

Einander wahrnehmen



Material: 1 Ball

Spieleranzahl: Mindestens 4

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Art der Übung: Warm Up

Persönlich: Konzentration, Kreativität, Selbstvertrauen

Sozial: Empathie, Mitmenschen motivieren

Technisch: Pässe kurze Distanz, Erster Kontakt

Taktisch:

Physisch: Reaktionsfähigkeit

Beschreibung:

1. Alle Spieler stellen sich im Kreis auf und einer hat einen Ball am Fuß
2. Der ballführende Spieler dribbelt ins Feld rein und spielt den Ball zu einem anderen Spieler
3. Beim Pass nennt der Passgeber eine Kleidungsfarbe des Passempfängers (siehe Grafik z.B. „blaue Hose“) und stellt sich anschließend auf den freien Platz des Passempfängers
4. Der Passempfänger nimmt den Ball mit dem ersten Kontakt ins Feld rein und sucht sich einen neuen Spieler.

Reflexionsfragen:

- Was war herausfordernd für euch auf die anderen Personen zu achten?
- Warum ist es wichtig einander wahrzunehmen?
- Wie fühlt sich der andere nachdem man eine Eigenschaft genannt hat oder ein Kompliment gemacht hat?

1 Variation

2 Bälle im Spiel (abhängig von der Spieleranzahl)

2 Variation

Anstelle eines äußerlichen Merkmals wird nun eine persönliche Eigenschaft genannt z.B. „Du bist schnell.“

