



# Kooperations- spiele

..... mit Abstand

Erprobte Ideen für corona-  
konforme Kooperationsspiele

# Impressum

## Kooperationsspiele mit Abstand

Erprobte Ideen für „corona-konforme“ Kooperationsspiele

Ergebnisse eines kollegialen Austauschs von Dozentinnen des ÖBZ

Zusammengestellt von Vivica Karlsson

Illustrationen von Didi Richter

Herausgeber:  
Münchner Umwelt-Zentrum e.V.  
Ökologisches Bildungszentrum (ÖBZ)  
Englschalkinger Straße 166  
D-81927 München  
muz@oebz.de



MÜNCHNER  
UMWELT-ZENTRUM

© 2020

# Inhalt

Editorial	3
Abstand schätzen	4
Kennenlernspiel Namensball	5
Kooperationsspiel Blinde, Stumme und Alleskönner	6
Kooperationsspiel Spaghetti und Marshmallow	8
Teamspiel Blinde in Hula-Hoops schicken	9
Kooperationsspiel Flummibahn	10
Wieder zu sich kommen Rauf und runter	12
Mini-Reflexion	13
Fahrrad-Reflexion	14
Angebote im ÖBZ für Schulklassen und Horte	15

## Editorial

# Kooperativer Spaß, ohne sich zu nahe zu kommen

Im Rahmen spannender Kooperationsspiele werden zukunftsweisende Kompetenzen besonders gestärkt: In der Gruppe müssen verschiedene Aufgabenstellungen gemeistert werden, bei denen es auf Kooperationsbereitschaft ankommt, auf Teamgeist und auf die Fähigkeit, gemeinsam erfolgreiche Strategien zu entwickeln. Die Teilnehmer\*innen entdecken neue Fähigkeiten an sich und den Anderen, erleben sich als Gemeinschaft und haben zusammen Spaß.

Im Ökologischen Bildungszentrum bieten wir derartige Workshops an, für Grundschulen genauso, wie für Klassen der Sekundarstufe. Die Programme finden vorwiegend draußen in der Natur rund ums ÖBZ statt.

Veranstaltungen an der frischen Luft bieten grundsätzlich gute Voraussetzungen in Zeiten, in denen man sich vor infektiösen Aerosolen in schlecht gelüfteten Innenräumen fürchtet. Kooperationsspiele leben jedoch in der Regel von direkter, unmittelbarer Begegnung. Wie können sie funktionieren, wenn Abstandhalten zur neuen Verhaltensmaxime wird?

Um dieser Herausforderung zu begegnen, haben sich mehrere Dozentinnen des Ökologischen Bildungszentrums

getroffen und bei einem kollegialen Austausch ausprobiert, wie bewährte Methoden entsprechend adaptiert werden können. Es ist gar nicht so schwer.

Manchmal genügt es schlicht, die Bewegungsabläufe in der Gruppe achtsamer zu koordinieren, damit man sich nicht zu nahe kommt. Nicht alle auf einmal, sondern eine nach der andern. Einfache Hilfsmittel können für den nötigen Abstand sorgen. Wir haben beispielsweise lange Winkelhölzer aus dem Baummarkt besorgt. Funktional für den Bau einer Murmelbahn, lang genug, um während des Spiels Abstand zu garantieren.

In dieser kleinen Broschüre haben wir ein paar Spielideen beispielhaft zusammengestellt. Die Erfahrungen sollen ermutigen, Kooperationsspiele auch unter den derzeit schwierigen Rahmenbedingungen durchzuführen. Draußen an der frischen Luft und mit dem gebotenen Abstand.

Viel Spaß!

Euer MUZ im ÖBZ

# Abstand schätzen



## Material

Zollstock

## Ausführung

Das Spiel dient dazu, ein Gefühl für Abstände zu bekommen.

### Variante 1:

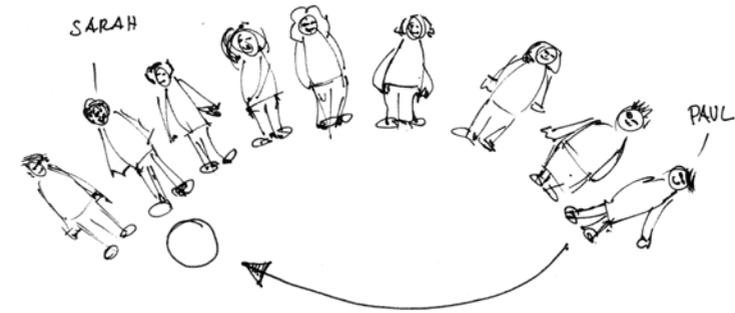
Es werden 2 Kleingruppen gebildet. Die Mitglieder jeder Gruppe stellen sich in einer Reihe auf. Der Abstand soll möglichst 1,50 Meter betragen. Gemessen wird die Distanz zwischen den Personen, d.h. der Körper muss mitberücksichtigt werden. Eine Reihe mit 10 Personen (mit 9 Abständen) ergibt demnach nicht eine Länge von  $9 \times 1,50$  Meter, sondern es kommen vermutlich ca. jeweils 20-30 cm pro Person hinzu, also  $9 \times 1,70$  (bis  $1,80$ ) Meter =  $15,30$  (bis  $16,20$ ) Meter.

Mit einem Zollstock werden die Abstände bzw. wird die Gesamtstrecke überprüft.

### Variante 2:

Für diese Variante müssen keine Kleingruppen gebildet werden. Alle Teilnehmer\*innen stellen sich in einem Kreis auf und versuchen, den Abstand von 1,50 Meter zwischen den Personen einzuhalten. Die Gruppe diskutiert, ob alle Abstände dem Mindestabstand entsprechen und korrigiert entsprechend die Positionen der einzelnen Personen. Wenn alle der Meinung sind, dass die Abstände stimmen, werden sie mit einem Zollstock überprüft.

# Namensball



## Material

2 kleine Bälle in verschiedenen Farben, Softball oder ähnliches

## Ausführung

Die Teilnehmer\*innen stehen im Abstand zueinander in einem Kreis. Wichtig ist, dass alle sich die Reihenfolge, an wen der Ball geht, unbedingt merken sollen. Die Spielleitung spielt mit dem Fuß den Ball einer Person zu und sagt zeitgleich deutlich deren Namen. Diese kickt zu einer anderen Person, während sie deren Namen nennt, usw. Nach jedem Spielzug geht die entsprechende Person in die Hocke. So wissen alle Teilnehmer\*innen, wer den Ball noch nicht hatte. Sind noch nicht alle Namen erlernt, bittet die Spielleitung darum, genau auf Blicke zu achten. So kann jede Person, die angeschaut wird, ihren eigenen Namen nochmal laut sagen.

In der zweiten Spielrunde motiviert die Spielleitung die Teilnehmer\*innen, den Ball in derselben Reihenfolge, aber ein wenig schneller zu kicken. Wenn die Gruppe nun nach einer Runde gut dabei ist, kann ein weiterer andersfarbiger Ball in die Gruppe gegeben werden. Dieser wird in umgekehrter Reihenfolge gespielt.

Nach ein oder zwei Durchgängen kommt ein größerer Ball dazu, gerne ein Softball. Dieser geht in Kreisrichtung reihum. Dieser Ball hat „Vorfahrt“ vor allen anderen Bällen. Gerne kann man ein Thema, welches gut zur Gruppe passt, einflechten. Bei Kindern bietet es sich an, dass dies der Ball ist, welcher zum Zimmer aufräumen, Staubsaugen oder Hausaufgaben machen verdonnert.

Es entsteht nun ein ordentliches Durcheinander, bei dem alle viel Lachen müssen, Namen prägen sich ein und Hemmungen werden abgebaut.

# Blinde, Stumme und Alleskönner

## Material

Wäscheleine, Wäscheklammern, Tücher oder Pullover, Jacken etc.

## Ausführung

Das Spiel wird auf einer Wiese mit Bäumen oder Sträuchern gespielt. Die Teilnehmer\*innen werden in 3 Gruppen eingeteilt: Blinde, Stumme und Alleskönner. Es empfiehlt sich zuerst zu fragen, wer sich vorstellen kann, in der Gruppe der Blinden mitzuspielen. Danach werden die anderen beiden Gruppen bestimmt.

Die Spielleitung entfernt sich mit der Gruppe der Stummen ein wenig. Diese bekommt nun erklärt, was sie der Gruppe der Alleskönner stumm zeigen soll, damit diese die Aufgabe der Gruppe der Blinden übermittelt.

Auf der Wiese stehen Körbe, in denen Wäschestücke liegen. Diese sollen von den Blinden mit Wäscheklammern an eine Wäscheleine, die zwischen zwei Ästen gespannt ist, gehängt werden.

Nun gehen die Alleskönner zu den Blinden und beschreiben ihnen die Aufgabe. Sie dürfen die Blinden dabei nicht anfassen oder ihnen etwas in die Hand geben. Es darf nur gesprochen werden.

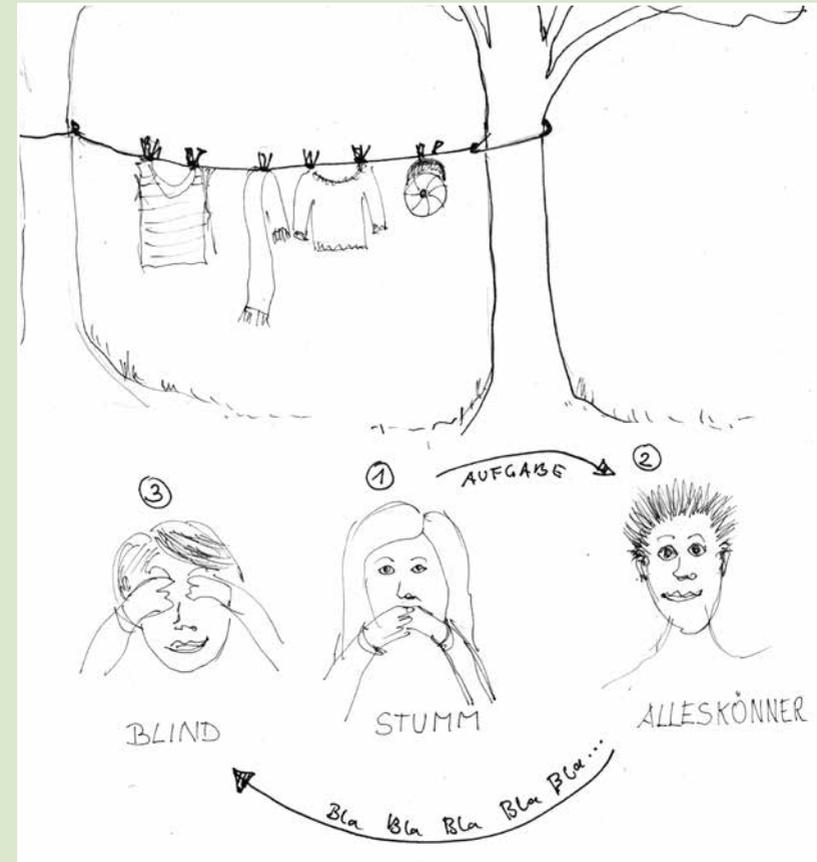
## Variante

Mit älteren Teilnehmer\*innen kann die Aufgabe auch anspruchsvoller gestaltet werden, z.B. kann sie mehrere Stationen durchlaufen: Zuerst müssen die Wäschekörbe mit den Kleidungsstücken und den Wäscheleinen gefunden werden, die zuvor versteckt wurden. Die Teilnehmer\*innen müssen die Wäscheleinen selbst aufhängen, dann die Klammern, welche an den Blättern der Bäume verteilt hängen, suchen und erst dann die Wäsche aufhängen. Hier braucht die Spielleitung ein gutes Gefühl für die Gruppe. Diese sollte weder unter- noch überfordert werden.

## Anmerkung

Die Spielleitung sollte ausreichend Zeit für eine Reflexion einplanen. Denn so können die Teilnehmer\*innen selbst erkennen, ob sie sich gegenseitig unterstützen konnten und ob sie alle Möglichkeiten der Kommunikation ausgeschöpft haben.

Wichtig: Bei „Blindenspielen“ ist es wichtig, dass sich die Blinden freiwillig melden. Es empfiehlt sich, vorher mit den Lehrkräften zu sprechen, ob in der Klasse geflüchtete Schüler\*innen sind, um eventuelle Traumata nicht hochkommen zu lassen.



Kooperationsspiel

# Spaghetti und Marshmallow

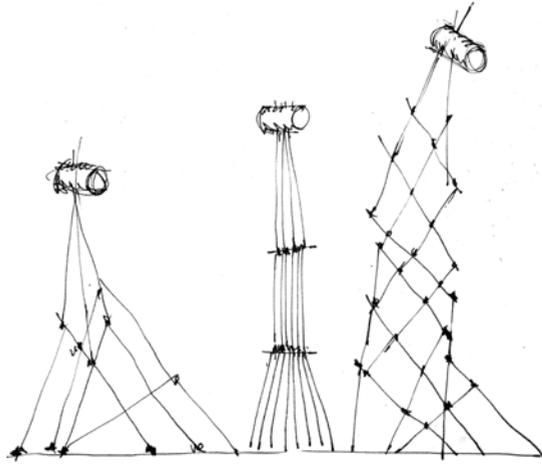
## Material

Spaghetti (alternativ Zeitung),

Marshmallows oder eine kleine Playmobilfigur

Malerkreppband

Tipp: Am besten abgelaufene Lebensmittel im Supermarkt oder über Social Communities besorgen.



## Ausführung

Es werden Kleingruppen mit jeweils ca. 4 Teilnehmer\*innen gebildet. Jede Gruppe bekommt 1 Meter Malerkreppband, 1 Marshmallow und 18 Spaghetti. Das Material wird in die Mitte gelegt, die Teilnehmer\*innen stehen im Abstand zueinander drumherum. Die Spielleitung erklärt, dass sie nun 18 Minuten Zeit haben, um mit den verteilten Materialien den höchstmöglichen Turm zu bauen. Auf dem Turm muss das Marshmallow liegen. Der komplette Turm muss 18 Sekunden halten und darf erst danach zusammenfallen. Abwechselnd tritt jede Person in die Mitte und führt einen Bauschritt durch, während die anderen weiterhin Abstand halten, zuschauen, kommentieren und Tipps geben. Prämiert wird wahlweise der höchste, der originellste oder der technisch versierteste Turm.

## Variante:

Für die Aufgabe können die Spaghetti durch Zeitungspapier ersetzt werden, statt Marshmallows kann eine kleine Figur auf den Turm gesetzt werden.

## Anmerkung

Die Spielleitung sollte genügend Zeit für eine Reflexion einplanen. So kann die Gruppe selbst erkennen, ob die Teilnehmer\*innen sich gegenseitig gut zugehört haben, ob gemeinsam Lösungsstrategien entwickelt wurden oder einfach nur drauflos propiert wurde. Falls es zu Spannungen in den Teams gekommen ist, ergibt sich eine tolle Möglichkeit, in der gesamten Gruppe nach gemeinsamen Lösungen zu suchen.

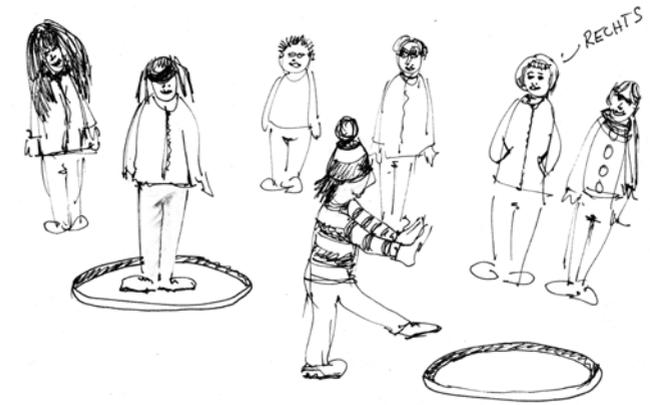
Teamspiel

# Blinde in Hula-Hoops schicken

## Material

Augenbinden oder Mützen

Hula-Hoops



## Ausführung

Die Teilnehmer\*innen bilden einen Kreis mit entsprechendem Abstand und bestimmen aus der Gruppe freiwillige „Blinde“, allerdings nicht mehr als es Sehende gibt. Diese Blinden dürfen nun in den Kreis treten. Sobald die Augenbinden angelegt bzw. die Mützen über den Augen sind, legen die Sehenden so viele Hula-Hoops in den Kreis, wie es Blinde gibt.

Jede sehende Person darf nun nacheinander je eine Anweisung an eine blinde Person geben, die sie zu einem Hula-Hoop-Reifen navigiert. Reihum wird das Spiel fortgesetzt. Es gibt so viele Runden, bis jede blinde Person in einem Hula-Hoop angekommen ist. So kommen auch diejenigen der Gruppe zu Wort, die vielleicht sonst nicht so redefreudig sind.

## Anmerkung

Durch das stumme Spiel, bzw. dadurch, dass immer nur eine sehende Person sprechen darf, wird die Gruppe automatisch achtsamer. Ein schönes Teamgefühl entsteht durch die gelöste Aufgabe. Es kann in der Gruppe besprochen werden, wo es noch Potential zur besseren Kommunikation gibt. Eine gute Reflexion ist hier schön und wichtig, denn dieses Spiel birgt viel Gruppenpotential. So kann vieles im und für das Team entdeckt werden.

Wichtig: Bei „Blindenspielen“ sollten sich die Blinden freiwillig melden. Es empfiehlt sich vorher mit den Lehrkräften zu sprechen, ob in der Klasse geflüchtete Schüler\*innen sind, um eventuelle Traumata nicht hochkommen zu lassen.

# Flummibahn

## Material

ca. 1 Meter lange Winkelprofile (1 pro Person)  
oder ähnlich lange Pappröhren

Flummiball

## Ausführung

### Für jüngere Kinder:

Die Gruppe bildet einen Kreis. Nun verteilt die Spielleitung ein Winkelprofil an jede Person. Aus den Winkelprofilen baut man die Bahn – sie dienen gleichzeitig als Abstandhalter zwischen den Teilnehmer\*innen. Die Gruppe bekommt nun einen Flummiball und darf diesen im Kreis auf der Bahn aus Winkelprofilen laufen lassen.

Sehr oft bittet die Gruppe um eine zweite Runde. Hier ist es schön, wenn die Spielleitung um eine stumme Runde bittet und zusätzlich die Teilnehmer\*innen einschätzen lässt, wie viele Runden der Flummi schafft, bis er runterfällt.

Nach dem Spiel macht die Spielleitung eine Mini-Reflexionsrunde. So lernen die Teilnehmer\*innen die Kraft der Konzentration spielerisch kennen.

### Für ältere Kinder oder Erwachsene:

Die Spielleitung gibt jeder Person ein Winkelprofil. Die Teilnehmer\*innen dürfen sich kurz besprechen, wie sie den Ball am längsten in Bewegung halten. Der Flummi darf nicht rückwärtslaufen, nur vorwärts. Läuft er rückwärts, beginnt das Spiel von vorne. Nicht jede Gruppe kommt sofort auf den Einfall mit einer Kreisbildung.

### Variante:

Die Gruppe legt alle Winkelprofile in einer geraden Reihe aneinander. An einer festgelegten Stelle (z.B. Baum) wird der Flummi auf das Winkelprofil gelegt. Kurz vor dem Ende der Bahn steht ein Eimer auf dem Boden, in den der Flummi gleiten soll. Der Eimer steht so, dass das letzte Winkelprofil sehr schräg in den Eimer gehalten werden müsste bzw. die Gruppe die Winkelprofile an manchen Stellen aufeinanderlegen müssten. Fällt der Flummi aus der Bahn oder rollt er rückwärts, muss die Gruppe von vorne beginnen.



Wieder zu sich kommen

# Rauf und runter

## Material

Stuhlkreis

## Ausführung

Die Teilnehmer\*innen bilden einen Kreis und stehen vor ihren Stühlen. Die Spielleitung bittet darum, dieses Spiel stumm zu spielen. Bei der Ansage „runter“ senken alle den Blick nach unten zum Boden. Sobald die Spielleitung „rauf“ sagt, schaut jede Person eine beliebige Person an. Treffen sich die Blicke zweier Teilnehmer\*innen, so setzen sich diese auf ihren Platz.

Wenn sich keine Blicke mehr treffen können, ist das Spiel beendet.

## Anmerkung

Durch das stumme Spiel wird die Gruppe automatisch achtsamer. Nun kann sie ein neues Thema beginnen oder wieder konzentrierter zuhören.

## Tipp:

Auch ein gutes Spiel, um Zweiergruppen zu bilden.



Reflexion

# Minireflexion

## Material

Unsere Hände

## Ausführung

Die Teilnehmer\*innen sitzen oder stehen im Kreis. Die Spielleitung hält den Daumen hoch, fährt einmal kurz runter mit dem Daumen und dann wieder in die mir-geht's-gut-Position.

Währenddessen sagt sie: „Gebt mir bitte kurz eine Idee, wo ihr gerade seid!“

Die Spielleitung kann auch darauf hinweisen, dass man die Kraft meint, oder die Lust auf mehr oder weniger (Spiele, Erfahrungen, etc.).

# Fahrradreflexion

## Material

Fahrrad, Namensaufkleber, Stifte

## Ausführung

Diese Reflexion ist perfekt am Ende eines Tages. Die Teilnehmer\*innen sitzen im Kreis. Die Spielleitung bittet nun jede Teilnehmerin und jeden Teilnehmer, sich zu überlegen, an welcher Stelle des Fahrrads sie oder er sich in der Gruppe sieht, wenn das Fahrrad die Gruppe wäre. Eine Person nach der anderen klebt den mit ihrem Namen beschrifteten Aufkleber an die entsprechende Stelle des Fahrrads.

Am Ende hat die Spielleitung eine gute Idee davon, wie sich die Gruppe untereinander fühlt.

## Anmerkung

Spannend ist, dass in vielen Gruppen am Ende die Teilnehmer\*innen fragen, ob sie sich doch noch einmal „umkleben“ dürfen. Dies eröffnet der Spielleitung eine wunderbare Gelegenheit, der Gruppe mitzugeben, dass ja ein jeder Tag uns die Möglichkeit gibt, wieder eine neue Position im Leben und in der Gruppe einzunehmen.



# Leben in der Einen Welt: Gemeinsam schaffen wir es

Ziel der Bildung für eine nachhaltige Entwicklung (BNE) ist das Erwerben von Gestaltungskompetenz, um an einer nachhaltigen Entwicklung mitwirken zu können. Dabei steht das Fördern besonders solcher Kompetenzen im Vordergrund, die Menschen kooperations-, verhandlungsfähig und mutig für eigenes Handeln auch auf neuen Wegen macht. Die Arbeitsweisen und Methoden der BNE ermöglichen zunächst eigene Erfahrungen, die anschließend gemeinsam reflektiert werden und dadurch zielgerichtetes, problemlösendes Verhalten fördern.

## Abenteuer und Kooperation – Klasse(n) Team

Für Grundschulen und Klassen der Sekundarstufe

Das Programm ist in der Regel dreistündig von 9.00 bis 12.00 Uhr oder von 14.00 bis 17.00 Uhr und findet vorwiegend draußen statt. Die Kosten betragen 5,00 € pro Schüler\*in, jedoch mindestens 100 Euro pro Gruppe (Stand 01.01.2021).

## Information und Anmeldung:

Münchner Umwelt-Zentrum e.V.  
Ökologisches Bildungszentrum München  
Englschalkinger Straße 166  
D-81927 München

Telefon: (0 89) 93 94 89-71 | E-Mail: [muz@oebz.de](mailto:muz@oebz.de)  
[www.oebz.de](http://www.oebz.de)



## Kooperationsspiele Online

Eine praxisorientierte  
Handreichung für  
unterhaltsamere  
Online-Treffen

Tipps für die Moderation von Online-Meetings, Warm Ups,  
Energizer und Kooperationsspiele von Harry Schwimmer

© 2020 MUZ/ÖBZ, Broschüre, 54 Seiten, DinA4

[www.oebz.de/kooperationsspiele-online](http://www.oebz.de/kooperationsspiele-online)

In dieser kleinen Broschüre haben wir beispielhaft ein paar Anleitungen für Kooperationsspiele zusammengestellt, die aus der Überlegung entstanden sind, wie derartige Übungen corona-konform abgehalten werden können. Die Erfahrungen sollen ermutigen, Kooperationsspiele auch unter den derzeit schwierigen Rahmenbedingungen durchzuführen. Draußen an der frischen Luft und mit dem gebotenen Abstand.