

## Copenhagen Clapping Game

Energie tanken und Konzentration fördern

Das Danish Clapping Game (bzw. Copenhagen Clapping Game) ist ein Aufwärmspiel, das müde Teilnehmer:innen wieder munter macht, das Kreativität fördert und den Kreislauf in Schwung bringt, also jede Menge Energie gibt. Außerdem lockert es die Stimmung und hilft dabei, in eine offene, kreative Haltung zu kommen. Es eignet sich daher sehr gut als Energizer nach der Mittagspause und kann auch in kleiner Runde durchgeführt werden. Für das Spiel ist eine gerade Zahl an Teilnehmer:innen nötig. Zur Not also einfach nicht nur vorzeigen, sondern bis zum Ende mitmachen.



Partnerarbeit



5 Minuten

### Vorgehensweise:

#### 1. Partner:in finden

Suche dir ein:e Partner:in und ausreichend Platz zum Bewegen. Stellt euch gegenüber auf.

#### 2. Spielen

Versucht die Bewegungen möglichst synchron und schnell durchzuführen. Startet mit dem „Grundschlag“: klopft dazu mit beiden Händen gleichzeitig auf die (eigenen) Oberschenkel. Dieser Grundschlag erfolgt nach jeder Bewegung, wobei folgende zur Auswahl stehen:

- Gleichzeitig die Arme gerade in die Höhe strecken.
- Gleichzeitig die Arme nach links bewegen.
- Gleichzeitig die Arme nach rechts bewegen.

Immer dann, wenn ihr die gleiche Bewegung durchführt, gebt ihr euch im Anschluss anstelle des Grundschlags ein doppeltes High Five oder klatscht mit den Händen ab.

Tipp: Die Übung wird am Besten einmal vorgezeigt und eine Proberunde durchgeführt.

Dann beginnt das Spiel:

- Klopft gleichzeitig auf die (eigenen) Oberschenkel = Grundschlag
- Wähle die nächste Bewegung individuell und unabhängig von deine:r Partner:in aus (zur Auswahl: Arme nach oben, links oder rechts bewegen).
- Klatscht ab, wenn ihr die gleiche Bewegung gewählt habt.

Versucht, die Bewegungen immer schneller auszuführen. (Die:der Moderator:in darf gerne etwas „antreiben“).