

Arbeitshilfe für einen Schulwandertag

# Modul „Kooperation“



**move  
your  
Day!**



## Inhalt:

Allgemeine Infos für Jugendleiter/innen	4
Informationen für die Lehrkraft	6
Idee eines Ablaufplans	10
Methodenteil	
- „Einführung in die Kooperationsspiele“	17
- „Das Mäuerchen“	19
- „Das Blitzlicht“	23
- „Die Skulptur“	25
- „Baumfällen“	27
- „Persönliche Vorhaben“	29
- „Der Flugzeugabsturz“	31

## Hallo lieber Jugendleiter und liebe Jugendleiterin!

Schön, dass du dich entschlossen hast bei Move your Day! dabei zu sein und mit einem Wandertag die JDAV für einen Tag an die Schule zu bringen. Als Jugendleiter/in bist du super für den Gruppenalltag ausgebildet, das lässt sich auch auf die Anleitung von Schulklassen übertragen. Dieses Heftchen zum Modul Kooperation soll dir eine kleine Hilfe sein und Anregungen bieten, wie du Kooperationsspiele und Vertrauensübungen auch in Schulklassen anwenden kannst. Natürlich gibt es in der Erlebnispädagogik noch viel mehr Möglichkeiten und Spiele, da kannst du ganz kreativ werden.

Viel Spaß bei Move your Day! wünscht dir deine  
JDAV Bayern!

## Allgemeine Infos für Jugendleiter/innen

### **Persönliche Voraussetzungen der Jugendleiter/in**

Dieses Modul solltet ihr mindestens zu zweit durchführen. Mindestens ein/e Jugendleiter/in sollte Erfahrung in Anleitung, Durchführung und Auswertung von Kooperationsspielen und Vertrauensübungen mitbringen, so dass ihr einschätzen könnt, wo Gefahrenquellen bei den Übungen liegen und wie man eventuellen Konfliktsituationen, die aus den Übungen entstehen könnten, begegnet.

Die Jugendleiter/innen sind zuständig dafür, dass vor Beginn der Übung alle Schüler/innen die Regeln verstehen und dass am Ende der Übung diese reflektiert wird. Während der Übung ist es ganz gut, wenn kein/e Leiter/in eingreift, außer aus Sicherheitsgründen oder weil eine Regel übertreten wurde. Die Verantwortung für Planungen, Diskussionen und Lösungen der Aufgabe soll die Gruppe allein tragen, dann ist das Erfolgserlebnis am Ende größer.

### **Planung und Vorbereitung**

#### **Ortsauswahl**

Ihr braucht vor allem eines: viel Platz. Wenn es draußen regnet, können die Übungen auch in der Turnhalle durchge-

führt werden, allerdings ist es draußen in der Natur natürlich schöner, wie etwa in einem angrenzenden Waldstück, auf einer Wiese oder im Park. Überlegt euch auch, was die Gruppe ablenken könnte, zum Beispiel ob viele Passanten vorbeikommen.

### **Materialplanung**

Es empfiehlt sich Sitzkissen oder Isomatten mitzunehmen, so dass man sich für die Auswertungen (Reflexionsrunden) auch draußen gemütlich hinsetzen kann. Ansonsten wird nur das an Material gebraucht, was ihr für die einzelnen Methoden benötigt.

### **Zielgruppe**

Die Übungen sind schon ab der Grundschule möglich, allerdings nur in vereinfachter Form. Gute Reflexionsrunden nach den Übungen sind schon ab der 5. Klasse möglich.

Die Motivation ist wichtig, deshalb sollten die Schüler vorher wissen, auf was sie sich einlassen, und genau über Sinn und Zweck von Kooperationsübungen aufgeklärt werden.

## Informationen für die Lehrkraft

### Was sind Kooperationsspiele?

Kooperationsspiele kommen aus dem Bereich der Erlebnispädagogik und lassen die Teilnehmer aus dem Erleben heraus lernen. Sie sind spannend und stellen die Gruppe vor Herausforderungen, die auf den ersten Blick fast unmöglich zu bewältigen scheinen. Dadurch wird die Gruppe aus ihrer „Komfortzone“ heraus und ins Lernen gebracht. Nur gemeinsam kann es die Gruppe schaffen, die Aufgabe zu lösen – entweder gewinnen alle oder keiner. Dieses gemeinsame Erleben stärkt den Zusammenhalt und die Kooperationsbereitschaft in der Gruppe, die dabei viel Neues über sich erfährt: Was funktioniert bei uns gut? Was können wir? Wer gibt den Ton an? Wie kommunizieren wir? usw.

Auch der Einzelne kann dabei vieles erfahren, zum Beispiel welche Rollen er in der Gruppe einnehmen kann, dass er seiner Gruppe auch etwas zutrauen kann und dass jeder Einzelne wichtig ist für den Erfolg einer Gruppe. Gegenseitige Unterstützung und ein gutes Absprechen anstatt Konkurreren führen zum Erfolg und machen eine gute Kooperation aus. Die Schüler/innen können sich hier als Gruppe ganz neu erleben und gestärkt aus diesem Tag hervorgehen.

Kooperationsspiele, auch kooperative Abenteuerspiele genannt, bergen Aspekte der Spielpädagogik, Gruppendynamik und Erlebnispädagogik. Dabei gibt es verschiedene Arten wie etwa Wahrnehmungsspiele, Problemlösaufgaben, Vertrauensübungen oder Abenteueraktionen. Soziale, physische und kognitive Fähigkeiten werden dabei angesprochen und in einem spielerischen Rahmen trainiert. Zu jeder Übung/jedem Spiel gehört auch die anschließende Reflexion, damit das Erlebte verarbeitet und auch auf andere Gruppensituationen transferiert werden kann.

Die erlebnispädagogischen Grundsätzen der JDAV: [www.jdav.de/Schwerpunkte/Erlebnispaedagogik/](http://www.jdav.de/Schwerpunkte/Erlebnispaedagogik/)

### Ausrüstung der Schüler und Schülerinnen

Die Schüler benötigen für draußen stattfindende Kooperationsspiele:

- Regensachen
- Schuhe mit Profilsohle
- Robuste Kleidung, die auch schmutzig werden darf
- Etwas zu trinken und Brotzeit

### **Welche Rolle hat die Lehrkraft?**

Die Rolle der Lehrkraft als Teil des Leitungsteams sollte vor der Durchführung des Wandertages geklärt und auch den Schülern/innen transparent gemacht werden. Die Wahl der Rolle hängt von der Klasse, den Rahmenbedingungen, dem Erfahrungsgrad der Lehrkraft, sowie der Einschätzung der Jugendleiter/innen ab. Mögliche Rollen sind zum Beispiel:

**Teilnehmend:** Die Lehrkraft ist Teil der Gruppe und trifft ihre Schüler und Schülerinnen auf einer ganz partnerschaftlichen Ebene. Gemeinsames Problemlösen und Kooperieren schweißt zusammen und hilft, den anderen besser zu verstehen. Dies kann auch in der Schüler-Lehrer-Beziehung förderlich sein, ist aber auch schwierig, denn die teilneh-

mende Rolle erfordert eine Kommunikation auf gleicher Augenhöhe.

**Beobachtend:** Die Lehrkraft macht bei den Übungen nicht mit und beschreibt bei den Reflexionsrunden ihre Beobachtungen möglichst wertfrei aus der Beobachterperspektive. Dies kann sehr spannend sein, denn als Beobachter/in sieht man manchmal einfach mehr.

**Anleitend:** Die Lehrkraft unterstützt die Jugendleiter/innen bei Erklärung, Disziplinierung, Sicherung usw. Dies setzt eine sehr intensive Vorbereitung und gute Absprache innerhalb des Leitungsteams voraus.

## So könnte der Wandertag aussehen...

Ein Beispielablauf für einen Tag mit Kooperationsspielen:

<b>Zeit</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Ziel</b>	<b>Materialbedarf</b>
8:30	Begrüßung, evtl. Vorstellung & Namensrunde Wup: Ein kleines lustiges Spiel	Wachwerden Kennenlernen	
9:00	„Einführung in Kooperationsspiele“	Ins Thema einführen Neugier erzeugen	Sitzunterlagen für alle Seilstücke und Papierblätter
9:30	„Mäuerchen“	Einstieg in Kooperation	Einen Baumstamm / Zaun / Mauer o.ä.
10:00	„Blitzlicht“ „Wie habe ich unsere Zusammenarbeit empfunden und woran lag das?“	Reflexion (Feedbackregeln?)	
10:15	„Skulptur“	Kooperation Kommunikation	Naturmaterialien
11:00	„Blitzlicht“ zum Thema Kommunikation	Reflexion	
11:00	Brotzeit	Pause	
11:30	„Bäume fallen“	Vertrauensübung	Decken

<b>Zeit</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Ziel</b>	<b>Materialbedarf</b>
12:15	„Blitzlicht“ zum Thema Sicherheitsgefühl/Vertrauen Entwicklung Persönliche Vorhaben	Reflexion	Karten & Stifte
12:45	„Flugzeugabsturz“	Kooperation	Hindernisse
13:45	Reflexion der Vorhaben	Reflexion	
14:50	Abschlussrunde und evtl. Urkundenübergabe an die Klasse	Abschied	Urkunde
15:00	Nachbesprechung mit dem Lehrer		

# Methodenteil

## „Einführung in Kooperationsspiele“

### **Ziel der Methode**

Verständnis wecken für den Sinn von Kooperation  
Vorbereitung auf die späteren Methoden und Reflexionen-  
Spannung erzeugen  
Startpunkt bilden, um in Reflexionen daran anzuknüpfen

### **Zeitbedarf**

15 Minuten

### **Materialbedarf**

Ein paar kurze Schnüre und Papierschilder

### **Beschreibung**

Ihr erklärt den Schüler/innen die grundlegenden Ideen der  
Kooperationsübungen. Zum Beispiel:

- Was bedeutet Kooperation und was gehört alles dazu?  
(Lasst die Schüler/innen Begriffe sammeln, z.B. Zusammenhalten, Zuhören, Helfen,...)
- Was bedeutet Vertrauen und was gehört dazu/brauche ich dafür? (Lasst die SchülerInnen Begriffe sammeln, z.B. Konzentration, Ruhe, meine beste Freundin,...)
- Was macht für mich ein Abenteuer/Erlebnis/Erfahrung/... aus? > Hier geht's von der „Komfortzone“ in die „Lernzo-

ne“ (Die Schüler/innen sollen gedanklich auf die Herausforderungen vorbereitet werden)

- Grundlegende Sicherheitsregeln (je nach Bedarf: Nichtschubsen, „Spotten“, Stop-Regel, etc.)

- ...

Währenddessen könnt ihr die Schlagworte auf Kärtchen schreiben, sie mit den Schnüren verbinden, wenn sie zusammenhängen. So entsteht nach und nach ein Bild der Erlebnispädagogik.

#### **Tipps für die Anleitung**

Viele Fragen stellen und die Schüler ihre eigenen Ideen niederschreiben lassen

#### **Vorsicht! Mögliche Risiken**

Höchstens Gähngefahr, also gestaltet die Einführung spannend und bezieht die Schüler/innen viel mit ein, entwickelt mit ihnen gemeinsam das Bild und/oder fragt nach, was sie dazu sagen.

#### **Mögliche Varianten**

Gibt es ganz viele, ob Tafel, Flipchart oder Powerpoint, Hauptsache ist die wichtigsten Punkte werden visualisiert.

## **„Das Mäuerchen“**

### **Ziel der Methode**

Leichte Kooperationsübung für den Einstieg: z. B. die ersten Absprachen sind nötig, der erster Körperkontakt.

### **Zeitbedarf**

Etwa eine halbe Stunde, je nach Klassengröße

### **Materialbedarf**

Eine lange Bank, Mauer, Baumstamm, im Notfall auch eine Reihe Stühle

### **Beschreibung**

Alle Schüler stellen sich auf die Mauer. Sie sollen bequem nebeneinander stehen können, links und rechts der Reihe soll nicht viel Platz sein. Ist die Mauer zu lang, markiert einfach die Enden, die nicht übertreten werden dürfen.

Es werden die Regeln erklärt:

Niemand darf den Boden berühren, sonst geht's für alle zurück auf die Ausgangsposition und es geht von vorne los.

Die Gruppe soll sich nach einem bestimmten Kriterium sortieren, dabei müssen sie sich selbstständig absprechen, die Jugendleiter greifen nicht ein, sondern kontrollieren nur am Ende das Ergebnis.

Es kann nur die ganze Gruppe gewinnen oder die ganze Gruppe verlieren.

Dann wird die erste Sortiermethode angesagt, die am Anfang noch einfach sein soll wie etwa: „Sortiert euch vom Größten in der Gruppe ganz links bis zum Kleinsten ganz rechts.“ Nun fängt die Klasse an sich aneinander vorbei zu quetschen, sich Anweisungen zu zurufen etc. bis alle nach der Größe geordnet sind.

Ab der zweiten oder dritten Runde kann's auch schwieriger werden, wie etwa:

„Sortiert euch nach Geburtstagen, vom 1. Januar ganz links bis zum 31. Dezember ganz rechts.“

Andere Sortiermethoden sind zum Beispiel: nach Schuhgröße, nach Haarlänge, nach Anfangsbuchstabe.

Eine kleine Herausforderung ist eine nonverbale Runde!

### **Tipps für die Anleitung**

Es hat sich bewährt, die Übung zu erklären, wenn die Schüler schon auf den Stühlen stehen, weil sie dann schon in einer ungewohnten Situation sind und besser zuhören.

Wenn einer runterfällt/-springt, muss die Klasse unbedingt von vorne anfangen, auch wenn das kurzzeitig zu ein

bisschen Frust führt, aber es zeigt, dass die Regeln, die angesagt werden, auch gelten.

So manche Klasse braucht den Hinweis, dass sie nur als Gruppe gewinnen können und deshalb gut zusammenarbeiten müssen. Auch der Tipp, dass man sich gegenseitig festhalten und helfen kann ist manchmal nötig.

### **Vorsicht! Mögliche Risiken**

Obwohl die Mauer oder die Bank nicht hoch ist, ein Fuß ist schnell verknackt oder ein Band gerissen. Deshalb ist es nötig, dass die Jugendleiter vor und hinter der Mauer zu spotten, wo es gerade brenzlig aussieht und sich auch ansonsten dynamisch der Mauer entlang auf und ab zu bewegen und da zu sein, wo eventuell jemand fällt.

### **Mögliche Varianten**

Wenn sich die Gruppe gut anstellt oder furchtbar laut ist, kann eine spätere Runde auch nonverbal gespielt werden, d. h. nicht nur wenn einer den Boden berührt geht's von vorn los, sondern auch wenn jemand etwas sagt.

## „Das Blitzlicht“

### **Ziel der Methode**

Reflexion

### **Zeitbedarf**

Ca. 15 Minuten

### **Beschreibung**

Bei der Blitzlicht-Reflexion darf jeder im Kreis nur 1 Satz, maximal 2 Sätze sagen. Das geht schnell und langweilt nicht, nur sollten die Leute sich vorher genau überlegen, was sie konkret sagen möchten.

Das Blitzlicht ist eine gute Reflexionsmethode für zwischendurch oder für den Anfang, um das Reflektieren zu üben.

Wichtig ist eine konkrete Fragestellung wie etwa: Was war an der Zusammenarbeit gut/schlecht? Habe ich mich sicher gefühlt und warum? Was habe ich zum Klassenerfolg beigetragen? o.ä.

### **Tipps für die Anleitung**

Die Sätze jedes Einzelnen sollen von den anderen unkommentiert bleiben.

Wenn Teilnehmende nur „gut“ oder „passt schon“ sagen, sollte der Jugendleiter aber nachhaken, was genau gemeint

ist. Wenn Teilnehmende nur über andere reden, kann eine vorgegebene Satzstruktur bei der Formulierung helfen: „Ich habe mich ... gefühlt, weil...“

### **Mögliche Varianten**

Die Blitzlicht-Reflexion kann auch gut stehend im Kreis gemacht werden, das ist dynamischer.

## **„Die Skulptur“**

### **Ziel der Methode**

Kommunikation & Kooperation

Spiel mit Naturmaterialien

Vielleicht eine gute Ergänzung zu Gunsten der nicht so sportlichen Kinder

### **Materialbedarf**

Naturmaterialien und sonstige Gegenstände jeweils in mehrfacher Ausführung

### **Beschreibung**

An einem nicht einsehbaren Ort (hinter einer Ecke, hinter einem Fels, usw.) haben die Spielleiter im Vorfeld eine Skulptur gebaut: aus verschiedenen Materialien ein dreidimensionaler Aufbau, bei dem Details sehr wichtig sind (5 Eicheln in einer Richtung, die Schere liegt umgekehrt, der Stein ruht auf 3 senkrechten Stöcken, usw).

Die Gruppe erhält nun die Aufgabe, diese Skulptur nachzubauen, sie dürfen aber nur 3 Späher auswählen und jeweils eine halbe Minute zur Skulptur schicken, um sie sich anzusehen. Der Späher darf, wenn er zurückkommt alles mit Worten beschreiben, aber nichts mehr anfassen. Je nach Sprachvermögen der Schüler ist das teilweise sehr

schwierig. Die Gruppe muss nun versuchen nach den Beschreibungen des Spähers die Skulptur nachzubauen. Dann darf der nächste Späher gehen.

Am Ende werden die Skulpturen verglichen.

#### **Tipps für die Anleitung**

Arbeite sehr deutlich mit der Uhr („Du hast jetzt 30 Sekunden um dir die Skulptur anzusehen...“), dann haben alle Beteiligten das Gefühl, dass es gerecht zu geht und die Regeln klar und eindeutig sind.

#### **Mögliche Varianten**

Alternativ darf jeder Schüler einmal die Skulptur ansehen, darf aber hinterher nichts mehr sagen, nur tun.

Auch als Wettkampfspiel von 2 Gruppen möglich: Welche Skulptur wird dem Original ähnlicher?

## **„Baumfällen“**

### **Ziel der Methode**

Vertrauensübung

### **Materialbedarf**

Ein paar Decken

### **Beschreibung**

Die eine Hälfte der Gruppe sind die Holzfäller, die andere Hälfte die Bäume. Die Bäume werden vom Spielleiter auf dem Gelände verteilt, so dass sie relativ weit weg voneinander sind. Mit geschlossenen Augen stehen sie nun ganz ruhig und hören auf die Naturgeräusche um sie herum.

Die Holzfäller haben sich inzwischen auf ein paar Trage-techniken geeinigt und fangen nun an einen Baum nach dem anderen zu fällen: bei einer Berührung des Baumes am Knöchel macht sich der Baum ganz steif und wird von den Holzfällern langsam nach hinten gekippt und abtransportiert. Die Bäume werden auf den Decken im vorher festgelegten Holzlager nebeneinander abgelegt.

Während der ganzen Übung wird nicht gesprochen. In der zweiten Runde werden die Holzfäller zu Bäumen und die Bäume zu Holzfällern.

### **Tipps für die Anleitung**

Ganz wichtig ist, dass vor und während der Übung für eine ruhige, vielleicht sogar geheimnisvolle Stimmung gesorgt wird. Wenn's laut und unruhig ist, ist die Übung schwierig durchzuführen.

Werden Bedenken geäußert, weil ein Baum besonders groß und schwer erscheint, kann versichert werden, dass bei genug Vorsicht und Konzentration 5 bis 6 Holzfäller jeden Baum abtransportieren können. Holzfäller dürfen nie alleine einen Baum fällen. Der Baum muss sich ganz fest Anspannen, je mehr Körperspannung, desto leichter ist der Baum zu tragen. Die Übung gehört auf keinen Fall an den Anfang, da ein Vertrauen nötig ist!

### **Vorsicht! Mögliche Risiken**

Beim Fällen, Tragen und Ablegen der Bäume muss höchst vorsichtig gehandelt werden. Jeweils ein Holzfäller sollte allein für das Stützen und Tragen des Kopfes des Baumes zuständig sein. Der Spielleiter sollte die ganze Zeit gut aufpassen, dass alle Bäume gut und vorsichtig behandelt werden.

## **„Persönliche Vorhaben“**

### **Ziel der Methode**

Reflexion der eigenen Rolle und des eigenen Verhaltens

### **Zeitbedarf**

Ca. 15 Minuten

### **Materialbedarf**

Stift und Karte

### **Beschreibung**

Im Gespräch, in Kleingruppen, in der Einzelarbeit usw. kann erarbeitet werden, welche Rolle der Teilnehmer in der letzten Übung eingenommen hat, wie er die Gruppe beeinflusst hat, welchen Anteil er am Erfolg hatte, usw. Wenn der Schüler diese Rolle schon oft eingenommen hat und sie gut kennt, hat er vielleicht Lust mal eine andere auszuprobieren. Vielleicht möchte die Schüchterne mal ganz laut ihre Ideen und ihre Meinung einbringen, die laute Schülerin sich mal zurückhalten, usw. So darf sich jeder sein eigenes Vorhaben setzen, muss es vielleicht auch niemanden verraten.

Nach der nächsten Kooperationsübung wird darüber gesprochen ob es mit den Vorhaben geklappt hat und warum/ warum nicht, wie es sich angefühlt hat, ob es schwierig war, wie die anderen es empfunden haben usw.

### **Tipps für die Anleitung**

Bleibt am besten wertfrei, denn jede Rolle in einer Gruppe ist wichtig und kann eine positive Ressource für die Kooperation sein. Seht also ab von negativen Beschreibungen („Besserwischer“, „Außenseiter“,...).

### **Mögliche Varianten**

Ihr habt einen Fragebogen vorbereitet, auf dem die Kinder nur ankreuzen müssen (Meine Ideen wurden angenommen ja-nein, Ich habe ganz oft etwas gesagt ja-nein, usw.) und dann ihr Vorhaben aus den Dingen entwickeln, bei denen sie nein angekreuzt haben.

## **„Der Flugzeugabsturz“**

### **Ziel der Methode**

Kooperation & Vertrauen

### **Zeitbedarf**

Ca. 1 Stunde

### **Materialbedarf**

Gelände mit vielen Hindernissen

Augenbinden, Kreppband

### **Beschreibung**

Am Anfang erzählt der Spielleiter eine Geschichte von einem grausamen Flugzeugabsturz. Beim Aufprall wurden die Passagiere weit über das Gelände verteilt, jeder mit einer anderen Verletzung. Ziel der Übung ist es, das alle an der Rettungsinsel - in einem bestimmten und markierten Bereich - ankommen. Fehlt nur ein Spieler, ist das Spiel nicht erfolgreich.

Der Spielleiter verteilt nun einzeln die Teilnehmer auf dem Gelände und verrät ihnen dort ihre „Verletzung“: z.B. Blindheit (mit Augenbinden Augen verbinden), Sprachlosigkeit (mit Augenbinden Mund verbinden), Verlust eines Beines, eines Armes, beider Beine,... (mit Kreppband oder Augenbinden markieren). Diese „Verletzung“ müssen die Spieler

während der ganzen Übung beibehalten.

Auf ein gemeinsames Zeichen geht's los. Spannend ist nun, wie sich die Teilnehmer verständigen, sich gegenseitig führen oder tragen, usw. Vielleicht finden sie auch einen der Teilnehmer erst mal nicht...

#### **Tipps für die Anleitung**

Eine gute Geschichte zur Einführung schafft eine gute Stimmung für dieses Abenteuerspiel.

#### **Mögliche Varianten**

Hier gibt es unmöglich viele Varianten, mit den unterschiedlichsten „Verletzungen“ und Hindernissen. Es kann ein Zeitlimit eingeführt werden („Ihr habt 20 Minuten um alle auf der Rettungsinsel zu sein...“). Vielleicht müssen auch Dinge, transportiert werden (volle Wassergläser usw.), der Kreativität einfach freien Lauf lassen!

#### **Vorsicht! Mögliche Risiken**

Die Leiter/innen sollten sich über das ganze Gelände verteilen, so dass alle Gruppen irgendwie im Blick sind und sicherstellen, dass die Schüler gut miteinander umgehen und aufeinander aufpassen.



## Move your Day!

Ein Kooperationsprojekt der Jugend des Deutschen Alpenvereins, Landesverband Bayern mit bayerischen Schulen.

### Träger des Projekts:

Jugend des deutschen Alpenvereins,  
Landesverband Bayern e.V.

Preysingstr. 71  
81667 München

089-449 00 195  
[moveyourday@jdav-bayern.de](mailto:moveyourday@jdav-bayern.de)

Redaktion: Lea Sedlmayr  
Layout: Johanna Stuke, [visionsbuero.com](http://visionsbuero.com)