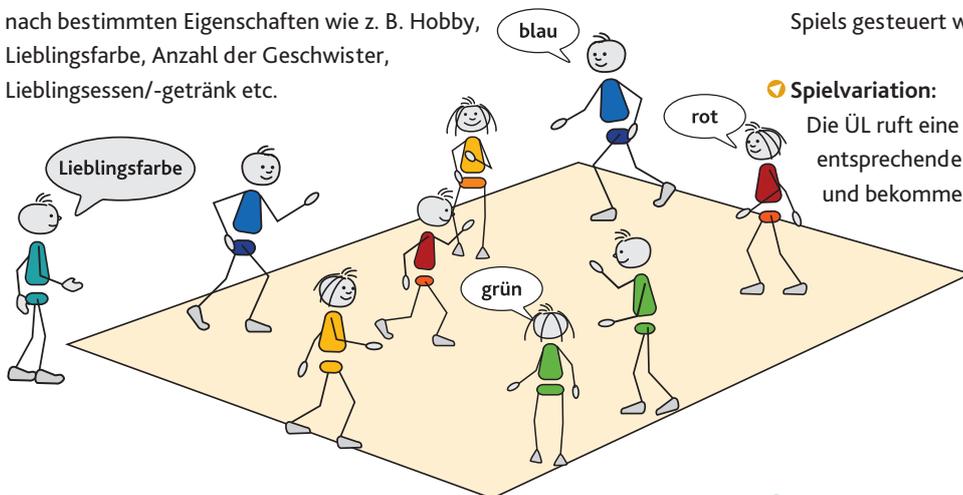
Stundenverlauf und Inhalte

SCHWERPUNKT (20–30 Minuten)

● Atomspiel

- Alle TN bewegen sich (als freie Atome) im Raum kreuz und quer umher.

Auf Zuruf der ÜL bilden die TN „Atomgruppen“ nach bestimmten Eigenschaften wie z. B. Hobby, Lieblingsfarbe, Anzahl der Geschwister, Lieblingsessen/-getränk etc.



● Evolution

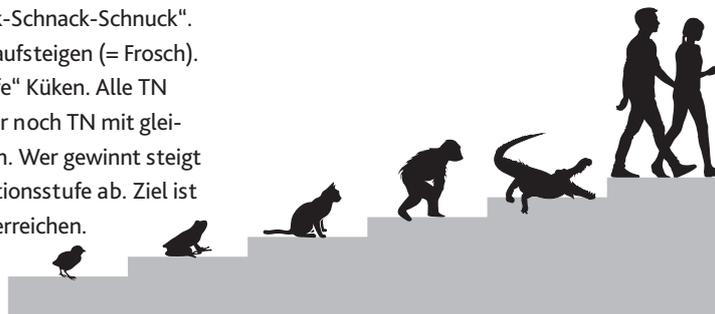
- Die TN und ÜL sitzen in einem Innenstirnkreis.

Die ÜL erläutert den TN die „Evolutionstufen“ des Spiels. Anschließend werden sie gemeinsam ausprobiert.

Die sechs „Evolutionstufen“:

- Stufe 1: Küken = Piepsen und gackern sowie sich klein machen und mit den Armen wedeln
- Stufe 2: Frosch = Quaken und umher hüpfen
- Stufe 3: Katze = Miauen und umher krabbeln
- Stufe 4: Affe = „Whowho“ (Affengeräusche) und auf die Brust klopfen
- Stufe 5: Krokodil = Schnappen und mit den Armen ein großes Maul imitieren, das auf und zu geht
- Stufe 6: Mensch = aufrecht stehen und gehen

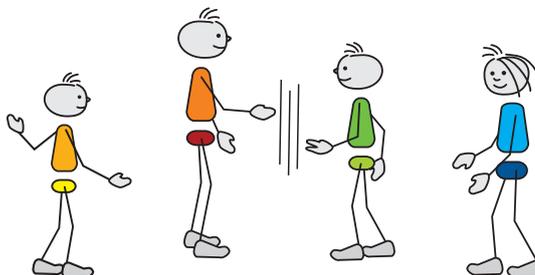
Zu Beginn des Spiels bewegen sich alle TN frei kreuz und quer umher und imitieren die erste „Evolutionstufe“ = Küken. Danach finden sich die TN in Paaren zusammen und spielen gegeneinander „Schnick-Schnack-Schnuck“. Der bzw. die Gewinner*in darf eine „Evolutionstufe“ aufsteigen (= Frosch). Der bzw. die Verlierer*in bleibt auf der „Evolutionstufe“ Küken. Alle TN bewegen sich wieder frei umher und ab jetzt dürfen nur noch TN mit gleicher „Evolutionstufe“ gegeneinander in Paaren spielen. Wer gewinnt steigt eine Evolutionstufe auf, wer verliert steigt eine Evolutionstufe ab. Ziel ist es die „Evolutionstufe“ Mensch möglichst schnell zu erreichen. Das Spiel geht solange, bis der bzw. die erste TN die Evolutionstufe „Mensch“ erreicht hat.



● Fan „Schnick-Schnack-Schnuck“

- Die TN bilden Paare.

Immer zwei TN spielen „Schnick-Schnack-Schnuck“ bzw. „Schere-Stein-Papier“ gegeneinander. Die Verlierer*innen aus dem Paar-Duell werden zu applaudierenden Fans. Die Gewinner*innen spielen erneut ein „Schnick-Schnack-Schnuck“-Paar-Duell. Es wird so lange gespielt, bis die ganze Gruppe zwei TN anfeuert, die im großen Finale gegeneinander antreten.



Absichten und Hinweise

- ◎ Kennenlernen, miteinander in Kontakt treten

- ✔ Durch Musikeinsatz kann die Dynamik des Spiels gesteuert werden.

✔ Spielvariation:

Die ÜL ruft eine Zahl und die TN finden sich in entsprechender Gruppengröße zusammen und bekommen eine gemeinsame Aufgabe.

- ◎ Auflockerung der Gruppenstruktur, miteinander in Kontakt kommen

- ✔ Je nach Zusammensetzung der Gesamtgruppe bzgl. der Altersstruktur können die Evolutionstufen angepasst werden.

- ✔ Die Gruppe kann auch eigene „Evolutionstufen“ entwickeln und simulieren.

✔ Spielvariation:

Der bzw. die TN, der bzw. die die Evolutionstufe „Mensch“ erreicht hat, darf weiterspielen und kann ggf. wieder absteigen.

- ✔ Das Spiel „Schnick-Schnack-Schnuck“ ist auch unter dem Namen „Schere-Stein-Papier“ bekannt.

- ◎ Auflockerung der Gruppenstruktur, Anregung der Gruppendynamik

Autorin:
Mara Lembcke

Praktisch für die Praxis

Illustratorin:
Claudia Richter

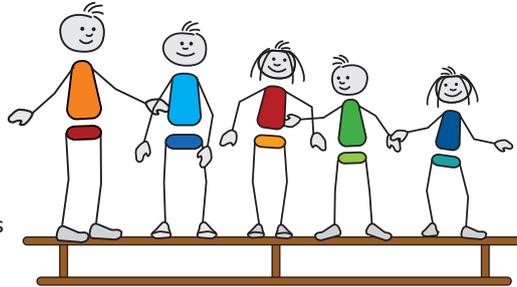
Stundenverlauf und Inhalte

● Sortieren auf Bänken

- ☉ Gemeinsam werden Langbänke (1 Langbank für 8-10 TN) mit ausreichend Abstand zueinander aufgestellt und die TN verteilen sich auf die Langbänke.

Die TN stellen sich in einer Reihe auf die Langbank.

Dann sollen sich die TN nach bestimmten Kriterien, z. B. Körpergröße, Alter, Schuhgröße, erster Buchstabe des Vornamens oder Nachnamens usw., auf der Langbank ordnen, ohne dass jemand von der Bank fällt.



SCHWERPUNKTABSCHLUSS (15 Minuten)

● Zipp und Zapp

- ☉ Alle TN stehen in einem großen Innenstirnkreis. Die ÜL steht mit einem Ball in der Kreismitte.

Die ÜL spielt den Ball zu einem bzw. einer beliebigen TN und ruft ein Kommando.

- Kommando „Zipp“: Die angespielte Person nennt den Namen der rechts von ihr stehenden Person.
- Kommando „Zapp“: Die angespielte Person nennt den Namen der links von ihr stehenden Person.
- Kommando „Zipp-Zapp“: Alle TN tauschen die Plätze.

AUSKLANG (10–15 Minuten)

● Ich packe meinen Koffer ...

- ☉ Alle TN sitzen in einem Innenstirnkreis.

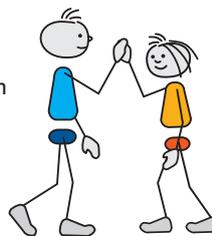
Ein*e TN beginnt und stellt sich mit seinem bzw. ihrem Namen und einem Adjektiv, das mit dem Anfangsbuchstaben des Namens beginnt, vor (z. B. lachende Lisa). Nun ist der bzw. die nächste TN an der Reihe. Dabei gilt das Prinzip von „Ich packe meinen Koffer“. Das heißt, jede*r TN muss zuerst alle bisher genannten Namen und Adjektive wiederholen und fügt am Ende die eigene Vorstellung an.

● Abklatschen

- ☉ Die TN bilden einen Außenstirnkreis.

Der bzw. die erste TN geht außen um den Kreis herum und klatscht jede*n TN ab und nennt deren bzw. dessen Namen.

Alle anderen TN folgen dem bzw. der ersten TN, bis jede*r TN jede*n Mitspieler*in abgeklatscht hat.



● Jubelrunde

- ☉ Die TN bilden einen Innenstirnkreis.

Alle TN strecken ihre Arme nach vorne unten und führen sie dann schwingvoll zeitgleich in die Luft nach oben. Dabei jubeln sie gemeinsam und feiern sich als Gruppe.

Absichten und Hinweise

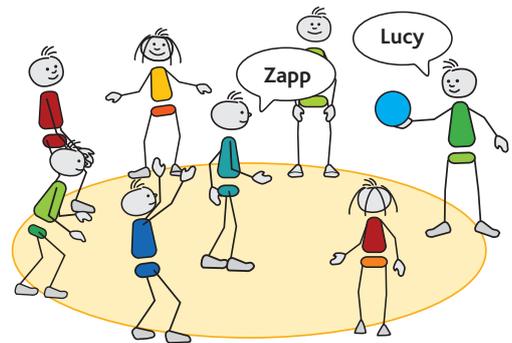
- ☉ Körperkontakt anbahnen, Vertrauen aufbauen

☑ Spielvariationen:

- Die Kommunikation darf nur nonverbal erfolgen.
- Die Anzahl der Bänke wird reduziert, so dass mehr TN auf einer Langbank stehen.
- Als Teamwettkampf: Die Langbank-Teams spielen gegeneinander. Welches Team kann sich schneller sortieren?

- ☉ Namensspiel, Spiel zur Förderung der Reaktionsfähigkeit

- ☑ Es kann sich auch ein*e TN in die Kreismitte stellen und die Kommandos rufen.



- ☉ Namensspiel

☑ Spielvariationen:

- Der Name wird mit einer Bewegung verbunden.
- Statt eines Adjektivs können auch ein Essen, Tier oder eine Farbe mit dem gleichen Anfangsbuchstaben genannt werden.

- ☉ Stärkung des Gemeinschaftsgefühls

- ☑ Die TN können beim Abklatschen nicht nur den Namen, sondern auch noch etwas Positives sagen.

- ☉ Stärkung des Gemeinschaftsgefühls

☑ Spielvariation:

Die Gruppe überlegt sich einen gemeinsamen „Schlachtruf“, der dann immer zum Abschluss einer Einheit gemeinsam gerufen wird.