

Förderaspekte > Koordination
> Verantwortung; Vertrauen

Themen für Geschichten > sich aufeinander verlassen können
> sich nach der Anstrengung gemeinsam ausruhen

Ort > überall

Material > --

Anzahl TN > 8 bis 24

Altersgruppe > ab 7 Jahren

Dauer > 10 Minuten

Beschreibung Alle stellen sich im Kreis auf. Die rechte Schulter zeigt zur Mitte. Nun sollen alle noch dichter beieinander stehen, also weiter mit der rechten Schulter zum Zentrum hin zusammenrücken. Ist der Kreis genügend eng, setzen sich alle auf ein Kommando langsam hin, auf die Knie der jeweils hinteren Person. Wenn der Sitzkreis in sich zusammenhält, können die Arme angehoben werden.

Variationen > Die Gruppe versucht gemeinsam einen Schritt mit dem rechten Bein, dann mit dem linken Bein zu gehen, sodass sich der Kreis langsam dreht.
> Die Übung kann auch mit der linken Schulter zur Mitte gerichtet durchgeführt werden.

