



Diverse Warm-Ups und Bewegungsspiele

Auflockerungsspiele für Zwischendurch

Benötigte Materialien:

Divers (Marshmallows und Spaghettis; Post-Its)

Durchführung:

Spaghetti Tower: In zehn Minuten einen möglichst hohen, freistehenden Turm aus Marshmallows und Spaghettis bauen (Konstruktionsprinzipien)

Yes but, Yes and: Gruppe soll in zwei Minuten eine Reise von Zürich nach Shanghai planen. Jeder soll sich einbringen, aber immer mit dem Vorspann „Ja, aber...“. Danach dieselbe Aufgabe mit „Ja und...“ Reflexion darüber, wohin die Reise geführt hat und warum

Races: 4-5 Teilnehmer müssen sich über eine Strecke von 10-15 Metern so fortbewegen, dass nur vier Füße und sechs Hände den Boden berühren. Das schnellere Team gewinnt das Rennen

Assembly: Anordnung im Raum nach einem selbst zu findenden Muster zu verschiedenen Fragen (Schuhgröße, Lieblings-Urlandsland)

Strichmännchen: Zu verschiedenen, vorgegebenen Emotionen Strichmännchen auf Post-Its zeichnen in 5 Minuten. In Spalten nach Emotionen ordnen (Gut als Start für Brainstorming / Prototyping)

Ziele:

Team-Zusammenarbeit, Gruppenregeln, Kennenlernen

Geeignete Themen:

Kein thematischer Bezug, Kennenlernen, Team-Building

Anmerkungen:

Bei unmotivierten Teilnehmern schlecht umsetzbar, kann schnell überflüssig wirken, kein Themenbezug, kein konkreter Workshop-Bezug

Quellen:

Ueberrickel: „Design Thinking. Das Handbuch“

Rahmendaten

Phase des Workshops:
Warm-Up

Ideale Gruppengröße:
ab 4 Personen

Zeitbedarf:
10-15 Minuten

Voraussetzungen:
Motivierte Teilnehmer, Moderator für Zeiteinhaltung

