

A gyakorlat címe	Papírhógolyó
A gyakorlat típusa	lazító; levezető
Javasolt korcsoport	12-13 éves, 14-16 éves
Időigény	maximum 5 perc
Helyigény	tanteremben megvalósítható
Eszközigény	rengeteg újságpapír
A gyakorlat részletes leírása	Indulatos, agresszív hangulatú szituációban kell a játékot megajánlani. Kellékgényes, mert szükség van sok újságpapírra. Két részre osztjuk az osztályt, és a padsorok két oldalán (legalább 3-4 méterre) állítjuk fel őket. Mindkét csapat jókora mennyiségű újságot kap, és rövid idő alatt minden tagnak legalább három újságpapírgolyót kel gyúrnie. Ezt követően rövid (2-3 perces) csata következik, de a felek nem közeledhetnek egymáshoz. Mivel a papírgolyó könnyű, hamar lelassul és erőtlenné válik a dobást követően. A gyerekek egyre nagyobb erővel kísérik meg célba juttatni a golyót, ezért rövidesen elfáradnak. Lehet úgy is alkalmazni, hogy nem egymást, hanem egy célt dobál mindenki (pl.: jó messzire tett szemetes kosár).
Javasolt reflexiós kérdések, feldolgozási szempontok	Mit éreztetek a gyakorlat közben? Mi volt meglepő a játék során?
Kulcsszavak (címkék)	rivalizálás
Forrás	