

Spielideen zur Gruppendynamik und Erlebnispädagogik

Gemeinsamer Beginn und Einteilen von Gruppen

Einen Kreis in 10 Sekunden

- Der Gruppenleiter läuft an die Stelle wo er den Kreis haben möchte und ruft dabei laut und deutlich „Einen Kreis in 10 Sekunden“ und zählt von 10 abwärts bis 0. Hat die Gruppe es nicht geschafft in diesen 10 Sekunden einen Kreis zu bilden, läuft der Gruppenleiter an eine andere Stelle und probiert es noch einmal. Dies geht so lange, bis es die Gruppe gemeinsam geschafft hat einen Kreis in 10 Sekunden zu bilden.

Gemeinsamer Kreis

- Material: Statikseil (Kletterseil)
- Alle stehen in einem Kreis und fassen das Seil an.
- Gute Möglichkeit um etwas zu besprechen, da alle am Seil festhalten, somit hat jeder etwas in der Hand und man kann sich so besser auf das Gesprochene konzentrieren.

Gruppeneinteilungsmethoden

- Abzählen, je nach Anzahl der Gruppen bis zum Beispiel 4. Alle Zahlen finden sich zusammen und bilden so eine Gruppe.
- Alle stellen sich der Größe oder ähnlichem auf. Wenn die Anzahl der Gruppenmitglieder 4 betragen soll, trennt der Spielleiter immer nach 4 Personen die Gesamtgruppe oder aber es wird auch hier immer bis 4 gezählt.
- Die Gruppe teilt sich selber in Kleingruppen ein.
- Das „Meier-Spiel“: Es gibt verschiedene Familiennamen, Meier, Geier, Leier, Heier usw. Zu der Familie gehören Vater, Mutter, Sohn und Tochter. Jeder Mitspieler bekommt jeweils einen Zettel auf dem z.B. Mutter Meier steht. Die Familien müssen sich zusammen finden, in dem sie durch den Raum laufen und sich die Namen zurufen. Sind die Familien gefunden, müssen sie sich in der Reihenfolge Vater, Mutter, Sohn, Tochter aufstellen oder übereinander setzen.
- Internetlink hierzu am Ende des Skriptes.

Spiele mit dem Seil

Seilspringen in verschiedenen Varianten

- Als Seil wird am besten ein Kletterseil genommen, es sollte eine Länge von 8-10 Metern haben.
- 1. Variante: 2 Spielleiter schwingen das Seil. *Das gemeinsame Seilschwingen erfordert Übung – probiert es vorher aus.*
Die Gruppe hat verschiedene Aufgaben die sie bewältigen müssen um auf die andere Seite des Seiles zu kommen. Dies muss jedoch passieren, ohne dass

jemand das Seil berührt. Wenn doch ein Teilnehmer das Seil berührt, muss die gesamte Gruppe wieder von vorne beginnen.

Die Aufgaben könnten sein:

- Die Gruppe muss einzeln, nacheinander auf die andere Seite
 - Die Gruppe muss einzeln, direkt, nacheinander auf die andere Seite (heißt es darf keine Pause zwischen den einzelnen Teilnehmern entstehen)
 - Erst die Jungen, dann die Mädchen müssen auf die andere Seite kommen
 - Erst die eine Hälfte, dann die andere Hälfte der Gruppe muss auf die andere Seite kommen
 - Die Gesamtgruppe muss auf einmal auf die andere Seite kommen
- Hier können natürlich auch eigene Varianten gefunden werden.
 - Wichtig ist bei diesem Spiel, dass die Gruppe miteinander ins Gespräch kommt, sodass verschiedene Möglichkeiten entwickelt werden, wie die Aufgaben bewältigt werden können.
 - Der Gruppenleiter hat hier die Aufgabe Vermittler zu sein und die Gruppe eine eigene Lösung zu finden und sollte am Anfang erst keinen Lösungsvorschlag mit einbringen. Er sollte auch eine Diskussion anregen können.
 - Sicherheitshinweise: Wenn der Gruppenleiter merkt, dass jemand stolpert bzw. im Seil hängen bleibt, sofort das Seil los lassen und auf den Boden fallen lassen. Zudem muss die Geschwindigkeit aufeinander abgestimmt sein, gemeinsames einschwingen ist erforderlich.
 - Tipp: Als Gruppenleiter muss man bei diesem Spiel auch mal mogeln. Das bedeutet, die Gruppe muss Erfolgserlebnisse haben. Wenn die Gruppe es schon 2 – 3 Mal nicht geschafft hat, einfach das Seil langsamer schwingen bei der Person wo es schwierig ist. Der Gruppenleiter muss die Gruppe im Blick haben und schauen wann er auch mal etwas mogeln kann um die Spiellust der Gruppe nicht zu verlieren.

Seilspiel Hullahub

- Material: Statikseil (Kletterseil), 2 – 3 Hullahubreifen
- Die Gruppe steht in einem Kreis und hält beide Hände am Seil fest.
- Nun werden auf das Seil ein erster Reifen „gespannt“. Die Gruppe hat nun die Aufgabe den Reifen einmal rundherum laufen zu lassen, jedoch müssen die Hände immer am Seil bleiben. *(Die Einzelnen Teilnehmer müssen durch den Reifen durchsteigen).*
- Wenn die Gruppe ein Gefühl dafür bekommen hat, wie sie durch den Reifen durchsteigen müssen kann ein zweiter Reifen mit ins Spiel gebracht werden.
- Die Aufgabe ist es nun, nachdem der erste Reifen ein Stück „gewandert“ ist, mit einem zweiten Reifen den Ersten einzuholen.
- So kommt Schnelligkeit ins Spiel – *der Gruppenleiter muss möglicherweise hier motivierend wirken und die Gruppe anspornen!*
- Es kann auch möglicherweise noch ein dritter Reifen mit ins Spiel gebracht werden. Je mehr Reifen umso chaotischer wird das Spiel.
- Tipp: Die Gruppe kann in soweit mithelfen, dass der Reifen schneller wird, in dem sie das Seil hoch- bzw. runter hält.

Vertrauensübungen mit dem Seil

1. Übung

- Alle halten an dem Seil fest und stehen dabei in einem Kreis.
- Der Abstand zwischen den Teilnehmern sollte in etwa gleich sein.
- Dann hat die Gruppe die Aufgabe sich entspannt nach hinten zu lehnen. Wichtig ist hierbei, dass alle mit beiden Händen an dem Seil festhalten.
- Es darf nicht am Seil gezogen werden, die Teilnehmer sollten ganz entspannt nach hinten gelehnt sein, so entsteht ein Gefühl sich auf die Verlassen zu können.
- Wenn die Übung zum Ende kommen soll, langsam wieder das Seil entspannen.

2. Übung

- Die Gruppe steht in einem Kreis und hält am Seil fest.
- Sie wird in 1er und 2er Gruppen aufgeteilt.
- Die 1er Gruppe bleibt außen am Seil stehen, die 2er Gruppe stellt sich in den Kreis. Mit dem Rücken jedoch zum Seil.
- Das Seil wird nur von der außen stehenden Gruppe angefasst und gespannt.
- Die innen stehende Gruppe, greift nun nach hinten und hält das Seil mit beiden Händen fest.
- Die 1er Gruppe legt sich nach hinten in das Seil und hält somit die Spannung.
- Die 2er Gruppe lässt sich nach vorne fallen, lässt das Seil jedoch nie los!
- Bei diesem Spiel ist viel Vertrauen gefragt. Wichtig ist auch, dass dieses Spiel am besten auf einer Wiese gespielt wird, falls es doch dazu kommen sollte, dass ein Teilnehmer fällt.

Seilkreisspiel

- Die Gruppe stellt sich in einen Kreis auf und hält jeweils mit beiden Händen das Seil fest.
- Ein Freiwilliger stellt sich in die Mitte und muss versuchen einen Mitspieler auf die Hand „zu hauen“.
- Die Mitspieler die das Seil festhalten, dürfen dieses loslassen, jedoch darf das Seil nie auf die Erde kommen.
- Wenn der Spieler in der Mitte es geschafft hat eine Hand zu treffen, ist derjenige an der Reihe.
- Wenn das Seil auf den Boden fällt, muss geguckt werden, bei wem dies passiert ist und der rechte Nachbar von der Person muss in die Mitte.

Vertrauensspiele

Spiegelfliesenspiel

- Jeder Teilnehmer bekommt eine Spiegelfliese, diese muss er sich unter die Nase halten und durch den Wald oder einen anderen Ort laufen. Dabei soll der Teilnehmer in die Spiegelfliese gucken.
- Dabei wird die Welt auf den Kopf gestellt und man bekommt das Gefühl auf dem Himmel zu laufen und erlebt die Welt einmal andersherum.

Blind durchs Labyrinth

- Material: Rundhölzer, Holzpflocke, Augenbinden
- Auf einer abgeteilten Fläche wird auf jeweils zwei Holzpflocken ein Rundholz gelegt. Dies ist das so genannte Hindernis für dieses Spiel.
- Je nach Fläche werden mehrere von diesen Hindernissen gelegt. Und in der Reihenfolge, wie es dem Gruppenleiter gefällt.
- Es werden zwei 2er Teams gebildet, die eine Aufgabe bekommen. Einer von ihnen bekommt eine Augenbinde umgebunden.
- Die Teilnehmer mit den verbundenen Augen stehen auf der einen Seite des „Labyrinths“ die beiden Anderen auf der anderen Seite.
- Nun müssen die Teilnehmer mit den verbundenen Augen auf die andere Seite kommen, bekommen aber von ihrem Partner Hilfestellungen wo sie langgehen müssen.
- Sie dürfen die Hölzer nicht berühren.
- Wenn der Weg bestritten wurde, können die Gruppen getauscht werden.
- Sicherheitshinweis: Wichtig ist hierbei, dass der Rest der Gruppe leise ist, damit sich die Läufer konzentrieren können.

Rundholzleiter (erst ab ca. 12 Jahre)

- Material: Rundhölzer (Anzahl pro 2 Teilnehmer ein Rundholz, bei mehr Teilnehmern steht weiter unten eine Variante)
- Sicherheitshinweise sind bei diesem Spiel **unbedingt** zu beachten und stehen direkt bei der jeweiligen Erklärung bei!
- Die Gruppe tut sich in zweier Teams zusammen. Wichtig ist es hier bei, dass die Teams in etwa die gleiche Körpergröße haben.
- Sind die Teams gebildet, bekommt jedes Team ein Rundholz und stellt sich der Reihe nach hintereinander auf, sodass eine „Rundholzleiter“ gebildet wird.
- Wichtig: Die Rundhölzer müssen mit beiden Händen festgehalten werden. Des Weiteren müssen die Teilnehmer im Ausfallschritt stehen. Auf dem weiter vorne gestelltem Bein muss das Rundholz auf dem Oberschenkel etwas aufliegen, sodass es stabiler ist.
- Nun kann ein freiwilliger Teilnehmer am Anfang der Leiter auf das erste Rundholz steigen und über die Hölzer bis ans Ende der Leiter laufen.
- Wichtig: Derjenige der über die Hölzer läuft, darf sie nur an den Schultern der anderen Teilnehmern festhalten, nie auf die Köpfe fassen! Verletzungsgefahr viel zu groß! Zudem ist es wichtig, dass kein Teilnehmer gezwungen wird über die Hölzer zu gehen, man kann zwar versuchen etwas zu motivieren, jedoch nie zwingen!
- Bei Gruppen wo es möglicherweise einige kleinere, zierliche Teilnehmer gibt ist es wichtig, dass neben ihnen mindestens ein etwas größerer, kräftigerer Teilnehmer steht um möglicherweise mit festzuhalten. Dies sollte auch ehrlich so mit der Gruppe besprochen werden, damit sie wissen wie wichtig hierbei die Sicherheit ist.
- Bei Gruppen wo die Rundhölzer nicht ausreichen, können die ersten nachdem der Teilnehmer über das Holz gelaufen ist, nach hinten laufen und dem Team ohne Holz ihr Holz überreichen, damit die Leiter länger wird.

Gruppendynamik

Der Vertrag

- Die Gruppe wird in Kleingruppen aufgeteilt und hat die Aufgabe Erwartungen und Wünsche an die Gruppe aufzuschreiben. Diese Erwartungen werden gesammelt und zu einem Vertrag aufgestellt. Dieser Vertrag bleibt sichtbar hängen und muss von den Gruppenmitgliedern abgestimmt werden. Durch Handzeichen, Unterschrift etc.
- Dieser Vertrag kann auf Freizeiten oder auch in Kinder- oder Jugendgruppen erarbeitet werden.
- Auf einer Freizeit ist es wichtig, diesen Vertrag am Anfang zu erarbeiten, also am 1. oder 2. Tag.
- In einer Kinder- oder Jugendgruppe ist es auch später möglich, vielleicht wenn es Konflikte gab und man sich gemeinsam auf neue „Regeln“ festlegen möchte.

Zombieball

- Zombieball ist ein Lauf- und Werfspiel.
- Das Spielfeld wird begrenzt, durch Hütchen oder ähnliches.
- Zu Beginn des Spiels wird ein „Jäger“ bestimmt. Dieser hat nun die Aufgabe die Mitspieler abzuwerfen. Verliert er den Ball, kann aber auch jeder weitere Mitspieler den Ball nehmen und jemanden abwerfen. Es gibt nur zu Beginn einen ersten „Jäger“.
- Die Personen die abgeworfen sind, hocken sich auf die Erde an einer ausgemachten Seite, stellen sich auf eine Bank o.ä. und können „befreit“ werden, wenn die Person die sie abgeworfen hat, auch abgeworfen wurde.
- Wichtig ist, dass jeder „Jäger“ mit dem Ball nur drei Schritte gehen darf und dann jemanden abwerfen muss.
- Dadurch, dass immer wieder Mitspieler abgeworfen werden und andere so befreit werden, ist dies ein schnelles Spiel, was zum Beispiel zum Aufwärmen genutzt werden kann.

Variante: Bei vielen Mitspielern kann auch ein zweiter Ball mit ins Spiel gegeben werden.

Alaska Rugby

- Die Gesamtgruppe wird in 2 Gruppen aufgeteilt (mehr in Gruppeneinteilungsmethoden). Es gibt eine Werfergruppe und einer Fängergruppe. Als Wurfgegenstand wird ein Huhn genommen, welches ein Geräusch macht (im Tierhandel erhältlich).
- Spielablauf: Die Werfergruppe hat die Aufgabe das Huhn wegzuwerfen. Die Fängergruppe muss dieses „fangen“.
- Das Spielfeld hat keine Begrenzung, eignen tut sich dafür eine große Wiese, kann aber auch drinnen gespielt werden.
- Da das Spielfeld keine Begrenzung hat, ist es egal, wo die Werfergruppe das Huhn hinwirft.
- Die Fängergruppe hat folgende Aufgabe: Sie müssen das Huhn „fangen“ und sich dann schnell in eine Reihe stellen, der erste muss das Huhn von vorne

nach hinten zwischen den Beinen durchgeben und der letzte muss mit dem Huhn nach vorne rennen und das Huhn auf den Boden werfen und „STOP“ rufen.

- In der Zeit hat die Werfergruppe die Aufgabe sich als Gruppe zusammenzustellen und der Werfer muss um die Gruppe Runden laufen. Die Runden werden von einem Spielleiter gezählt. Der Werfer läuft so lange um die Gruppe, bis die andere Gruppe „STOP“ gerufen hat.
- Ist dies geschehen, wechseln die Gruppen und die Werfer werden zu Fängern und umgekehrt.
- Das Spiel kann beliebig lang gespielt werden. Am besten ist, wenn der Spielleiter die letzte Runde vorher bekannt gibt.
- Die Gruppe die am Ende die meisten Runden gelaufen hat, hat gewonnen.

Aufstellen ohne Reden

- Die Gruppe hat die Aufgabe sich nach verschiedenen Kriterien ohne Reden aufzustellen. Der Gruppenleiter gibt an wo zum Beispiel A und wo Z stehen muss oder wo die niedrigste Zahl und die höchste Zahl stehen. Kriterien können sein:
- Größe, Alter, Vorname, Stadt, Lieblingsland, Geburtstag etc.
- Wichtig ist, dass beim Namen, Stadt, Land etc. auch beachtet wird, dass bei gleichen Buchstaben die weiter folgenden Buchstaben beachtet werden.

Sumpfspiel (draußen & drinnen)

- Material: Teppichfliesen (Anzahl mindestens eine Fliese weniger als Anzahl der Spieler), Seile, Augenbinden
- Die Teilnehmer befinden sich auf dem Festland (abgeteilt durch ein Seil) und wollen auf eine Insel die weiter entfernt liegt (auch gekennzeichnet durch ein Seil). Bei genügend Zeit können die Teilnehmer auch noch von der Insel in eine weitere Stadt (wieder gekennzeichnet durch ein Seil).
- Jedoch kann die Gruppe nicht einfach über die Wiese auf die Insel. Sie müssen durch den Sumpf, der voll mit Krokodilen und Sogen ist.
- Je nach Gruppenstärke werden Platten ausgehändigt. Die Plattenanzahl ist immer um 1 geringer als die Teilnehmerzahl. Die Gruppe beginnt an der Startlinie und legt die Erste Platte auf den weg (den Sumpf) und betritt diese.
- Jedoch muss die Platte immer berührt sein, ob mit Hand, Fuß oder ähnlichem ist egal.
- Die Gruppe muss bei diesem Spiel in Kontakt treten um zu überlegen wie sie es schaffen auf die Insel zu kommen.
- Falls eine Platte nicht berührt wird, geht sie verloren, oder aber ein Mitspieler bekommt eine Augenbinde und ist von nun an blind. Bei zuviel Verlust von Platten, können sie sich auch etwas einfallen lassen um eine Platte wieder zurück zu erobern. Hier ist die Kreativität des Spielleiters gefragt.
- Ziel des Spiels ist es, gemeinsam als Gruppe die Insel bzw. anschließend die Stadt zu erreichen. Sie müssen gemeinsam eine Taktik entwickeln um dies zu schaffen.
- Der Gruppenleiter kann hier möglicherweise Hilfestellungen geben, falls die Gruppe keinerlei Idee hat.

Spiele für draußen – manche auch für drinnen!

Murmelbahn bauen

- Im Wald wird die Gruppe in mehrere Kleingruppen aufgeteilt. Die Gruppen bekommen nun die Aufgabe eine Murmelbahn zu bauen.
Als Murmel dient ein Tennisball.
Es werden zudem Kriterien aufgestellt, die die Gruppe beachten muss.
Folgende Kriterien können es sein: die Bahn muss mind. 5 Meter lang sein, muss eine rechts und eine links Kurve beinhalten, eine Schanze haben, einen Tunnel haben und ein Geräusch erzeugen.
Die Teilnehmer haben nun die Aufgabe innerhalb von etwa 30-40 Minuten diese Bahn zu bauen.
Als Materialien haben sie alle Materialien die im Wald liegen, oder aber eingeschränkte Materialien, je nachdem wie der Gruppenleiter dies auswählt.
Am Ende werden alle Murmelbahnen abgelaufen und jede Gruppe hat 3 Versuche, bis die „Murmel“ die Bahn durchlaufen hat.
- Variante: Die Gruppen stimmen durch Klatschen ab, welche Bahn am besten ist.
- Sicherheitshinweise: In Wäldern wo es sehr steil ist, wie Berge etc. sollte dies möglichst verhindert werden bzw. genau geguckt werden wo es möglich ist, eine Murmelbahn zu bauen. Sonst könnte es zu Erdrutschen etc. kommen.

Eierfall (draußen & drinnen)

- Variante draußen: Jede Gruppe bekommt ein Ei und muss dieses möglichst gut verpacken, sodass es einen Sturz aus 3-4 Meter Höhe aushält und nicht kaputt geht. Der Gruppe stehen hier nur Naturmaterialien zur Verfügung. Des Weiteren muss die Gruppe sich eine Geschichte zu dem Ei einfallen lassen, in der Geschichte muss das Ei einen Namen haben und die Geschichte muss erklären, warum das Ei aus der so hohen Höhe fällt.
- Variante drinnen: Auch hier bekommt jede Gruppe ein Ei und muss dies verpacken. Als Materialien stehen z.B. Strohhalme, Papier, Kisten etc. zur Verfügung. Das kann je nach Gruppenleiter frei entschieden werden. Der weitere Ablauf ist so wie bei der Variante für draußen beschrieben.

Sommerski

- Material: Sommerski
- Es werden zwei Gruppen gebildet, mit maximal vier Personen.
- Die Gruppen stellen sich jeweils auf ihre beiden Ski. Die Füße müssen fest in den Schlaufen sitzen.
- Sie haben kurz Zeit sich mit den Skiern vertraut zu machen. Zu probieren wie man am besten gemeinsam mit ihnen läuft.
- Nun wird eine Start- und eine Ziellinie gekennzeichnet.
- Die Gruppen haben nun die Aufgabe ein Wettrennen zu machen. Der Parcours hierfür kann variieren, je nachdem wie der Gruppenleiter dies möchte.

- Wichtig ist jedoch, dass die Gruppe auf den Skiern gemeinsam auf sich Acht gibt und vorsichtig probiert, damit keine Unfälle passieren.
- Des Weiteren sollte dieses Spiel nur auf Rasen gespielt werden um bei möglichem Hinfallen kein zu großes Risiko einzugehen.

Waldbild

- die Gruppe wird in zwei Gruppen aufgeteilt.
- auf dem Waldboden wird von jeder Gruppe der „Bilderrahmen“ auf dem Waldboden entworfen. Dazu werden einfach Blätter, Stöcke etc. zur Seite geschoben, sodass nur noch der Boden zu erkennen ist.
- In diesem „Bilderrahmen“ gestaltet jede Gruppe ihr Waldbild.
- Wenn beide Gruppen ein Bild gestaltet haben geht erst die eine Gruppe zu der Anderen und schaut sich das Bild an.
- Dann hat die Gruppe, die das Bild entworfen hat, die Aufgabe, ca. 4 Dinge an dem Bild zu verändern, ohne das die andere Gruppe dies sieht.
- Danach muss die „Rategruppe“ sagen, was an dem Bild verändert wurde.
- Anschließend geschieht das ganze umgekehrt.

Planenspiel (draußen & drinnen)

- es wird eine etwa 3x3 m große Plastikplane als Material genommen (Baumarkt, Gewebeplane).
- Die gesamte Plane wird in einzelne, kleine Quadrate geteilt, die mit Edding aufgezeichnet sind.
- Der Gruppenleiter hat auf einem Papier das Spielfeld aufgezeichnet. In seinem Spielfeld ist auch schon ein Weg gekennzeichnet.
- Die Gruppe hat die Aufgabe diesen Weg zu finden, die Gruppe muss gemeinsam über diesen Weg bis ans Ziel kommen.
- Es muss ausprobiert werden, welche Quadrate für den richtigen Weg gedacht sind.
- Tritt jemand auf ein Feld, welches nicht in dem Weg beinhaltet ist, müssen alle wieder zurück und noch einmal von vorne probieren.
- Das Ziel ist erreicht, wenn wirklich auch der Letzte es geschafft hat über den richtigen Weg zu gehen.

Internet- und Literaturtipps

<http://www.elefantastisch.de/gruppeneinteilung.htm#figuren>

<http://www.toleranz-ist-nicht-akzeptanz.de/index.html>

www.ziel-verlag.de

Praktische Erlebnispädagogik 1, Ziel-Verlag, 17,80 Euro

Praktische Erlebnispädagogik 2, Ziel-Verlag, 19,80 Euro

Erlebnispädagogik im Wald, Arbeitsbuch für die Praxis, erleben&lernen, 24,90 Euro

Erlebnispädagogik in der Natur, Buch für Einsteiger, erleben&lernen, 17, 90 Euro