



Il bastone in comune

Istruzioni



Obiettivo del gioco:
lavoro di squadra



Partecipanti:
8 - 6



Durata:
ca. 15 - 20 min



Attività motoria:
facile



Preparazione:
nessuna

Svolgimento del gioco:

I partecipanti formano un corridoio, cioè due file della stessa lunghezza che si fronteggiano. Tendono gli avambracci ad angolo retto rispetto al corpo e puntano gli indici verso le persone di fronte. Gli indici di entrambi i lati vengono incastrati l'uno nell'altro come una cerniera lampo.

Ora il trainer o la trainera posiziona con cautela il bastone di squadra sugli indici tesi. La regola fondamentale più importante: tutti i indici devono toccare costantemente il bastone di squadra in ogni momento.

L'obiettivo comune è quello di abbassare e poggiare insieme il bastone sul pavimento come squadra. Dopo il segnale di partenza da parte della direzione del gioco, la sfida ha inizio.

Il segreto del bastone in comune:

Perché il bastone sembra voler salire sempre verso l'alto, anche se tutti cercano di portarlo giù?

Il fenomeno fisico e psicologico risiede nel costante sforzo dei partecipanti di non perdere il contatto prescritto con il bastone. Non appena una persona ha anche solo minimamente la sensazione di perdere il contatto, solleva leggermente e inconsciamente il proprio dito. Poiché tutti gli altri membri del gruppo reagiscono esattamente allo stesso modo, questi micro-movimenti verso l'alto si sommano immediatamente. La leggera pressione verso l'alto supera così permanentemente il peso proprio del bastone, il quale si muove „come per magia“ verso l'alto anziché scendere.

Solo attraverso una sincronizzazione assoluta, la percezione consapevole del proprio tono muscolare e un lavoro di squadra finemente coordinato è possibile controllare questo effetto e guidare il bastone verso il basso.

Coaching:

Entrano in gioco adesso il coaching e lo spirito di squadra. Come controllare con consapevolezza il movimento delle dita? Quali strategie aiutano la tua squadra? È utile avere una fase di pianificazione, esecuzione e riflessione? Si raggiunge lo scopo se si nomina un team leader? Comunicazione, attenzione e concentrazione possono fare la differenza?

Benefici per la squadra:

- il bastone in comune porta alla squadra sorpresa e divertimento;
- per trovare la soluzione, la squadra deve organizzarsi. Quali passi portano al raggiungimento dell'obiettivo? È utile avere un team leader?
- vengono incoraggiati i processi democratici;
- la squadra è forte quanto il proprio anello più debole: ognuno deve fare la sua parte;
- l'esperienza del bastone in comune rimarrà sicuramente nei ricordi dei giocatori.
Emozioni come lo stupore, la tensione, la volontà di risolvere insieme il problema e infine il successo attivano la memoria e vi permangono.

Un gioco di squadra di vero stupore, che garantisce un successo di apprendimento duraturo!

