

Energizer

Einen Impuls weitergeben

Klassenstufe: Ab 2. Klasse

Dauer: 1-5 Minuten

Alle Teilnehmer bilden einen Stehkreis. T1 klatscht mit T3 mit beiden Händen über T2 ein. T2 geht währenddessen in die Hocke. Anschließend steht T2 wieder auf und klatscht mit T4 in die Hände. T3 hockt sich dafür hin. Danach steht T3 auf und klatscht mit T5 in die Hände, während sich T4 duckt. So wird der Impuls fortlaufend weitergegeben. Das Spiel kann beendet werden, wenn der Impuls einmal im Kreis herumgegangen ist. Ziel kann es sein, den Impuls möglichst schnell weiterzugeben. Es gibt jedoch zahlreiche weitere Varianten.

Weitere Varianten:

Eine weitere Herausforderung ist es, wenn die SuS bei dem Spiel nicht sprechen und sich somit nicht gegenseitig erinnern/helfen können.

Weiterhin gibt es die Möglichkeit weitere Impulse in den Kreis zu geben – entweder in die gleiche Richtung oder in die entgegengesetzte Richtung. Ziel könnte es sein, den vorangegangenen Impuls einzuholen.

Einsatzmöglichkeiten:

- Auflockerung
- Aktivierung des Kreislaufs
- Förderung einer positiven Atmosphäre durch gemeinsames Spielen und Lachen