

Vertrauensspiel

Ziel: Teamfähigkeit, Vertrauen

Gruppengröße: ab 10 Personen

Alter: nicht unbedingt für junge Kindergruppen geeignet

Beschreibung: Die Gruppe stellt sich relativ nah in zwei Reihen gegenüber auf. Arme ausstrecken, Handflächen nach oben, so dass die Unterarme der gegenüberstehenden Personen nebeneinander liegen. Eine Person lässt sich rückwärts/ vorwärts von einer Mauer etc in die Arme fallen. (wichtig: Körperspannung!!) Die Übrigen fangen sie auf.

Varianten:- mit Anlauf reinspringen
- mit Überschlag (Person lässt sich wie oben rückwärts fallen, wird dann von den anderen über Kopf auf den Bauch gedreht), hierfür muss die Gruppe allerdings groß genug sein und zwei Starke müssen direkt an den Schultern stehen und diese festhalten
- mit geschlossenen Augen

Vorübung 1: Eng nebeneinander in einen Kreis stellen, eine Person steht in der Mitte mit geschlossenen Augen, lässt sich fallen (Körperspannung!), die Übrigen fangen sie auf, „reichen“ sie langsam weiter

Vorübung 2: Für Körperspannung: „Eiserne Jungfrau“: Einer legt sich auf den Boden, spannt den Körper an, dann an den Füßen anheben, evtl. mit vier Personen leicht anheben