

## Samurai



ATENȚIE la vârsta participanților; cei mici se pot răni.  
Categorie preferată: adolescenți sau tineri.

Participanții formează un cerc, cu o distanță de 2 pași unul de altul.

Liderul, aflat în mijlocul cercului, ridică mâinile împreunate deasupra capului și scoțând un strigăt de luptă, le îndreaptă spre cineva din cerc. Persoana vizată mimează scosul sabiei (mâna dreaptă merge la soldul stâng și este ridicată deasupra capului) și strigă "HA!", în timp ce participanții află la stânga și dreapta lui, vor îndrepta mâna stânga pentru cel din stânga, respective dreapta pentru cel din dreapta, către abdomenul celui din mijloc, scoțând aceleași strigăte de luptă.

Când cineva greșete, jocul se oprește și toți încep să bată ritmul pe genunchi și din palme de trei ori, după care cu toții arată spre cel care a greșit. Acesta iese din cerc și aleargă o tură, după care revine la locul lui. În cazul în care sunt mai mulți cei care sunt așintși, ies cu toții și aleargă.

După ce au revenit, cu toții întind mâinile, le freacă, alături de "aaaaaaaaaaaaaaaa", până când cineva ia inițiativa și spune "I have the power" și așintează mâinile împreunate asupra cuiva din cerc.

Dacă sunt mai multe persoane care fac asta concomitent, jocul se oprește din nou și se reia bătutul din palme, pe genunchi, găsirea vinovaților și alergarea turei.

Jocul este unul foarte antrenant, dacă se pornește de la un ritm lent și se ajunge la unul alert.

Nu sunt necesare materiale.

Sursa imaginii: <http://rexfoundation.org/2006/12/16/the-parents-circle-%E2%80%93-bereav...>