

Erfassung Methoden für die Betreuer*innenausbildung

Titel	Marschieren im Quadrat
Themenbereich	Gruppendynamik Reaktionsfähigkeit, Rhythmusgefühl und Wahrnehmung der anderen Gruppenmitglieder sollen in der Kombination mit Bewegung geschult werden.
Dauer	10 Minuten
Benötigte Materialien	Etwas Platz
Min./ Max. Teilnehmer*innenanzahl	5-30 Personen
Beschreibung der Methode	<p>Es wird ein Quadrat mit ungefähr der gleichen Teilnehmendenzahl an den Seiten gebildet. Je nach Größe des Quadrats bekommen die Teilnehmenden vier, sechs oder acht Klatscher Zeit, um von der einen Seite zur anderen Seite zu kommen. Wie viele Teilnehmende die Seite wechseln, wird von der Leitung zwischen den Klatschern angesagt. Die Leitung zählt also z.B.: „1-2-3-4-(3)-1-2-3-4-(1)-1-2-3-4-(2)-1-2-3-4-(3)-1-2-3-4.“. Die Ansagen gelten im Uhrzeigersinn für jede einzelne Seite des Quadrates.</p> <p>Die jeweilige Gruppe muss sich schnell in der Situation entscheiden, wer von ihnen losläuft. Rhythmus, schnelle Entscheidung, Gruppenbildung stehen im Vordergrund.</p>
Weiterführendes Material/ Literatur	
Quellenangabe	gesund+stark: Aktionen zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsbildung - transfer e.V. (transfer-ev.de)