

# go sports infotagung

## Förderung sozialer Kompetenzen im Sport

Sozialkompetenz wird im Miteinander mit anderen Personen wirksam; sie ermöglicht es, sich im Umgang mit den Mitmenschen sozial angemessen zu verhalten (Gaschler/Kliemek/Lauenstein, 2010).

Zu den Aspekten der sozialen Kompetenz zählen

- Kooperation, Integration
- Empathie (sich in andere einfühlen können)
- Rücksichtnahme und Hilfsbereitschaft,
- Verantwortungsbewusstsein
- Kritikkompetenz
- Nonverbale Sensibilität
- Teamfähigkeit
- Kommunikationsfähigkeit...

## Praxisbeispiele mit dem Schwerpunkt Kontakt aufnehmen und kooperieren

### Rettungsboote

*Intention:* Kontakt aufnehmen und kooperieren hinsichtlich körperbezogener Kontaktaufnahme

*Aufgabe:* Teppichfliesen werden in der Anzahl wie TN zu Beginn nebeneinander zu einem Rechteck ausgelegt. Die TN verteilen sich im Bewegungsraum. Bei Musikstopp oder auf ein Signal sollen sich die TN nach und nach auf immer weniger Teppichfliesen zusammenfinden. Hierzu werden nach jedem Durchgang nach und nach Teppichfliesen entfernt.

Am Ende kurz über die Empfindlichkeiten sprechen.

Auf den Fliesen können auch alternativ die Augen geschlossen werden.

Die TN sollen aufgefordert werden, sich möglichst schnell auf eine Fliese, die in der Nähe liegt, zu begeben.

### Begrüßungen aus aller Welt

*Intention:* Kontakt aufnehmen und kooperieren hinsichtlich körperbezogener Kontaktaufnahme

*Aufgabe:* Zu Beginn werden mit der Lerngruppe drei verschiedene Begrüßungsformen besprochen,

z.B. eine höfliche Verbeugung ausführen (China), einen Arm rechtwinklig mit der Hand nach oben halten, die andere Hand auf das Herz legen (Indianer), Hände schütteln

# go sports infotagung

(Deutschland), Handkuss (Österreich), „einschlagen“ (Amerika), Umarmung (Südamerika), Wange an Wange (Frankreich), Nasenspitzen berühren sich (Eskimos) Die TN laufen zu Beginn einige Zeit kreuz und quer durch den Bewegungsraum. Bei Musikstopp nennt der Spielleiter ein der abgesprochenen Begrüßungsformen. Die TN gehen durch den Bewegungsraum und begrüßen mehrere entsprechend. Anschließendes Reflektieren mit möglichen Impulsfragen: „Welche Begrüßungsform hast du gern ausgeführt, welche nicht so gerne? Warum?“, „Wie unterscheiden sich die einzelnen Begrüßungsformen?“

## Wetterfrosch

*Intention:* Kontakt aufnehmen und kooperieren hinsichtlich körperbezogener Kontaktaufnahme

*Aufgabe:* Die TN versammeln sich in der Mitte des Bewegungsraumes. Der Spielleiter erklärt, dass ein besonderer Wetterfrosch vier verschiedene Wetterformen anzeigen kann: Sonnenschein, Regen, Kälte und Wind.

Auf ein Signal hin, sollen sich die TN einen Partner suchen und sich mit ihm entsprechend dem genannten Wetter verhalten:

- Sonnenschein: sich nebeneinander auf den Boden legen und sonnen (alternativ: an den Händen fassen und fröhlich springen)
- Regen: ein Partner baut für den anderen ein Dach
- Kälte: sich dicht zusammenhocken (alternativ: sich umarmen und gegenseitig wärmen)
- Wind: sich ganz dicht zusammen stellen und langsam gegen den Wind neigen

Es können weitere Durchgänge mit anderen Wetterformen und möglichst neuen Partner erfolgen:

- Nebel: angefasst mit zusammengekniffenen Augen durch den Raum bewegen
- Schnee: mit Handfassung gemeinsam durch den Raum gleiten
- Donner: eine andere Zweiergruppe suchen, sich klein machen und eng zusammenrücken
- Große Hitze: anderen mit der Hand die Stirn kühlen

Anschließend wieder Reflexionsphasen einfügen.

## Nord- und Südpol

*Intention:* Kontakt aufnehmen und kooperieren hinsichtlich körperbezogener Kontaktaufnahme

*Aufgabe:* Die TN werden in zwei Gruppen eingeteilt: in Nord- und Südpole. Die Südpole erhalten jeweils einen Schaumstoffball. Alle TN verteilen sich im Raum. Bei Musikstopp/ auf ein Signal hin nennt der Spielleiter ein Körperteil, z.B. rechte Hand. Immer zwei

# go sports infotagung

verschiedene Pole nehmen Kontakt auf, stellen sich gegenüber und halten den Ball mit der rechten Hand. Sie bewegen sich so langsam durch den Bewegungsraum, bis wieder Musik ertönt.

Die Aufgabe kann auch mit Sandsäcken (jeder TN erhält zwei) durchgeführt werden.

Die Südpole schließen die Augen.

Nach Kontaktaufnahme schließen beide Partner die Augen

In größeren Gruppen mit mehreren Bällen/Sandsäckchen durchführen.

Ohne „Hilfsmittel“ Kontakt aufnehmen.

Mögliche Impulsfragen für die Reflexion:

„Wann hat die Verbindung mit einem Partner besonders gut geklappt? Warum?“

„Wie ist es für dich, wenn du dich mit einem Partner ohne Geräte verbindest?“

## Menschenmemory

Zwei TN verlassen den Bewegungsraum. Die anderen TN suchen sich jeweils einen Partner und vereinbaren mit diesem gemeinsam eine Bewegung. Sie verteilen sich dann im Bewegungsraum. Anschließend werden die beiden „Spieler“ von draußen wieder hereingebeten. A beginnt und nennt zwei TN, die jeweils ihre Bewegung ausführen. Ist es eine übereinstimmende Bewegung, so hat A ein Pärchen gefunden, das sich zu ihm setzt. Passen die Bewegungen nicht, ist Spieler B dran.

## Wer wohnt noch in meinem Haus?

Jeder TN zieht ein Kärtchen (mit den Zahlen von 1 bis 3), merkt sich die Zahl und gibt das Kärtchen wieder zurück. Anschließend verteilen sich alle im Bewegungsraum.

Die TN sollen durch Händeschütteln mit allen anderen TN herausfinden, wer zu ihnen gehört. Sie gehen hierzu mit Beginn, ohne miteinander zu sprechen, durch den Bewegungsraum. Sie suchen sich einen beliebigen Partner und begrüßen ihn, indem sie ihm – der gezogenen Zahl entsprechend – die Hand schütteln. Dabei nehmen sie stumm Kontakt auf und legen fest, wer beginnt.

Im weiteren Verlauf werden alle TN in der Form begrüßt. Die Aufgabe der TN ist zu ermitteln, wie viele Personen insgesamt mit der gleichen Zahl zu einer Gruppe gehören („Im gleichen Haus wohnen“)

Es können weitere Begrüßungsformen eingeführt werden.

## Abwerfen oder Befreien

Jeder TN erhält einen Softball. Er kann mit diesem entweder ein Kind abwerfen oder ein Kind damit befreien. Ein getroffener TN muss sich im Grätschstand und den Ball nach oben haltend hinstellen und kann durch Durchrollen eines anderen Balles befreit werden.

# go sports infotagung

Die TN müssen immer wieder neu entscheiden, ob sie jemanden lieber abwerfen oder befreien, um das Spiel möglichst lange aufrecht zu erhalten.  
Gibt es nur noch 1-2 TN, die noch frei sind, ist das Spiel für die ganze Gruppe verloren.

## Immer in Bewegung

*Intention:* Kontakt aufnehmen und kooperieren hinsichtlich des Kooperierens in Partner- und Gruppenaufgaben.

*Aufgabe:* Jeder TN einer Lerngruppe erhält einen Reifen und verteilt sich im Bewegungsraum. Auf ein verabredetes Zeichen werden alle Reifen von den TN schnell nacheinander angedreht. Reifen, die zu fallen drohen, werden kurz angehalten und sofort neu angedreht. Die TN haben die Aufgabe, durch gutes Zusammenwirken in der Gruppe möglichst alle Reifen in Bewegung zu halten.

Das Spiel kann man auch mit Bälle prellen oder Luftballons hochhalten gestalten.

Variationen:

- Weitere Spielgeräte hinzugeben
- Die Kombination aus Reifen drehen und Bälle prellen
- Bewegungsraum vergrößern
- Ein Gerät darf nicht von einer Person zweimal nacheinander gespielt werden
- Geräte nur mit der schwächeren Hand spielen

## Reifenfußball

Die Lerngruppe wird in zwei Gruppen eingeteilt. In jeder Gruppe teilen sich jeweils zwei TN immer einen Reifen.

Die Partner stellen sich in ihren Reifen hintereinander auf und halten ihn mit den Händen. Mit Beginn rollt der Spielleiter zwei Schaumstoffbälle in das Spielfeld, das Spiel beginnt. Die TN haben die Aufgabe, durch gutes Zusammenspielen möglichst viele Tore für ihre Mannschaft zu erzielen.

Einhaltung folgender Spielregeln:

- Tore können beide Partner durch Schießen erzielen
- Nach einem Tor geht der Ball an die andere Mannschaft
- Die Reifen dürfen nicht verlassen werden