

„KRAFT - Kreative, praxisorientierte Methoden zur individuellen Entwicklung” TPPA/2013/03/26

Praxisorientierte Methoden zur Ermittlung und Entwicklung von Kompetenzen in der individuellen Beratung
- Beispiele aus der schweizerischen Praxis -

Becherspiel

1. **Quellennachweis:** <http://de.musicplayon.com/play?v=111009>
2. **Zielgruppe der Methode:** offen für Alle
3. **Welche Fertigkeiten, Kompetenzen, Kenntnisse können mit Hilfe dieser Methode gemessen bzw. entwickelt werden?**
Folgende Schlüsselqualifikation werden trainiert:
 - Neues lernen
 - Teamfähigkeit
 - KommunikationsfähigkeitDamit verbessert sich
 - Konzentration
 - Hirn lüften
 - Energie tanken
4. **Ist die Methode für Einzelpersonen oder für Gruppen gedacht?**
 - Klein- und Grossgruppen
 - Einzelpersonen (bei dieser Variante können nicht alle Schlüsselqualifikationen trainiert werden)
5. **Kurze Beschreibung:**

Die Teilnehmenden lernen eine rhythmische Sequenz mit einem Becher, zwei Händen und einem Tisch ausführen. Diese wird in der Gruppe mehrmals nacheinander gespielt. Dabei wandern die Becher immer am ende der Sequenz von einer Person zur nächsten.

Teilnehmende, die die Sequenz schon beherrschen, trainieren neue Teilnehmende. Möglich ist auch die Instruktion durch die Kursleiterin oder durch Videoanleitungen im Internet. Wenn alle die Sequenz beherrschen, übt die ganze Gruppe unter Führung einer Person das Zusammenspiel. Wichtig sind perfektes Timing, Durchhalten und dranbleiben bis zur Perfektion. Das Dirigieren der Gruppe können Teilnehmende oder die Kursleitung übernehmen. Die Sequenz eignet sich zum Visualisieren von verschiedenen Schlüsselqualifikationen. Sie kann aber auch dann eingesetzt werden, wenn die Batterien der Gruppe schwach sind und eine Powerübung für neuen Schwung sorgen muss.

Die Sequenz mit einem Becher kann auch variiert werden: dazu kann gesungen werden, Choreografien erfunden werden. Inputs durch Teilnehmende können eingebaut werden.

The project is supported by a grant from Switzerland through the **Swiss Contribution**.

Beobachten der Teamarbeit: was braucht es, damit das Zusammenspiel klappt? Braucht es jemanden, der das Kommando gibt? Daraus entstehen Diskussionen.

6. **Zeitdauer:** Ca. 3 x 20 Minuten für das Erlernen der Sequenz,
5 bis 10 Minuten als Powerübung wenn die Sequenz von allen beherrscht wird.
7. **Räumlichkeiten:** Drinnen oder draussen
8. **Dokumentation zur Methode:** TeilnehmerIn, die die Sequenz schon gut beherrscht zeigt Schritt für Schritt die Sequenz vor.

Möglich ist auch, mittels Trainingsvideos im Internet (<http://www.youtube.com/watch?v=zLBdWDoBevs>) die Sequenz zu trainieren.

Wenn alle die Sequenz beherrschen, trifft sich die ganze Gruppe rund um einen grossen Tisch.

Kommando durch eine Person. Diese bestimmt Dauer und Tempo der Übung.

9. **Werkzeuge:**

9.1 Gegenstände und sonstige greifbare Werkzeuge:

- 1 Plastikbecher/ Person
- ein grosser Tisch mit Platz für alle
- 1 Stuhl/Person
- (möglich ist es auch, das Spiel auf dem Boden sitzend zu spielen)

9.2 Virtuelle Tools, Softwares:

Internetzugang

10. **Evaluation:** Mündliches Feedback der Teilnehmenden nach der Übung: wie fühlen Sie sich jetzt?
11. **Fachkräfte:** Eine Kursleitende.
12. **Kontaktdaten einer Organisation, welche die genannte Methode anwendet**
 - a. **Name der Organisation:** Förderverein cocomo
 - b. **Adresse der Organisation:** Hardturmstrasse 175, 8005 Zürich
 - c. **Webseite der Organisation:** www.cocomo.ch
 - d. **Ansprechperson:** Alex Della Valle
 - e. **E-Mailadresse der Ansprechperson:** dellavalle@cocomo.ch
 - f. **Telefonnummer der Ansprechperson:** 0041 44 366 64 00
13. **Internetquellen:** <http://www.youtube.com/watch?v=zLBdWDoBevs>: