

„Eins - zwei - Rudi“

Konzentration

Du brauchst eine Partnerin oder einen Partner. Haltet genügend Abstand!

Zwei Partner stehen sich gegenüber. Sie zählen abwechselnd von eins bis drei und beginnen dann wieder von vorne (A: „1“, B: „2“, A: „3“, B: „1“, A: „2“, ...).

Führt dieses mehrfach durch, bis es euch ohne Fehler gelingt.

Danach werden die einzelnen Zahlen nach und nach durch Bewegungen und Begriffe ersetzt.

Runde 1: Die „3“ wird durch einmaliges Händeklatschen ersetzt.

Runde 2: Die „2“ wird durch „Ei-Ei“ und einen Hüpfen (Pferdchensprung) ersetzt.

Runde 3: Die „1“ wird durch das Wort „Rudi“ ersetzt

