

## Spiele / Bewegung

### Yin Yang

Ziel	Die Teilnehmenden werden mit Bewegungsübungen aktiviert und steigern somit die Konzentration / Aufmerksamkeit.
Dauer	5 – 10 Minuten
Sozialform	Plenum
Anzahl Personen	Alle
Hilfsmittel	–

#### Vorgehen

Die Klasse macht einen Kreis. Eine Person beginnt mit Yin (Hand unter dem Kinn) oder Yang (Hand auf dem Kopf). Die Richtung der Finger ist auch gerade die Richtung wie es weiter geht. Die nächste Person macht auch wieder Yin oder Yang. Die dritte Person zeigt mit dem Zeigefinger auf eine beliebige Person aus dem Kreis. Diese macht wieder Yin oder Yang, sowie auch die zweite Person und die dritte Person zeigt mit dem Finger wieder auf eine neue Person. Usw...

Personen, die einen Fehler machen, fliegen aus dem Kreis und dürfen von aussen die anderen Teilnehmenden stören und ablenken. Die letzten drei Personen im Kreis haben das Spiel gewonnen☺.