

W tej zabawie bierze udział przynajmniej trzech graczy. Jedna z osób jest prowadzącym. Potrzebny będzie dowolny sprzęt odtwarzający muzykę.

Prowadzący włącza muzykę. Pozostali uczestnicy zabawy tańczą w jej rytm. W dowolnym momencie prowadzący wyłącza muzykę. Wtedy, w tej samej chwili, pozostali uczestnicy mają zastygnąć w pozie jaką przybrali w chwili zatrzymania muzyki. Prowadzący liczy do trzech (lub do pięciu w przypadku starszych uczestników). Osoba, która się poruszy w czasie odliczania, odpada. Po skończonym odliczaniu, prowadzący ponownie włącza muzykę. Wygrywa osoba, która odpadnie jako ostatnia. Może ona wtedy zostać prowadzącym lub prowadzący zmieniają się za wyznaczoną kolejnością.

W innym wariantcie tej zabawy, uczestnicy zamiast tańczyć, wykonują ćwiczenia. Prowadzący podaje wtedy zadanie, np. „robimy przysiady”. Uczestnicy wykonują je, dopóki prowadzący nie poda nowej komendy (np. biegamy truchtem, robimy pajacyki, etc). Oczywiście ćwiczenia muszą być dostosowane do wieku i możliwości uczestników. Prowadzący analogicznie zatrzymuje muzykę w wybranym momencie, a pozostali uczestnicy mają przybrać pozy, które ich zastały przy jej wyłączeniu.