



# neXTtools.de

Methoden zum machen, spielen, qualifizieren und weltverbessern

Die Methoden stehen unter der Lizenz "Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 3.0 Deutschland Lizenz."

Landesjugendring Niedersachsen e.V.  
Zeißstraße 13  
30519 Hannover

Telefon: (+49) 0511 / 51 94 51 - 0  
Telefax: (+49) 0511 / 51 94 51 - 20  
E-Mail: info@ljr.de

## Abschlag am Seil

### Unterkategorie

Freizeiten & Seminare

### Dauer

bis zu 30 Minuten

### Teilnehmeranz.

8 - 0

### Alter

0 - 0

### Material

#### Bezeichnung Anzahl Variiert mit TN-Zahl

Kletterseile 1 Nein

#### Wo kann man die Aktion machen?"

- Wiese
- Sportplatz
- Turnhalle
- Seminarraum

#### Ziele: Was soll mit der Methode erreicht werden?

Warming-Up; Bewegung; Spaß bei größeren Gruppen: Strategie

#### Kurzbeschreibung: Worum geht's?

Alle Mitspieler, bis auf einen Freiwilligen, stellen sich um das Seil herum in einem Kreis auf und ergreifen das Seil. Ein Freiwilliger stellt sich in den Kreis. Seine Aufgabe ist es nun, die Hände der anderen, die das Seil halten mit seiner Hand abzuschlag

#### Ablauf: Beschreibe genau die einzelnen Schritte! Mach Zeitangaben, gib Aufgabenstellungen etc

Vorbereitung: Das Kletterseil an den Seilenden zusammenbinden und in einem Kreis ausgelegt.

Beschreibung: Alle Mitspieler, bis auf einen Freiwilligen, stellen sich um das Seil herum in einem Kreis auf und ergreifen das Seil. Ein Freiwilliger stellt sich in den Kreis. Seine Aufgabe ist es nun, die Hände der anderen, die das Seil halten mit seiner Hand abzuschlagen. Gelingt ihm dies oder berührt das Seil an irgendeiner Stelle den Boden, darf der Freiwillige aus dem Kreis. Derjenige, dessen Hand abgeschlagen worden ist oder an dessen Stelle das Seil den Boden berührt hat, muss in den Kreis. Dies wird umso schwieriger, je weniger Raum zur Verfügung steht, da dann das Seil nicht immer gut gespannt sein kann.

Kommentar / Diskussionsanregungen:

Nettes Warm-up besonders an kalten Wintertagen, das zum einen viel Bewegung verspricht und zum anderen bei größeren Gruppen -und damit mehreren Freiwilligen in der Mitte - auch eine strategische Komponente bekommt. Variationen: Je nach Erfolg des Freiwilligen kann er mit zusätzlichen Freiwilligen verstärkt werden.

**Schlagworte**  
WUP

**Anhang**



[Abschlag am Seil.pdf](#)

**Aufwand**  
wenig