

### 6.7 Siegen oder gewinnen Kooperative Bewegungsspiele

#### **Impuls und Spielanleitung für Kinder und Jugendliche**

Unter Solidarität in einer Sportmannschaft versteht man die Einheit, die zwischen den Mannschaftskollegen entsteht, die gemeinsam für das gleiche Ziel kämpfen. Ein solches Erlebnis vermittelt allen Teilnehmenden das Gefühl, beachtet und persönlich wertgeschätzt zu werden. Solidarität im christlichen Sinne geht jedoch über die Mitglieder des eigenen Teams hinaus. Sie soll auch den Gegner auf dem Feld mit einschließen, der nicht mehr ohne fremde Hilfe aufstehen kann oder auch den Schiedsrichter, den es zu einem fairen und gerechten Spiel braucht. Hier sind Unterstützung und Solidarität erforderlich; man fragt sich nicht mehr, ob die Niederlage des anderen seine eigene Schuld oder das Ergebnis einer Verkettung unglücklicher Umstände ist. (siehe Kapitel 3.9 Solidarität, Seite 46)

Papst Franziskus rief die Athleten klar auf, mit den anderen und mit Gott ins Spiel zu gehen, ihr Bestes zu geben, ihr Leben für das zu geben, was wirklich wertvoll und für die Ewigkeit ist. „Stellt eure Talente in den Dienst der Begegnung zwischen Menschen, der Freundschaft und der Inklusion“. (Papst Franziskus, Ansprache an den Italienischen Tennisbund, 8. Mai 2015.)

#### **Impuls: „Siegen oder gewinnen wollen?“**

Möchtest du lieber ein Siegertyp oder ein Gewinnertyp sein? Ist das nicht das Gleiche? Nein. Je nachdem, wie wir Gewinnen und Siegen definieren, lässt sich ein entscheidender Unterschied feststellen, der enorme Auswirkungen auf unseren Charakter haben kann. In einem Wettkampf geht es zum Beispiel meistens darum, wer Erster wird. In einem Duell gibt es nur einen Sieger und einen Verlierer, ob Mensch gegen Mensch oder Mannschaft gegen Mannschaft. Beim Gewinnen geht es dagegen um das Erreichen oder Überwinden eines Zieles. Selbst wenn wir verlieren, kann aus der Niederlage ein Gewinn werden und wir erhalten etwas dazu. Ob Erfahrung, Erlebnisse oder einfach Menschen, mit denen wir gespielt haben, wir lernen unser Bestes zu geben und bereichern uns und unsere Mitspielenden dadurch. Entscheidend bei allem Tun ist, die innere Haltung und das Fortschreiten einer Entwicklung.

Im Training gewinnen wir jedes Mal neue Steigerungen für Körper und Geist dazu. Kraft manifestiert sich in uns und wir werden stärker. Ein Sprinter kann beispielsweise anhand seiner Laufzeit erkennen, ob er nach vielen Trainingseinheiten schneller läuft. Bei einer Meisterschaft kann er so trotz eines nicht erreichten Sieges an Schnelligkeit dazu gewonnen haben, eine Bestzeit aufgestellt haben, als noch beim Wettkampf zuvor. Gesiegt hat ein anderer Läufer, aber er hat auch gewonnen. Viel wichtiger ist allerdings, dass wir die Freude am Sport und am Miteinander nicht verlieren, sondern an Gemeinschaft mit anderen Mitspielern gewinnen. So werden wir solidarisch zu einer Einheit, deren Wert höher liegt, als jeder noch so schöne Sieg.

Gerade bei kooperativen Bewegungsspielen gewinnen alle. Der Sieg des Einzelnen tritt in den Hintergrund. Hierzu zwei Spielanregungen:

#### **Die Balljagd**

Das Spiel kann auf einer Wiese oder in einer Halle gespielt werden. Die Dauer beträgt zwischen 10 und 15 Minuten. Das Spiel ist intensiv und kann auch mit größeren Gruppen bis zu 30 Personen gespielt werden. Ein Ball wird benötigt, am besten ein Softball. Es ist ein klassisches Aufwärmspiel und geeignet für Kinder ab 10 Jahren.

**Spielbeschreibung:** Die Mitspielenden werden gleichmäßig in zwei Gruppen aufgeteilt, dabei spielt das Geschlecht keine Rolle. Aufgabe der startenden Mannschaft ist es nun, sich den Ball so oft zuzuspielen, dass ihn kein Mitglied der anderen Mannschaft berührt. Passiert dies doch, so wechselt der Ballbesitz und die andere Mannschaft passt sich möglichst oft den Ball zu. Die Pässe der Mannschaften werden gezählt.

Wer schafft die meisten Pässe? Hierbei können auch die Passfolgen addiert werden oder für 15 gelungene Passsequenzen Punkte verteilt werden. Das Spiel geht dann beispielsweise bis drei oder fünf Punkte.

### **Das Spinnennetz**

Mit Seilen wird ein Netz gespannt bzw. geknüpft, z. B. zwischen Bäumen, Pfosten oder Säulen. Die Gruppe kann zwischen 10 und 20 Personen groß sein. Die Teilnehmenden sollten ihr Handeln reflektieren können. Je älter umso intensiver kann die Reflexion durchgeführt werden. Die Aufgabe besteht darin, dass die ganze Gruppe durch das Spinnennetz muss, ohne das Netz zu berühren. Jedes Loch im Spinnennetz darf jeweils nur von einer Person passiert werden. Mit folgender Regel kann die Aufgabe erschwert werden: Berührt eine Person das Netz, müssen all diejenigen, die zum Zeitpunkt der Berührung in körperlichem Kontakt mit dieser Person standen, auf die Ausgangsseite zurück. Es darf nicht hindurch gestiegen werden. Das heißt, dass die Teilnehmenden sich gegenseitig durch das Spinnennetz tragen müssen. Zusätzlich kann Teilnehmenden die Augen verbunden werden oder Körperteile am Körper mit einer Schnur fixiert werden.

Wir empfehlen folgende Vorübungen zur Vorbereitung, damit die Teilnehmenden lernen, ihre Körperspannung zu halten. Übungen dafür könnten sein: das Pendel, der Jurtenkreis oder das Baumstammspiel.

### **Impulse für das Gespräch:**

- Haben wir uns zunächst hingesezt und geplant, oder war es eher chaotisch?
- Haben wir z.B. eine Reihenfolge festgelegt oder die verschiedenen Höhenebenen beachtet?
- Wie haben wir die Durchführung empfunden?
- Wodurch hätten wir noch effektiver sein können?
- Welche Dinge im Leben plane ich, bei welchen lasse ich es eher auf mich zu kommen?
- Gibt es einen Gesamtplan für mein Leben?
- Gibt es einen roten Faden, eine Leitschnur für meine Entscheidungen?

### **Talente fördern**

Zurückkommend auf den Ausgangsimpuls sollte die Frage nach dem Sieger- oder Gewinnertyp nochmals aufgegriffen werden und eine Vertiefung erfolgen.

**„Stellt eure Talente in den Dienst der Begegnung zwischen Menschen, der Freundschaft und der Inklusion“.**

Beim Spinnennetz geht es nur gemeinsam und miteinander!