

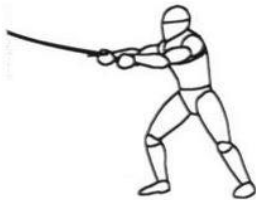
## **Zip Zap Boing** (Klasse 4-8, 10 Minuten)

Ein sehr bewegtes und rasanten Spiel: Die Klasse/Gruppe steht im Kreis. Mit beiden Händen wird der rechtsstehende Nachbar abgeklatscht und dabei deutlich ZIP gesagt. Dieser wendet sich nun dem nächsten zu und wiederholt den Vorgang mit einem ZIP. So geht es mindestens einmal reihum. Mit einem BOING kann die Richtung gewechselt werden, d.h. nun dreht sich alles nach links. Wiederum ein BOING dreht nach rechts zurück. Mit einem Schritt nach vorne in den Kreis und einer deutlichen Bewegung mit beiden Händen auf den nächsten, verbunden mit einem laut gesprochenen ZAP kann auch auf einen gegenüberstehenden Mitspieler gewechselt werden. Dieser hat nun verschiedene Möglichkeiten: a) er gibt mit einem BOING die Bewegung zurück, b) er überspringt mit einem ZAP an einen dritten oder c) mit einem ZIP an den ihm nächststehenden zur rechten oder linken Seite (damit bestimmt er die Richtung). So geht es immer weiter, wichtig dabei: es dürfen immer nur zwei BOINGs direkt hintereinander folgen, damit es für die anderen nicht langweilig wird. Wer einen Fehler macht, kann ausscheiden/scheidet aus. Wichtig: nachdem ein Fehler passiert ist (jemand ausgeschieden ist, muss zunächst erst eine ganze Runde mit ausschließlich ZIP erfolgen (bis sich alle wieder sortiert haben).

## Hi-ha-ho (Klasse 6-8, 10 Minuten)

Die Schüler und Schülerinnen stehen im Kreis. Die Lehrperson erklärt, dass sie nun gemeinsam ein altes chinesisches Schwertkampfritual vollziehen werden. Sie fordert die Schüler auf, sie bei allem nachzuahmen.

(1) Sie zieht mit großer Geste mit beiden Armen und Händen ein imaginäres Schwert aus der Erde, führt es gerade über ihren Kopf und ruft dazu langgezogen und kräftig: „Hiiii....!“



(2) Dann führt sie das „Schwert“ mit beiden Armen vom Kopf herunter nach vorne und stößt es, dabei mit dem rechten oder linken Fuß einen Ausfallschritt nach vorne machend imaginär dem ihm im Kreis Gegenüberstehenden in die Magengegend. Dabei ruft sie wieder langgezogen und kräftig: „Haaaa....!“

(3) Nun geht die Lehrperson wieder einen Schritt zurück und breitet dabei beide Arme rechts und links seitlich (leicht nach unten zielend) aus und stößt ein langegezogenes, kräftiges „Hoooo...!“ aus.

Die Lehrperson wiederholt diesen Vorgang in 3 Schritten mehrmals, bis ihn die ganze Klasse verstanden hat und gut mitmachen kann.

Danach oder am nächsten Tag variiert man diese Klassenübung nun in den vier verschiedenen Temperamenten: Auf ein choleraisches Hi-ha-ho-Schwertkämpfen, bei dem das imaginäre Schwert voller Kraft und Wut aus dem Boden gerissen, nach oben gerissen, dem Gegenüber in den Bauch gestoßen und zum Abschluss noch nach rechts und links imaginäre Stöße an die Nachbarn verteilt wurden, folgt nun ein phlegmatisches hi-ha-ho-Schwertkämpfen. Später dann wird dann noch sowohl körperlich als auch sprachlich sanguinisch und melancholisches Hi-ha-ho-Schwertkämpfen geübt.