

**Förderaspekte**

- > Etwas Vormachen / Nachmachen
- > Spontaneität
- > Mut

**Ort** > überall

**Material** > --

**Anzahl TN** > ab 5

**Altersgruppe** > ab 7 Jahren

**Dauer** > 10 Minuten

**Beschreibung** Eine Person A steht vor der Gruppe und zählt von 50 rückwärts bis Null – diejenigen, die dabei nicht angeschaut werden, heben langsam ihre parallel nach vorne gestreckten Arme. Sind sie ganz oben angekommen, lassen sie ein «Biep-Biep-Biep» ertönen. Sobald A eine «biepende» Person anschaut, senken sich deren Arme wieder und auch das «Biep» verstummt. Die Bewegungen sollen dynamisch sein und nicht zu schnell. Achtung: A fordern und nicht stressen.

**Variation** Dieselbe Übung kann mit dem Alphabet vorwärts und rückwärts durchgeführt werden oder dem Erzählen einer Anekdote, eines Erlebnisses, oder auch mit dem Text, der geübt werden soll.

