

Förderaspekte

- > sich und die anderen realistisch einschätzen
- > innerer Schiedsrichter
- > Zielwerfen
- > Augenkontakt ernst nehmen

Themen für Geschichten

- > etwas genau treffen
- > sich an der Grenze des Möglichen bewegen und etwas riskieren
- > möglichst vieles gleichzeitig wahrnehmen

Ort > überall

Material > 3 Softbälle

Anzahl TN > ab 6

Altersgruppe > ab 7 Jahren

Dauer > 10 Minuten

Beschreibung

Alle stehen im Kreis und haben die Hände frei. Ein Ball kommt ins Spiel. Wer den Ball hat, ruft den Namen einer anderen Person. Die aufgerufene Person geht in Blickkontakt: Erst wenn sich beide in die Augen schauen und die gerufene Person erkannt hat, wer sie gerufen hat, ist der dritte Schritt erlaubt. Der Ball wird so geworfen, dass die anderen eine Chance haben, ihn zu fangen. Wenn das klappt, wird mit zwei oder drei Bällen gleichzeitig gespielt. Innerer Schiedsrichter: Wer merkt, dass er/sie sich nicht an die Regeln gehalten hat, macht drei Liegestützen. Wer die Konsequenz nicht von selbst zieht, bekommt vom äusseren Schiedsrichter die verschärfte Variante, zum Beispiel zehn Liegestützen zu machen.

Variationen

- > Anstelle von Bällen können auch andere weiche Gegenstände genommen werden.
- > Falls es gut klappt, kann das vorherige Namenrufen weggelassen werden und nur mit vorherigem Blickkontakt geworfen werden.

(in Anlehnung an: Kampfes Spiele® Band II S. 59, von Josef Riederle
KRAFTPROTZ® Bildungsinstitut für Jungen und Männer www.kraftprotz.net)

