



4.2. Energizer

Energie gebende und anregende Spiele eignen sich zu Beginn einer Veranstaltung oder vor einer Pause oder an Stelle einer kurzen Pause. Denn fast immer ist die Atmosphäre nach so einem Muntermacher angenehmer und ergiebiger.

Shake Hands

Funktion Bewegung, alle TN miteinander in kurzen Kontakt bringen, Begrüßung
TN 7–25 TN
Zeit 3 Min.

Alle im Raum stehen auf, schütteln sich die Hände und begrüßen sich. Innerhalb eines strikten Zeitlimits von einer Minute (ca. drei Minuten bei 25 Personen) soll jeder TN allen anderen die Hand geschüttelt haben.

Hinweis: Durch das schnelle Wechseln wird die Energie erneuert und die Gruppe hat außerdem die Gelegenheit, jeden einzelnen zur Kenntnis zu nehmen. Zusätzlich hat jeder bereits einmal in der Gruppe mit jedem kurz laut geredet, was insbesondere für die Ruhigeren in der Gruppe nicht selbstverständlich ist. Gutes Spiel für den Tagesanfang!

Zulu

Funktion Bewegung, Gruppe konstituierend
TN ab 10 TN
Zeit 15 Min.

Alle stehen im Kreis und singen zunächst gemeinsam einmal folgenden Text (Die Melodie ist relativ unwichtig):

„If you look at me – a Zulu you can see
 If you stand by me – a Zulu you will be!
 Hey, Zulu: Attention go on!“

Dann rufst du als Spielleitung: „Right Hand!“ und singst den Text noch einmal, während ihr euch alle im Takt mit der rechten Hand auf den rechten Oberschenkel klopft. Du erweiterst das Lied nach jedem Singen ein neues Körperteil: „Hey, Zulu: Attention go on! Right Hand, left hand!“ Alle müssen mit beiden Händen auf die Beine klopfen und erneut das Lied singen, das um „right foot“ ergänzt wird (mit dem rechten Fuß stampfen). Beim nächsten Durchgang kommt „left foot“ dazu (nun mit beiden Füßen gleichzeitig hüpfen). Dann könnt ihr die verschiedenen Elemente kombinieren:

„in a circle“ = im Kreis hüpfen
 „backwards“ = rückwärts im Kreis hüpfen
 „spin“ = um die eigene Achse drehen und im Kreis hüpfen
 „head shake“ = Kopf schütteln
 „tongue out“ = Zunge rausstrecken – aber bitte nicht in Kombination mit „head shake“!

Das Spiel könnt ihr so lange spielen, bis ihr zusammenbrecht.

Vorteil: Während dem Singen entwickelt sich durch die hinzukommenden Bewegungen eine sehr schöne Dynamik, die das Gruppengefühl stärkt.

Hinweis: Das Spiel funktioniert nur, wenn alle mitmachen. Wenn sich einer nicht beteiligt, kommen sich die anderen schnell kindisch vor, was hemmend wirken kann.



Gordischer Knoten

Funktion Bewegung, Zusammenarbeit, vor einer Arbeitsphase
Größe ab 10 TN
Zeit 20 Min.

Alle TN stehen in einem Kreis, Schulter an Schulter und ballen die linke Hand zur Faust, die rechte Hand bleibt geöffnet. Dann sollen alle die Augen schließen, die Arme nach vorne strecken und aufeinander zu gehen, so dass jeder mit der rechten Hand nach einer Faust greifen kann. Wenn je beide Hände verbunden sind, können die Augen geöffnet werden und die Fäuste öffnen sich, um richtig nach der anderen Hand zu greifen. Jetzt wird versucht, sich soweit zu entknoten, wie es geht – ohne einander los zu lassen!

Kuss und Biss

Funktion Auflockern, heitere Stimmung
Größe 7-25 TN
Zeit 7 Min.

Stellt euch in einen Kreis. Nennt der Person zu eurer Rechten etwas Sichtbares, dass ihr an ihr mögt (etwas, was an sie trägt oder ein Körperteil). Dann nennt der Person zu eurer Linken etwas, was ihr an ihr nicht mögt (es soll wieder sichtbar sein). Seid aber nicht verletzend! Wenn das alle getan haben, muss jeder die Stelle an der rechten Person beißen, von der er gesagt hat, dass er sie mag und die Stelle bei der linken Person küssen, die nicht gemocht wurde. Das Spiel ist gut für ein paar Lacher. Es kann aber nur einmal in einer Gruppe gespielt werden, weil beim zweiten Mal der Überraschungseffekt verloren geht!

Hinweis: Für dieses Spiel sollte sich die Gruppe schon ein bisschen kennen.

Maschine

Funktion Bewegung, Interaktion, Zusammenarbeit, phantasievoll
Größe ab 10 TN
Zeit 20 Min.

Euer Ziel ist, eine Maschine aus Menschen zu bauen, in der jeder Mensch ständig die gleiche Bewegung ausführt und wiederholt. Dabei greift ein Teil zahnradgleich in das andere. Die Gruppe baut die Maschine Teil für Teil auf. Du als Spielleiter gehst in die Mitte und machst eine Bewegung vor und ein unterstützendes Geräusch dazu, z. B. hebst du deinen linken Arm und pfeifst dazu. Ein Zweiter stellt sich dazu, berührt dich als Ersten irgendwo und macht ebenfalls eine Bewegung, z. B. fasst er dich an deiner rechten Schulter und schüttelt den Kopf in dem Rhythmus, in dem du den Arm hebst und senkst ... Nach und nach kommen immer mehr in die Mitte, bis alle in die Maschine integriert sind. Ihr könnt dazu Hupen, Pfeifen, wie ein Motor brummen, Summen...



powered by
YOUTH BANK

Pferderennen

Funktion Bewegung
Größe ab 10 TN
Zeit 5 Min.

Ihr kniet euch alle in einen Kreis auf den Boden, eure Knie dicht an dicht. Ihr seid Pferde in einem Pferderennen, der Verlauf des Rennens wird von dir als Spielleiter bestimmt. Du kniest ebenfalls im Kreis und kommentierst von dort das Pferderennen. Natürlich gibt es während des Rennens Hindernisse, die werden von dir bekannt gegeben und durch Laute und Bewegungen veranschaulicht. Alle TN sollen die Bewegung und Geräusche solange nachmachen bis du ein neues Kommando gibst. Erkläre zu Beginn des Spiels die verschiedenen Laute und Bewegungen und mache sie vor, die TN sollen alle mitmachen.

Normales Reiten: Hände klopfen auf die Schenkel mit verschiedener Lautstärke und Geschwindigkeit: Schritt, Trab oder Galopp.

Hürde: Hände heben und „huiii“ sagen.

Linkskurve: nach links beugen

Rechtskurve: nach rechts beugen

Strauch: an der Seite, an der der Strauch steht (links / rechts) mit der Hand am Kopf vorbeifahren und zischen.

Ast: ducken und „nnnnngggg“ sagen.

Tribüne: Winken und das Geschrei der Fans imitieren.

Die Queen: aufrichten und mit der Hand langsam winken

Die Geräusche und Bewegungen könnt ihr beliebig variieren und ergänzen.

Schüttel Schüttel

Funktion Bewegung, eignet sich für große Gruppen, auch als Einstieg da jeder Name einmal genannt wird
Größe ab 10-100 TN
Zeit 5-10 Min.

Ihr steht lose im Kreis oder im Raum verteilt, mit Blick nach vorne. Einer beginnt zu singen:

„Schüttel rechts, Schüttel, Schüttel, Schüttel, Schüttel, Schüttel“ (Arme rechts zur Seite schütteln)

„Schüttel links, Schüttel, Schüttel, Schüttel, Schüttel, Schüttel“ (Arme links zur Seite schütteln)

„Schüttel oben, Schüttel Schüttel, Schüttel, Schüttel, Schüttel“ (Arme oben schütteln)

„Schüttel unten, Schüttel, Schüttel, Schüttel, Schüttel, Schüttel“ (Arme nach unten schütteln)

Darauffin wendet er sich an eine andere Person im Kreis: „Hey, Marco, du bist ein toller Typ, schüttel du doch einfach mit!“ Gemeinsam singen sie den oberen Text und machen die vorgegebenen Bewegungen. Die vorher angesprochen Person („Marco“) spricht eine neue Person an „Hey, Senan, du bist ein toller Typ...“ So geht es weiter, bis letztlich alle im Kreis Stehenden singen und sich schütteln.



Luftballonlauf

Funktion Bewegung, Kooperation
Größe 10-20 TN
Zeit 20 Min.
Material Luftballons, freie Fläche

Teilt euch in zwei Gruppen auf und einigt euch auf einen kleinen Parcours durch den Raum oder im Freien. Jedes Team stellt sich hintereinander in einer Reihe auf und klemmt je einen Luftballon zwischen Vorder- und Hintermann. Wenn das Startzeichen gegeben wird, setzt ihr euch als Schlange in Bewegung. Passt auf, dass ihr keinen Luftballon verliert! Das Team, das als erstes ankommt, hat gewonnen!

Zwerg, Fee, Riese

Funktion Bewegung
Größe ab 15 TN
Zeit 10 Min.
Material Freie Fläche, Mittellinie

Das Spiel ähnelt ein wenig dem Schnick-Schnack-Schnuck-Knobeln, nur wird es mit Fee, Zwerg und Riese gespielt. Ihr bildet zwei Gruppen und zieht einen Strich durch den Raum, für eine Gruppe auf je einer Seite. Um das Spielfeld herum gibt es eine Ziellinie. Vor jeder Spielrunde einigt ihr euch in Murmelrunden in eurer Gruppe auf eine der drei Figuren, um diese darzustellen. Dann stellt ihr euch an der Mittellinie einander gegenüber und auf das Signal der Spielleitung zeigt ihr eure Figur. Und so stellt ihr eure Figuren dar:

Zwerg: hockt sich nieder und macht „mimimimi...“

Fee: streckt die Arme aus, bewegt die Finger und macht „ssssssssss...“

Riese: hebt die Arme und brüllt

Die Gruppe mit der stärkeren Figur versucht die schwächere Gruppe zu fangen, die schwächere Gruppe flieht hinter die Ziellinie. Wer vor der Ziellinie gefangen wird, muss in die andere Gruppe überwechseln. Die Gruppe, die am Ende die meisten Mitglieder hat, hat gewonnen! Aber welche Figur ist die stärkere? Also: Zwerg gewinnt gegen Fee, Fee gewinnt gegen Riese und Riese gewinnt gegen Zwerg.

Die Sonne scheint...

Funktion Bewegung, Plätze tauschen, inhaltlicher Einstieg, Stimmungsabfrage
Größe ab 10 TN
Zeit 15 Min.

Alle sitzen im Kreis, es gibt einen Stuhl weniger als Mitspielende. Eine Person steht in der Mitte und sagt z. B.: „Die Sonne scheint über alle, die heute Nacht weniger als sechs Stunden geschlafen haben.“ Alle, die weniger als sechs Stunden geschlafen haben, müssen nun aufstehen und den Platz tauschen. Die Person in der Mitte versucht einen Platz zu ergattern. Wer in der Mitte übrig bleibt, formuliert einen neuen Satz „Die Sonne scheint über alle, die...“

Hinweis: Wenn du als Teamer die Sätze vorbereitest und in den Raum wirfst, nimmst du selber nicht im Kreis Platz. Dann eignet sich das Spiel auch, um Stimmungen in der Gruppe abzufragen: „Die Sonne scheint über alle, die sich bei der Diskussion gelangweilt haben; denen das Mittagessen geschmeckt hat...“ oder auch um Vorwissen der TN zum Thema abzufragen, „Die Sonne scheint über alle, die schon mal einen Text zu dem Thema gelesen haben ...“



powered by
YOUTH BANK

Nachrücken

Funktion Rasante Bewegung
Größe 7–20 TN
Zeit 10 Min.
Material Stuhlkreis, Platz

Ihr sitzt im Stuhlkreis, ein Stuhl ist leer und eine Person steht in der Mitte. Die Person in der Mitte versucht nun, sich auf den freien Stuhl zu setzen, die anderen rücken aber immer auf den freien Stuhl nach. Ob von links oder rechts nachgerückt wird, bestimmt die Person in der Mitte und kann auch mittendrin wechseln, indem sie laut ruft: „Links“ bzw. „Rechts!“ Gelingt es, auf einen leeren Stuhl zu kommen, muss die Person, die zu langsam nachgerückt ist in die Mitte.

Hinweis: Das Spiel kann eine recht rasante Eigendynamik entwickeln. Passt auf, dass sich niemand beim Stühlewechseln weh tut!

Eisbär und Pinguin

Funktion Ausgelassene Bewegung im Kreis
Größe 15–25 TN
Zeit 20 Min.

Zu Beginn ernennt ihr eine Person zum Eisbären und eine als Pinguin. Alle anderen stellen sich in einen Kreis mit Blick nach innen. Der Eisbär muss den Pinguin um den Kreis herum jagen. Damit das auch entsprechend authentisch vonstatten geht, hebt der Eisbär die Arme, beim Laufen müssen sich die Knie berühren und er brüllt laut und gefährlich. Der Pinguin legt die Arme an, wackelt in kleinen Schritten und piepst verstört. Auf der Flucht kann sich der Pinguin aber auch vor eine Person im Kreis stellen, so wird diese Person zum Eisbär, der Eisbär selber wird zum Pinguin und der ehemalige Pinguin steht im Kreis und darf verschnauften. Wenn der Pinguin gefangen wurde, wechseln die Rollen (der Eisbär wird Pinguin und der Pinguin wird Eisbär).

Hinweis: Es ist sinnvoll, möglichst oft die Rollen zu wechseln, also dem gejagten Pinguin eine Ablösung zugeben, sonst verliert das Spiel an Dynamik und die Personen im Kreis langweilen sich.

Hexenkessel

Funktion Bewegung im Kreis
Größe 10–25 TN
Zeit 10 Min.
Material Schnur oder Kreide

Ihr fasst euch an den Händen und stellt euch in einen Kreis. Es wird ein Innenkreis, der Hexenkessel, mit Kreide auf den Boden gemalt oder mit Schnur ausgelegt. Nun versucht ihr euch gegenseitig in den Hexenkessel hinein zu ziehen und zu schieben, dabei selber aber außerhalb des Hexenkessels zu bleiben. Dabei haltet ihr euch weiter an den Händen. Wer die Linie mit beiden Füßen übertritt ist draußen und stellt sich an den Rand des Spielfeldes. Diese Personen können nun als laut Anfeuernde um den Kreis herum laufen, um sich nicht zu langweilen.



Punktefangen

Funktion Bewegung, Grüppchen mischen
Größe ab 15 TN
Zeit 30 Min.
Material Klebepunkte in 3 Farben, viel Platz, draußen

Alle bekommen einen Punkt auf die Stirn geklebt, dessen Farbe die Gruppenzugehörigkeit kennzeichnet. Eine Farbe soll eine andere fangen, z. B. Rot fängt Blau, Blau fängt Grün und Grün fängt Rot. Am besten malst du als Spielleitung das Schema für alle sichtbar auf, damit es keine Verwirrungen gibt! Du behältst in großer Anzahl weitere Klebepunkte bei dir, um sie im Spiel verteilen zu können. Auf dein Startsignal hin geht es los! Wenn jemand gefangen wurde, muss er zu dir kommen und sich einen Klebepunkt von der Farbe holen, von der er gefangen wurde. Um auf dem Weg zu dir nicht noch mehrmals gefangen zu werden, streckt er beide Arme nach oben in die Luft aus, was für die anderen ein Signal ist: Diese Person wurde bereits gefangen. Nachdem er sich bei dir einen Punkt in der neuen Farbe abgeholt hat, ist er wieder im Spiel ... So ändern sich die Gruppen ständig. Wenn alle die gleiche Farbe haben, ist das Spiel beendet!

Hinweis: Das Spiel kannst du einsetzen, wenn du das Gefühl hast, dass die Gruppe in mehrere Grüppchen zerfallen ist. Durch das ständige Wechseln der Gruppen, lösen sich die alten Grüppchen auf. Am Ende bleibt ohnehin nur eine Gruppe übrig!

Massaker im Feld

Funktion Bewegung, Grüppchen mischen
Größe ab 15 TN
Zeit 20 Min.
Material Kreide oder Kreppband, großer Raum oder draußen

Auf den Boden wird ein großes Kreuz gemalt. Im Raum klebt ihr es am besten mit Kreppband auf den Boden, draußen malt ihr es mit Kreide auf. Achtet darauf, in eurer Reichweite keine spitzen oder sonst wie gefährlichen Gegenstände zu haben. Teilt euch nun in vier gleichstarke Teams auf und verteilt euch auf die vier Felder des Kreuzes. Euer Ziel ist es, so viele Menschen wie möglich aus anderen Feldern in euer Feld zu zerren. Wurde man in ein anderes Feld gezerrt, ist man im Team dieses Feldes. Fischen ist erlaubt, übertreten nicht! Sobald die Füße einer Person sich auf einem anderen Spielfeld befinden, gehört sie dem jeweilig anderen Team an.

Falls ihr euch in zwei Feldern konzentriert, können die anderen Felder auch aufgelöst werden und ihr spielt mit zwei Feldern weiter. Das Spiel ist zu Ende, wenn alle auf einem Feld sind oder Gleichgewicht herrscht!

Hinweis: Das Spiel kannst du einsetzen, wenn du das Gefühl hast, dass die Gruppe in mehrere Grüppchen zerfallen ist. Durch das ständige Wechseln der Gruppen, lösen sich die alten Grüppchen auf. Aber passt auf, dass das Spiel nicht zu brutal wird. Insbesondere ist darauf zu achten, dass schwächere Personen in der Gruppe auch ihren Spaß haben und nicht hin- und hergezerrt werden.



Beschützer und Verfolger

Funktion Bewegung, Systemspiel, wenig kindisch daher auch für weniger spielbegeisterte Menschen
Größe ab 15 TN
Zeit 20 Min.
Material großer Raum oder draußen

Alle TN verteilen sich im Raum. Du als Spielleitung forderst sie auf, sich im Stillen eine Person auszusuchen, die ihr Beschützer sein soll und eine andere als Verfolger. Nach dem Startsignal müssen sie versuchen, vor ihrem Verfolger zu fliehen, indem sie ihren Beschützer immer zwischen sich und dem Verfolger bringen. Da sich aber sowohl ihr Verfolger und ihr Beschützer bewegen, entsteht eine großartige Dynamik.

Stelle durch Nachfrage sicher, ob sich jeder für zwei Personen entschieden hat und gebe dann das Startsignal! Schafft ihr es, eine stabile Aufstellung der Personen zu erreichen?

Dreiecke im Raum

Funktion Bewegung, Systemspiel
Größe ab 15 TN
Zeit 20 Min.
Material großer Raum oder draußen

Eine Variante des Beschützers und Verfolgers. Die TN verteilen sich im Raum. Du als Spielleitung forderst sie auf, sich im Stillen zwei Personen zu suchen, von denen sie im Folgenden immer den gleichen Abstand zu halten versuchen. Sie sollen sich als Dreiecke positionieren. Da sich aber auch hier alle Personen im Raum bewegen, ist Chaos programmiert, das System könnte sich jedoch auch stabilisieren ... Stelle durch Nachfrage sicher, ob sich jeder für zwei Personen entschieden hat und gib dann das Startsignal!

Scheibenwelt

Funktion Bewegung, Systemspiel
Größe ab 15
Zeit 20 Min.
Material großer Raum mit markiertem Spielfeld

Der markierte Boden des Raumes wird zu einer großen Scheibe erklärt. Damit diese imaginäre Scheibe nicht in eine bestimmte Richtung kippt, wollen sich die Spielenden gleichmäßig darauf verteilen. Es darf an keiner Stelle eine Über- oder Unterbelastung entstehen. Die Personen verteilen sich, indem sie kreuz und quer durch den Raum laufen. Innerhalb des Raumes sollen keine Lücken klaffen. Das heißt: Sobald ein Spieler sieht, dass eine größere Fläche des Raumes nicht von anderen Spielern besetzt ist, geht er zu diesem Platz. Von dort aus hält er Ausschau nach dem nächsten freien Platz im Raum und begibt sich dort hin. Da dies alle Spieler gleichzeitig versuchen, entstehen immer wieder neue Lücken, die es zu füllen gilt.

Auf „Stopp“ bleiben alle stehen und prüfen: Wie sind wir im Raum verteilt? Evtl. mehrere Runden machen.
 Thorsten Böhner: Spiele, die Beziehung knüpfen. Don Bosco Verlag, München 2000, Seite 43.



Mit Freunden unterwegs

Funktion Bewegung, Auflockern
Größe ab 10 TN
Zeit 20 Min.
Material gute Musik

Alle Teilnehmenden laufen durch den Raum, die Musik spielt. Der Spielleiter stoppt die Musik und sagt: „Fünf Freunde finden sich nach einem Flugzeugabsturz im Dschungel wieder“. Die Kleingruppen finden sich und stellen die Situation dar. Die Musik geht wieder an, die Kleingruppen lösen sich auf, beim nächsten Musikstopp finden sich je nach Aufforderung wieder Kleingruppen zusammen, z. B.:

2er Gruppe: hetzen im Tandem einen Berg hinauf

3er Gruppe: treiben im Ruderboot über einen idyllischen See

4er Gruppe: wanken betrunken nach Hause

6er Gruppe: nehmen an einem Break-Dance-Wettbewerb teil

Letzte Ansage: Alle stellen zusammen ein Denkmal dar und taufen es.

Alle Tiere zur Tränke

Funktion Bewegung, Kooperation
Größe 10-30 TN
Zeit 20 Min.
Material je Gruppe: einen Strohhalm für jede Gruppe, ein Gefäß mit Wasser (Glas, besser Becher, Schüssel)

Kleine Gruppen aus etwa fünf Spielern verwandeln sich in Tiere mit 6 (oder 8 Beinen). Diese Tiere sollen in der Lage sein, den Weg zur Tränke zu schaffen. Dazu müssen sich die Spieler so ineinander verschränken, dass gesamt nur 6 Beine (oder 8) den Boden berühren, aber alle ein Teil des Tieres werden. Hinken, auf den Rücken klettern, getragen werden ... alles ist erlaubt, solange ein komplettes Tier entsteht, welches den Weg zur Tränke schafft. Das Tier muss daraus trinken.

Hinweis: Decken, Kissen, Seile, Toilettenpapier und ähnliche Materialien können die Tierverwandlung inszenieren.

Kotzendes Känguru

Funktion Bewegung, theatralisch und lustig
Größe ab 8 TN
Zeit 30 Min.
Material großer Raum oder draußen

Die TN stehen im Kreis. Eine Person in der Mitte gibt jeweils Ansagen über Tiere, Szenen oder Gegenstände und zeigt dabei auf eine Person, die mit ihrem rechten und linken Nachbarn das Vorgegebene darstellen muss. Wer die Tiere falsch oder unvollständig darstellt oder zu langsam reagiert, wird ausgetauscht und muss in die Mitte, um als nächstes die Ansagen zu machen:

M: Person in der Mitte

L/R: Personen links und rechts von ihr

Känguru: M bildet vor sich mit beiden Armen den Beutel des Kängurus; L/R kotzen angewidert und geräuschvoll von beiden Seiten in den Beutel.

Elefant: M fasst sich mit einer Hand die Nase und legt den anderen Arm – den Rüssel – durch die Armbeuge und trompetet; L/R bilden seitlich von M mit beiden Armen die großen Elefantenohren.



Ente: M bildet mit beiden Händen den Schnabel der Ente und quäkt „Quack, Quack“; L/R wackeln seitlich mit ihrem Po.
Mixer: M hebt seine Arme über den Köpfen seiner beiden Nachbarn und berührt ihren Kopf ganz oben; L/R drehen sich um ihre eigene Achse mit brummendem Mixergeräusch.

Knethaken: M dreht sich um die eigene Achse mit surrendem Geräusch, L/R bilden mit Händen über dem Kopf von M die Befestigung des Knethakens.

Toaster: L/R greifen sich vor und hinter M an den Händen und bilden den Toaster; M hüpfert auf und ab und kündigt seinen erreichten Bräunungsgrad an: „Toast, Toast, Toast.“

Nashorn: M bildet mit beiden Händen vor der Nase das Horn; L/R machen mit je einer Hand die kleinen Öhrchen.

Drei Engel für Charlie: M imitiert eine Person mit Pistole, nach vorne gerichtet, die Beine breit. L/R imitieren je nach links oder rechts ebenfalls eine Person mit Pistole in der Hand und blinkern mit den Augen.

Exhibitionist: M reißt seinen Mantel auf, L/R schlagen sich vor Schrecken die Hände vors Gesicht und juchzen laut auf.

Zublinzeln

Funktion Bewegung, Konzentration
Größe gerade Anzahl
Zeit 20 Min.
Material großer Raum oder draußen

Die Hälfte der TN sitzt im Stuhlkreis, die andere Hälfte stellt sich dahinter auf, ein Stuhl bleibt frei. Die Stehenden sind die Beschützer der Sitzenden, verschränken ihre Hände jedoch hinter sich auf dem Rücken. Der Beschützer des freien Stuhls blinzelt einem der Sitzenden zu, dieser versucht, aufzuspringen und zu ihm zu rennen. Der Angeblinzelte wird jedoch von seinem Beschützer festgehalten, wenn dieser das Blinzeln ebenfalls gesehen hat und schnell genug ist. Hat der Angeblinzelte es ohne festgehalten zu werden geschafft, weg zu kommen, wechselt er nun mit dem Blinzeln den Platz, der sich nun hinsetzen darf.

Variante: Kann draußen gespielt werden: Anstatt auf Stühlen zu sitzen, kauert man hier am Boden oder spielt im Stehen.

Bossspiel

Funktion Bewegung, Ratespiel
Größe ab 15 TN
Zeit 5 Min.

Die Teilnehmenden stehen im Kreis und wählen eine Person aus, die vor die Tür geht. Nun vereinbaren sie unter sich einen Boss, der beliebige Bewegungen (Klatschen, auf Schenkel schlagen, Zunge rausstrecken, etc.) vormachen soll und die Gruppe folgt ihm dann. Die Person wird wieder hereingerufen und bekommt drei Ratemöglichkeiten, um herauszufinden, wer der Boss ist.



Tinklebell

Funktion Bewegung, extrem hoher Kindisch-Faktor, nach einem langen und sehr anstrengenden Seminartag geeignet
Größe ab 15 TN
Zeit 20 Min.

Die TN hüpfen durch den Raum und frohlocken fortwährend. Sie sind kleine, süße und unschuldige Tinklebells, wedeln mit den Armen und springen verträumt naiv von einem Bein auf das andere ... Doch ein TN ist ein gruseliges Monster! Das Monster erschreckt die Tinklebells gar furchterregend, indem es sich vor einem aufbaut und „buh“ blökt. Wenn die Tinklebells erschreckt werden, beginnen sie zu weinen. Sie reiben ihre Augen, halten die Hände vor ihr Gesicht und schluchzen herzerreißend. Die Tinklebells weinen so lange, bis ein anderes, nicht erschrecktes und glückliches Tinklebell sie in Arm nimmt, um sie zu knuddeln und trösten. Dann sind sie auch ganz schnell wieder glücklich und hüpfen wieder durch den Raum. Doch das Monster ruht nicht ...