

A gyakorlat címe	Zéró csata
A gyakorlat típusa	energetizáló
Javasolt korcsoport	12-13 éves, 14-16 éves, 17-20 éves
Időigény	5-10 perc
Helyigény	tanteremben megvalósítható
Eszközigény	kötél, pakli kártya
A gyakorlat részletes leírása	<p>A játék előkészítése: A csoportot osszuk két egyenlő számú csoportra. Helyezzünk el egy kötelet a földön. A két csapat helyezkedjen el a kötél két oldalán.</p> <p>A játék célja: Minél több játékos legyen egy-egy csapatnak</p> <p>A játék menete: Minden játékos húz egy kártyát, de nem nézheti meg. A csoportokból egy-egy pár közelebb jön a kötélhez. Felcsapják a lapjaikat, és amelyik pár lapjainak összege közelebb van a 0-hoz, az nyer, a másik pár csatlakozik a győztes csapathoz. Ha a két pár eredménye ugyanolyan távolságra van a 0-tól, akkor mindenki a saját csapatához megy vissza.</p> <p>A kártyák értékei:</p> <p>Ász = 1, Jumbó = 11, Dáma=12, Király = 13</p> <p>A pirosak a negatív számok (-)</p> <p>A feketék a pozitív számok (+)</p>
Javasolt reflexiós kérdések, feldolgozási szempontok	Hogyan befolyásolta az izgalom a feladatmegoldást? Beszélgethetünk a stressz és a teljesítmény kapcsolatáról.
Kulcsszavak (címkék)	kommunikáció, kooperáció, rivalizálás, szabálykövetés
Forrás	Kovács Nikolett - Pölös Annamária: Játékmozaik, Mozaik Kiadó, Budapest, 2011