

Teamübungen

1. **Balltransport.** An einem Gardinenring werden vier gleich lange Seile befestigt. Jeder Teilnehmer (Gruppen à 4) fasst ein Seilende. Nun wird ein Tennisball auf den Ring gelegt. Ziel des Spiels ist es, den Ball auf einer darunter aufgestellten Milchflasche abzulegen.
2. **Blinde Kamera.** Ein Partner ist der Kameramann, der andere die Kamera. Die Kamera bekommt die Augen verbunden und wird – nur verbal, nicht physisch – herumgeführt. Insgesamt 5 Mal darf sie die Augen für eine Aufnahme öffnen, die sie sich merkt. Dann werden die Rollen getauscht. Wer konnte sich die Aufnahmen merken?
3. **Blindenführer.** Ein Minenfeld wird eingerichtet – es enthält Bälle, Regenschirme, Pullover...! Außer Sichtweite werden Paare gebildet, jeweils ein Sehender erhält einen Blinden zugelost. Die Aufgabe: Der Blinde muss den Parcours von A nach B durchqueren, ohne an Minen oder an andere Blinde anzustoßen. Der Sehende darf das Feld nicht betreten, der Sehende darf ihn durch Zurufe anleiten.
4. **Blindenkette.** Eine Kette aus TN wird gebildet – bis auf den letzten, der jedoch wie alle anderen nicht sprechen darf, tragen alle Kettenglieder Sichtblenden. Die Kette muss ein Feld durchqueren, auf dem nach dem Loslaufen ein Gegenstand ausgelegt wird, den nur der erste aufheben und ins Ziel tragen darf. Natürlich darf sich die Kette nicht auflösen.
5. **Blindenpuzzle.** Die TN werden in Dreier- oder Vierergruppen aufgeteilt und mit Sichtblenden und Puzzleteilen ausgestattet. Jeder Gruppe wird ein sehender Manager zugewiesen, der 5 Fragen aus der Gruppe mit „ja“ oder „nein“ beantworten darf. Er weiß, im Gegensatz zu den blinden Teilnehmern, dass die Puzzleteile vor ihnen zum Teil von Puzzles anderer Gruppen stammen (die diesen natürlich auch fehlen) – verraten darf er es jedoch nur, wenn eine entsprechende Frage gestellt wird.
6. **Egg Drop.** Jede Gruppe (3-6 pro Gruppe) erhält: 1 rohes Ei, 30 Strohhalme, 1 Schere, 1 Rolle Tesa. Die Eier müssen einen Sturz aus mindestens 2 m Höhe überstehen. Es muss fest mit der Konstruktion verbunden sein und darf nicht manipuliert oder ganz mit Klebeband umhüllt werden. Wenn die Bastelzeit vorüber ist, stellt jede Gruppe das

- Ergebnis als Werbespot vor.
7. **Erdball.** Eine aufblasbare Weltkugel muss so lange wie möglich in der Luft gehalten werden, aber jeder Spieler darf nur einmal pro Runde zupassen.
 8. **Fliesenspiel.** Die TN werden in zwei Großgruppen aufgeteilt, die mit Teppichfliesen ausgestattet werden (eine Fliese weniger als Teilnehmer). Nun müssen die beiden Gruppen ein Feld durchqueren, möglichst rasch, dabei dürfen die TN nur auf die Teppichfliesen treten. Wenn aber eine Fliese nicht ständig berührt wird, dann wird sie entfernt.
 9. **Gordischer Knoten.** S verteilen sich auf engem Raum, Bewegung zur Musik. Nun muss jeder S mit beiden Händen so schnell wie möglich die Hand eines Mitspielers ergreifen. Der so entstehende Knoten muss entwirrt werden.
 10. **Klatschübung.** Die Teilnehmer stellen sich im Kreis auf. Die Zahlen von zwei bis neun sollen gemeinsam durch Klatschsignale verdeutlicht werden, wobei die Zahlen in Dreier und Zweier zerlegt werden: 5 = xxx xx, 9 = xxx xxx xxx. Zuerst müssen alle möglichen Dreier geklatscht werden, dann erst sind die Zweier an der Reihe! (Der Trainer zeigt die Zahlen an.)
 11. **Lost in Shanghai.** Zwei Stadtpläne werden ausgegeben. Partner A erhält einen beschrifteten Stadtplan. Partner B erhält einen Straßenplan derselben Stadt, aber gedreht, gespiegelt, gezoomt und mit anderem Fokus. Nun muss Partner A seinen Partner von X nach Y ans Ziel dirigieren, wobei sie einander den Rücken zukehren.
 12. **Luftballon-Polonaise.** Die Spieler stellen sich in einer Reihe auf. Nun werden zwischen alle Spieler Luftballons eingefügt. Die Gruppe muss sich vorwärts bewegen, ohne dass ein Luftballon fällt.
 13. **Pappteller-Lauf.** Zwei Teams. Innerhalb eines umgrenzten Feldes werden 2-3x so viele Pappteller verteilt, wie Teilnehmer dabei sind. Sie sind nummeriert (z. B. 1-60) und müssen möglichst rasch, aber der Reihenfolge nach berührt werden. Die Zeitnahme beginnt, wenn der erste Teilnehmer beginnt. Es darf nur jeweils ein Spieler auf dem Feld sein.
 14. **Quadratur des Kreises.** Die Gruppe stellt sich im Kreis auf, jedes Gruppenmitglied hält sich am Seil fest, das alle verbindet. Mit Sichtblende versuchen die Teilnehmer nun ein Quadrat (oder einen Stern) zu bilden!

15. **Spinnennetz.** Zwischen zwei Bäumen (o. ä.) wird ein aus Seilen bestehendes Spinnennetz ausgespannt. Die Gruppe muss durch die Netzmaschen schlüpfen, wobei das Netz nicht berührt werden darf. Jede Masche darf nur von einem TN durchdrungen werden, dann gilt sie als verschlossen.
16. **Stille Post zeichnen.** Die Teilnehmer sitzen in einer Reihe hintereinander, der letzte erhält ein einfaches Symbol. Er zeichnet es auf den Rücken des nächsten Teilnehmers. Was kommt am Ende heraus?
17. **Tic Tac Team.** Zwei Teams werden gebildet, die TN tragen abwechselnd (wie bei Tic Tac Toe) ein O oder ein X in ein Spielfeld aus Kästchen ein (7x7), so lange, bis dieses gefüllt ist. Je 5 Zeichen in Folge geben einen Punkt. Als Ziel des Spiels wird ausgegeben: „Ziel ist es, möglichst viele Punkte zu machen und so das Spiel zu gewinnen.“
18. **Vertrauensfall.** 1. Vertrauenspendel. A und B stehen einander gegenüber, dazwischen C. C macht sich stocksteif und wird vorsichtig hin- und hergependelt. 2. Vertrauenskreis. Die Klasse steht im Kreis, Schüler A (stocksteif) wird im Kreis herumgependelt. 3. Vertrauensfall. Die Klasse bildet aus den Unterarmen ein Sprungtuch, auf dass sich einer nach dem anderen fallen lässt - Vorsicht: Brillen ablegen!
19. **Zauberstab.** Die Gruppe (4-8 pro Gruppe) erhalten einen Stab. Er liegt waagrecht auf den ausgestreckten Zeigefingern der TN aus, die Anleiter üben leichten Druck an beiden Enden aus. Wenn sie loslassen, soll der Stab zum Boden geführt werden, ohne dass ein TN die Fühlung zum Stab verliert.