

Ein gutes Team fällt nicht vom Himmel!

... und deswegen helfen wir euch, eins zu werden!

Außer dem **gemeinsamen Fußballtraining** könnt ihr noch andere Sachen machen, um besser miteinander zu matchen und als erfolgreiches Team beim Konfi-Cup abzuschneiden!

Unsere Empfehlungen für euch:

- 2 Übungen, um euch zu fokussieren,
- 1 Übung, um eure Kommunikation zu verbessern,
- 1 Übung, um euren Teamgeist zu schärfen: unseren Fairplay-Wettbewerb mit Preis im Wert von 500€!

Und so geht's:

- Ihr könnt jede Übung auch einzeln machen. Besser wirken sie aber, wenn man sie hintereinander macht. Dafür ist es nützlich die Reihenfolge einzuhalten.
- Nehmt euch Zeit (Angaben dazu findet ihr auf den Übungsblättern).
- Vielleicht fragt ihr eine*n Teamer*in, Jugendleiter*in oder Pfarrer*in, ob ihr bei der Anleitung Unterstützung bekommen könnt.
- Bevor es losgehen kann:
 - Besorgt alle Materialien
 - Klärt, wer die Übungen vorliest und evtl. den Timer stellt
- Achtet aufeinander und eure Grenzen! Macht nur, was für alle ok ist.

Viel Spaß!

1-2-3

Zeit: 5 Min

Ist gut: ... zum Wachwerden, ... für die Körper-Koordination, ... lenkt die Achtsamkeit auf die Interaktion im Team

Material: Evtl. Timer am Handy, um 1 Minute pro Runde anzuzeigen

Teams: Zu Zweit

Aufgabe:

- Ihr zählt abwechselnd bis drei!
A: „Eins“
B: „Zwei“
A: „Drei“
B: „Eins“
Und immer so weiter.
- Wenn ihr das mühelos schafft, ersetzt ihr die Zahl „eins“ und klatscht anstatt dessen in die Hände. Also >Klatsch<, „zwei“, „drei“, >Klatsch<...
- Wenn auch das einige Runden gut gelaufen ist, kommt der nächste Schritt: ihr ersetzt die Zahl Zwei durch einen Hüpf in die Luft. Also >Klatsch<, >Hüpf<, „drei“...
- In der letzten Runde ersetzt ihr noch die Drei durch den Ausruf „Goal!“, also >Klatsch<, >Hüpf<, „Goal!“

Steigerungsvariante:

- Ihr ersetzt nacheinander wieder die Bewegungen und den Ausruf durch die Zahlen Eins bis Drei.

Los geht's!

Tipp-Kick

Zeit: 10 Min

Ist gut: ... zum Wachwerden, ... für die Körper-Koordination, ... lenkt die Achtsamkeit auf die Interaktion im Team

Material: Evtl. Timer am Handy, um 1 Minute pro Runde anzuzeigen

Teams: Zu zweit

Aufgabe:

- Eine Person von euch ist der*die Tipp-Kick Figur, die andere Person der*die „Spieler*in“. Die Tipp-Kick-Figur stellt sich vor die*den Spieler*in und befolgt deren Anweisungen.
- Je nachdem an welche Körperstelle getippt wird, muss das passende Körperteil gehoben werden: Hüfte rechts/links bedeutet rechtes oder linkes Bein heben; Schulter rechts/links bedeutet rechten oder linken Arm heben (Schussbewegung bzw. Ball wegschlagen).
Besprecht, wo es für euch ok ist, von der anderen Person berührt zu werden und wie getippt oder geklopft werden soll – bleibt behutsam miteinander!
- Nun gibt's verschiedene Steigerungsformen beim Tipp-Kick-Training:
 - Stellen einzeln antippen und erst nach erfolgter Bewegung die nächste Stelle antippen.
 - Drei Stellen schnell hintereinander antippen, die Figur führt die drei Bewegungen in der richtigen Reihenfolge aus.
 - Jetzt tauscht ihr die Seiten: rechts tippen bedeutet links bewegen! Zunächst wieder nur einzeln tippen.
 - Danach gern auch wieder dreimal hintereinander.
 - Wenn das alles noch gut klappt, kann zusätzlich noch oben und unten vertauscht werden, dann müssen die Bewegungen diagonal ausgeführt werden.

Tauscht als nächstes die Positionen. Achtet darauf, dass die neue Tipp-Kick Figur wieder genug Zeit bekommt, sich an die Aufgabe zu gewöhnen!

Los geht's!

(K)eine Niederlage

Zeit: 10 – 30 Min

Ist gut: ...um sich als Team wahrzunehmen..., ...um zu sehen, wie die Rollen im Team verteilt sind..., ...um die Absprachen zu verbessern...

Material: Ein Hoolareifen – wenn es den nicht gibt, geht auch: Besenstiel | Zeltstange | Bambusstange etc.

Aufgabe: **Variante Hoolareifen:**

- Alle Teammitglieder stellen sich rund um den Hoolareifen auf und strecken einen Zeigefinger aus, die Arme sind leicht angewinkelt, vorgestreckt. Der andere Arm wird nicht genutzt.
- Nun wird der Hoolareifen von einer Person auf allen Zeigefingern abgelegt. Er muss von allein auf den Fingern liegen bleiben und darf nicht herunterrutschen.
- Der Reifen darf von nun an nichts anderes berühren als die Zeigefinger. Zugleich **muss jede Person zu jeder Zeit ihren Finger am Reifen lassen.**
- Eure Aufgabe besteht nun darin, den Reifen gemeinsam auf dem Boden abzulegen. Ihr dürft miteinander sprechen.
- Verlieren eine oder mehrere Personen den Kontakt zum Reifen, fangt ihr von vorn an.

Variante Besenstiel, Stange o.ä.:

- Die Aufgabe ist identisch mit der beim Hoolareifen, nur dass ihr euch an beiden Seiten des Stabs in zwei Reihen gegenüber aufstellt und eure Zeigefinger vorstreckt.

Viel Erfolg!

Bitte umdrehen!

Fragen zur Reflexion:

Um für euch daraus einen **Nutzen für eurer Zusammenspiel auf dem Platz** zu ziehen, könnt ihr miteinander über diese Fragen ins Gespräch kommen:

- Wie ging es allen Personen einzeln in der Übung? Was tat gut, was hat euch frustriert?
- Falls ihr verschiedene Strategien ausprobiert habt – welche hat am besten funktioniert?
- Haben sich alle damit wohl gefühlt?
- Was könnte das für eure Kommunikation und euer Zusammenspiel auf dem Platz bedeuten?
- Welche Verabredungen wollt ihr treffen? Was soll auf dem Platz (nicht) passieren?

Macht mit beim

Fairplay-Wettbewerb

und gewinnt

einen Tagesausflug eurer Wahl

für 500 €

Wofür steht ihr als Team? Wofür setzt ihr euch ein? – Zeigt es uns!

Die FIFA macht es Fußballteams schwer, Haltung zu zeigen und untersagte bei der WM 2022 z.B. das Tragen von One-Love-Binden. Beim Konficup ist das anders: Nutzt eure Kapitän*innenbinde, um ein Zeichen zu setzen und teilt eure Visionen für ein gutes Miteinander!

Und so geht es:

- 1) **Überlegt euch**, bei welchen Themen euch ein fairer Umgang besonders wichtig ist. Klimaschutz, Gendergerechtigkeit, Frieden, Diversity, Demokratie, Inklusion, Kinderrechte... oder etwas ganz anderes?
- 2) **Besprecht**, wie ihr eure Botschaft auf die Kapitän*innenbinde bringen könnt. Wie wollt ihr eure Aussage darstellen? Diese Kriterien sind der Jury wichtig: Klarheit der Botschaft, Kreativität und Qualität der Umsetzung.
- 3) **Malt, bastelt, näht oder, oder** – macht die Kapitän*innenbinden zu EURER. Ihr könnt die beiliegenden Materialien, aber auch andere nutzen.
- 4) **Schreibt** eine kurze Erklärung, warum ihr eure Armbinde genau so gestaltet habt.

Bitte umdrehen!

- 5) **Tragt** eure Kapitän*innenbinde bei euren Spielen, im Kirchenkreis-Wettbewerb und auch beim Finale und zeigt eure Botschaft!
- 6) **Reicht eure Armbinde bei uns ein.** ALLE Teams (auch die auf Kirchenkreis-Ebene Ausgeschiedenen!) können mitmachen:

Seid ihr in der ersten Runde ausgeschieden? Dann steckt ihr eure [Armbinde mit der Erklärung](#) in einen Umschlag und schreibt eure Gemeinde drauf. Gebt sie beim Organisationsteam ab, die leiten sie an uns weiter.

Seid ihr das Siegerteam, dass zum EKIR-Turnier kommt? Dann bringt ihr sie einfach zum Turnier mit und reicht sie nach den Spielen bei uns ein.
- 7) **Am Finaltag** sichtet eine Jury alle eingereichten Binden und bewertet sie. Das Gewinnerteam wird noch vor Ort bekanntgegeben.

Viel Erfolg!

Eure Fragen beantwortet gerne

Kai Steffen | mobil 0179-7730550 | kai.steffen@ekir.de