

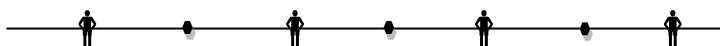
# Methodenbaukasten „Schulfach Glück“

## 7 Warm-up

### Seilschaft

**Beschreibung** Lassen Sie etwa jeden Meter einen Knoten in das Seil machen. Jede TNin greift das Seil mit der rechten Hand zwischen zwei Knoten (immer nur eine Person zwischen 2 Knoten). Während des gesamten Spiels dürfen die Hände das Seil nicht loslassen - sind quasi an dieser Stelle festgeschweißt. Die Aufgabe besteht nun darin, die Knoten aufzuknoten (ohne, dass eine Hand das Seil loslässt).

Lassen Sie danach reflektieren, was alles geschehen ist und wie die Aufgabe gelöst werden konnte.



**Material** 15-20 Meter langes Seil (je dicker, desto besser) für ca. 15 Teilnehmer. Für größere Gruppen, mehrere Seile.

**Hintergrund** Übung für Körperkontakt und Gemeinschaftsgefühl. Die Übung lässt sich nur gemeinsam lösen. Dadurch werden (kooperative) Gruppendynamiken für die TNinnen sichtbar. Die Gruppe wird zur Ressource.

**Zeitaufwand** Ca. 20 Minuten

**Tipp** Die Gruppe sollte möglichst selbst auf die Lösung kommen. Sollte die Gruppe sich „verheddern“, können sie auch von Neuem starten.

---

Raum für eigene Ideen, Ergänzungen ...

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---