

## Spielform «Faire Siege»

Video (<https://www.youtube.com/embed//U646B1rR2bY>)

### Zeit

10 Minuten

### Material

Pro Spieler 1 Bändeli

### Aktion

Spielfeld von rund 20 x 30 m abstecken (bei wenigen Spielern kleinere Fläche!). Ein «Pinguin» (Fänger) stellt sich auf der einen Seitenlinie des Spielfelds auf, alle anderen gegenüber. Alle Spieler ziehen das Bändeli über beiden Beine bis zu den Knien hoch. Es darf nur so «gewatschelt» werden, dass das Bändeli nicht hinunterrutscht. Nach dem Startkommando versucht nun die «Pinguinenherde» die andere Seite des Spielfeldes zu erreichen, ohne vom Fänger berührt zu werden. Geschieht dies dennoch, wird der gefangene Pinguin ebenfalls zum Fänger. Welcher Pinguin schafft es bis zum Schluss, von den Fängern nicht berührt zu werden?

Vorgängig wird mit einem Spieler abgemacht, dass er das Bändeli mit einer Hand zur Hüfte hochziehen und halten darf. Dieser Pinguin wird von den anderen nur schwer eingefangen werden können, da er viel schneller laufen kann.

## Lebenskompetenz fördern: Umgang mit Gefühlen

### Schritt 1 – Beobachten (Wahrnehmung)

- Hat jemand bemerkt, dass sich nicht alle an die Regeln hielten und absichtlich betrogen?

### Schritt 2 – Beurteilen (Besprechung)

- Was genau habt ihr als unfair empfunden?
- Was für Gefühle löst ein Betrug bei den Betrogenen aus?
- Wie hat es sich angefühlt, den Betrüger zu spielen?
- Welche Gefühle lösen Regelverletzungen aus?
- Wer von euch war frustriert oder wurde aggressiv?

### **Schritt 3 – Beraten (Handlungsalternative)**

- Welche Eigenschaften brauchen Spieler, um fehlbare Spieler auf Regelverletzungen hinzuweisen?
- Angenommen, euch frustriert, dass einer oder mehrere Athleten Spielregeln verletzen. Wie könnt ihr Spieler auf die Einhaltung der Regeln hinweisen?

### **Schritt 4 – Begleiten (Anwendung)**

- Beobachte als Leiter, ob sich der Umgang mit Regelverstößen im Alltag bewährt. Wenn nicht, sprich Jugendlichen nochmals darauf an.

### **Schritt 5 – Zurück zu Schritt 1**



**Lebenskompetenzen, die mit dieser Spielform gefördert werden:**

Weitere Informationen unter <https://www.coolandclean.ch>