

Durchführung und Reflexion von Teamübungen



Grundablauf von wertebildenden Teamübungen

Inszenierung

Geben Sie der Übung Sinn: Neben Regeln und Rahmenbedingungen erläutern Sie in diesem ersten Schritt, welche inhaltliche Bedeutung die Übung für das Team hat. Verraten Sie nicht zu viel und nehmen Sie dabei die Reflexion nicht vorweg. Aber damit die Jugendlichen sich auf die Übung einlassen, benötigen sie grundlegende Informationen, etwa: »Fußball ist Teamsport und bei den Übungen heute geht es um euch als Team.«

Durchführung

Hier tritt die Mannschaft in den Vordergrund. Während sie die Übung erlebt, beobachten Sie nur (auch wenn Sie den Drang verspüren einzugreifen).

Intervention

Wenn sich die Spielerinnen und Spieler in einer Sackgasse befinden, die über längere Zeit andauert, können Sie den Prozess unterbrechen und die Gruppe dabei unterstützen, selbst eine Lösung zu finden. Am besten durch Hinweise oder Fragen, nicht durch konkrete Lösungsanweisungen.

Auswertung

Sammeln Sie die unterschiedlichen Erfahrungen aus der Übung. Während der Reflexion bieten sich zahlreiche Möglichkeiten, Themen und Werte anzusprechen, die für die Spieler/für die Mannschaft von Bedeutung sind. Wichtig: Fragen stellen und Spieler antworten lassen! Nicht selbst die Auswertung vornehmen und die Übung erklären!



Auswertung von Übungen

Erinnern

Die Spieler erinnern sich gemeinsam an das, was geschehen ist.

- Wie war der Verlauf?
- Was habt ihr beobachtet?
- Ist euch etwas Besonderes aufgefallen?
- Wie ging es euch in der Übung? Wie habt ihr sie erlebt?
- Wie habt ihr Vertrauen/Zusammenarbeit etc. erlebt in dieser Übung?
- Welche Phasen waren schwierig zu bewältigen? Wie ist euch das doch gelungen?

Verstehen

Die Spieler verstehen den Wert (den Sinn) der Übung aus dem eigenen Erleben und Nachdenken heraus.

- Welche Strategie habt ihr bei der Lösung verfolgt?
- Welche Schritte waren hilfreich, um die Aufgabe zu lösen?
- Welche Rolle spielte Kommunikation bei der Übung?
- Wer wurde wie unterstützt?
- Wer hatte welche Rolle bei der Durchführung?
- Welche Regeln haben gegolten? Wie seid ihr damit umgegangen? Wer hat darauf geachtet?
- Was war wichtig, um das Problem zu lösen/die Übung erfolgreich zu meistern? Was hat das mit Werten zu tun? Welche Werte stecken dahinter?
- Welche Bedeutung haben diese Werte für eure Mannschaft?
- Wie viel Fußball steckt in diesen Werten?
- Welcher Sinn steckt hinter der Übung?

Anwenden

Die Spieler entwickeln und formulieren mögliche Anwendungen für den Transfer in den Fußballalltag.

- Wo im Verein, in der Mannschaft, im Team wollen wir über Werte sprechen?
- Was nehmen wir aus der Übung mit?
- Wo könnte das nützlich sein – etwa im Training oder beim Spiel?
- Was wollen wir als Nächstes tun?
- Wo liegt für euch der Sinn dieser Aufgabe?
- Was sind eure Erkenntnisse aus der Übung für unser Miteinander auf dem Fußballplatz?

Analysieren

Sie als Trainer finden heraus, wie gut die Spieler etwas verstanden haben.

- Wie würdest du das in deinen eigenen Worten beschreiben?
- Hast du ein Beispiel für das, was du meinst?
- Was denkst du, wird passieren, wenn ...?