

Warm Up

Warm Up / Energizer

Papier auf Hand



Dauer: 10 Minuten
Personenanzahl: 5-30



- Jede Person bekommt ein DIN A8-Papier auf die Handfläche gelegt.
- Jetzt versuchen alle, die Papiere der anderen von den Händen zu bekommen. Es ist alles erlebt (pusten, wegnehmen, ...) außer weh tun.
- Es gewinnt wer am längsten sein Blatt auf der Hand hat.

SERVICESTELLE
KINDER- UND JUGENDBETEILIGUNG
BADEN-WÜRTTEMBERG

Warm Up / Energizer

Daumenfangen



Dauer: 10 Minuten
Personenanzahl: 5-30



- Alle sind in einem Kreis und strecken die Arme zur Seite (zu den Nachbarn)
- Rechte Hand Daumen nach oben, linke Hand flach über dem Daumen der benachbarten Person
- Auf Kommando versuchen alle gleichzeitig den Daumen zu fangen und den eigenen nicht fangen zu lassen

SERVICESTELLE
KINDER- UND JUGENDBETEILIGUNG
BADEN-WÜRTTEMBERG

Warm Up / Energizer

Kreisel-Münze



Dauer:

10 Minuten

Personenanzahl:

5-30



- Alle sind in einem Kreis.
- Eine Person bekommt eine Münze auf den Handrücken.
- Die Münze soll einmal im Kreis wandern, dabei aber nur die Handrücken berühren. Also von Handrücken zu Handrücken wandern.
- Komplexer: Mehrere Münzen gleichzeitig; Richtungswechsel

SERVICESTELLE
KINDER- UND JUGENDBETEILIGUNG
BADEN-WÜRTTEMBERG

Warm Up / Energizer

Adlerauge



Dauer:

10 Minuten

Personenanzahl:

5-30



- Zweiergruppen: Eine Person beobachtet, die andere wird beobachtet. Die beobachtete Person darf sich nicht bewegen.
- Die beobachtende Person prägt sich 1 Minute lang alles ein (Pose, Kleidung, Haare...).
- Die beobachtende Person dreht sich um und die beobachtete Person darf drei Sachen an sich ändern.
- Die beobachtende Person muss Änderungen erraten.

SERVICESTELLE
KINDER- UND JUGENDBETEILIGUNG
BADEN-WÜRTTEMBERG

Warm Up / Energizer

Shaker



Dauer: 10 Minuten
Personenanzahl: 5-30



- Zweiergruppen: Eine Person beobachtet, die andere wird beobachtet. Die beobachtete Person darf sich nicht bewegen.
- Die beobachtende Person prägt sich 1 Minute lang alles ein (Pose, Kleidung, Haare etc..)
- Die beobachtende Person dreht sich um, die beobachtete Person darf drei Sachen an sich ändern.
- Die beobachtende Person muss Änderungen erraten.

SERVICESTELLE
KINDER- UND JUGENDBETEILIGUNG
BADEN-WÜRTTEMBERG