



So geht's: Deine rechte Hand ist der Hase. Den Zeige- und Mittelfinger streckst du nach oben. Der Handrücken zeigt zu dir. Die linke Hand ist der Jäger: der Zeigefinger zeigt zum Hasen, der Daumen ist ausgestreckt nach oben. Der Handrücken zeigt von dir weg. Versuche nun zu wechseln – rechts ist der Jäger, links der Hase. Wie viele Wechsel schaffst du fehlerlos?



Varianten:

- Immer schneller werden
- Schliesse die Augen – funktioniert das Spiel auch ohne hinzuschauen?

Ziel: Diese Übung hilft, deine beiden Hirnhälften zu aktivieren und dich so besser zu konzentrieren.

Sozialform: Einzelarbeit

Ort: Schulzimmer, Pausenraum

Quelle : Gabi Fastner « [Brain Gym – Fingerspiele und Koordination](#) »

Alle Unterrichtsmaterialien unterstehen der [Creative Commons Lizenz BY-NC-SA](#).