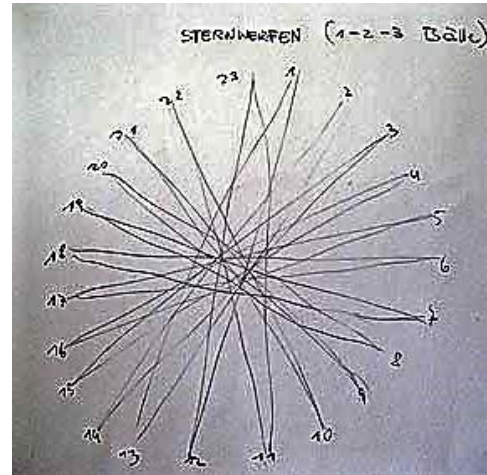


**1 Kurzbeschreibung**

Diese Konzentrationsübung mit 1-3 Bällen hat, wenn auch nicht auf den ersten Blick ersichtlich, sehr viel mit gelungener Kommunikation zu tun.

Die Lerner\*innen stellen sich in regelmäßigen Abständen (so dass sich die ausgestreckten Arme gerade nicht berühren können) im Kreis auf (Durchmesser ca. 5-6 Meter). Die/der Lernbegleiter\*in erklärt die Grundlagen für das Werfen und Fangen von Bällen. Die/der Werfer\*in muss sich nonverbal bei der/dem Fänger\*in durch Augenkontakt, Gestik und Mimik rückversichern, dass diese/r bereit ist zum Fangen des Balles. Dadurch entsteht ein unsichtbares Band zwischen Werfer\*in und Fänger\*in, wodurch die Aktion gelingen kann. Wichtig ist auch, dass die/der Werfer\*in beim Schießen sachte von unten nach oben ausholt und gut zielt. Die/der Fänger\*in hingegen darf keinen Augenblick mit ihrer/seiner Konzentration abdriften.



Nun wirft die/der Lernbegleiter\*in, die/der Mitspielt, jener/m Mitspieler\*in, die/der direkt im Kreis gegenübersteht, den ersten Ball zu (z.B. 1 wirft zu 13, 13 wirft zu 2, 2 wirft zu 14, 14 wirft zu 3, 3 wirft zu 15 ... bis der Ball wieder bei 1 angekommen ist. Die Aufgabe besteht lediglich darin, dass der Ball nicht auf den Boden fallen darf, bis die erste Runde erfolgreich durchgespielt ist. Was so leicht klingt, ist für manche Lerngruppen fast ein Ding der Unmöglichkeit, für andere wieder recht leicht. Wie auch immer, wenn der Ball zu Boden fällt, muss ganz von vorne begonnen werden!  
Wird die Runde mit einem Ball geschafft, kommt ein zweiter Ball ins Spiel, dann ein dritter Ball. Eventuell braucht es dafür mehrere Durchgänge zu unterschiedlichen Zeitpunkten.

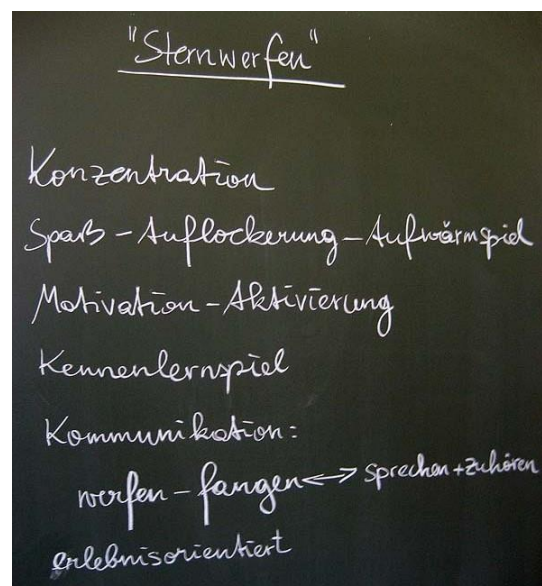
**2 Praxiserfahrungen**

Diese Übung eignet sich sehr gut für Lerngruppen, die sich noch nicht gut kennen und sich erst einmal „kommunikativ“ aufeinander einstimmen sollen.

Man kann die erste Runde beim Werfen und Fangen auch damit verbinden, dass beim Werfen der Vorname der/des Fänger\*in laut genannt wird.

Eine große Spannung entsteht innerhalb der Lerngruppe durch die Herausforderung, fehlerfrei zu spielen. Meistens gibt es jemanden, die/der schlecht wirft oder fängt. Dann ist es wichtig, dass diese/r nicht übermäßig kritisiert wird. Die Gruppe beginnt das Spiel einfach noch einmal.

Bei der Nachbesprechung wird auch darauf hingewiesen, dass „werfen und fangen“ sehr viel zu tun hat mit „sprechen und zuhören“.



**3 Info + Material**

In Anlehnung an: Thal, J. & Vormdohre, K. (2006). Methoden und Entwicklung. Basismaterialien für effektiven und aktivierenden Unterricht.

Material: 3 verschiedenfarbige Schaumstoffbälle oder Tennisbälle