

## Konzentration/ Auflockerung Zug mit Barriere

Ziel	Die Teilnehmer haben eine Auflockerung
Dauer	individuell
Sozialform Anzahl Personen	Plenum Alle
Hilfsmittel	-

### Vorgehen

Wir bilden einen Kreis und halten die beiden Zeigefinger wie offene Barrieren in die Höhe. Nun schicken wir eine Dampfeisenbahn im Kreis herum. Diejenige Person, bei der der Zug gerade ist, macht das Geräusch einer Dampflokomotive und hält die Zeigefinger waagrecht gegeneinander (wie eine geschlossene Barriere), die Person vor dem Zug schliesst die Barriere mit ihren Fingern und macht das typische Geräusch „ding ding ding“ dazu. Die Person nach dem Zug macht das gleiche Geräusch und öffnet die Barriere wieder. Sobald die Person vor dem Zug die Barriere geschlossen hat, übernimmt das Geräusch der Dampflokomotive, die Person dahinter öffnet die Barriere und die Person davor schliesst sie.

Man kann das Spiel übrigens auch mit zwei und mehr Zügen spielen...!

