

A gyakorlat címe	Jeruzsálem, Jerikó
A gyakorlat típusa	energetizáló
Javasolt korcsoport	12-13 éves, 14-16 éves, 17-20 éves
Időigény	5-10 perc
Helyigény	tanteremben megvalósítható
Eszközigény	nincs
A gyakorlat részletes leírása	<p>A játékosok körben ülnek, köztük ül a játékvezető. Ha ő Jeruzsálem-et kiált, akkor mindenkinek fel kell állnia, ha Jerikó-t, akkor le kell ülnie. Ha eleve állnak, amikor a Jeruzsálem elhangzik, akkor állva maradnak, ha a Jerikó elhangzásánál amúgy is ülnek, akkor ülve maradnak.</p> <p>A játékvezető megnehezítheti a gyakorlatot azzal, hogy ő maga nem a saját instrukciójának megfelelően dolgozik.</p> <p>Aki téveszt, kieshet, esetleg lehet ő a játék további vezetője.</p>
Javasolt reflexiós kérdések, feldolgozási szempontok	<p>Nehéz vagy könnyű volt a játék?</p> <p>Mi volt számodra a legnehezebb?</p> <p>Mit gondolsz, hogy miért?</p>
Kulcsszavak (címkék)	szabálykövetés, reflektivitás
Forrás	