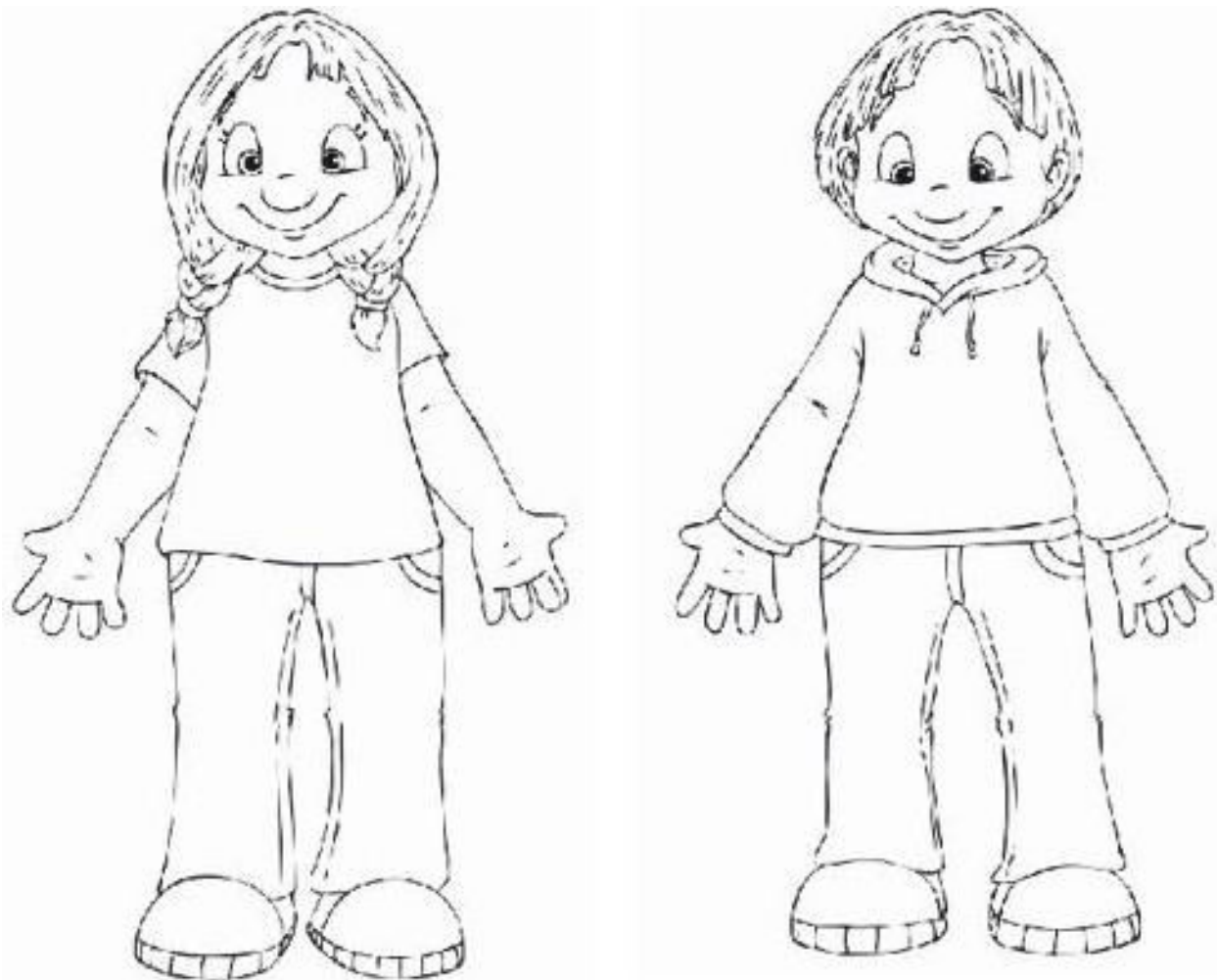


Arbeitsblatt KS (Körperschema)

Der Trainer zeigt dem Kind diese Abbildung und fragt es, wo die unterschiedlichen Körperteile des Mädchens bzw. des Jungen sind. Z.B.: Wo ist die linke Hand des Mädchens? Wo ist die rechte Schulter des Jungen?



Arbeitsblatt KS (Körperschema)

Der Trainer fordert das Kind auf, verschiedenste Körperteile zu bewegen:

Beispiele:

- Balle eine Faust mit der linken/rechten Hand
- Spreize die Finger der linken/rechten Hand
- Kreise mit deinem linken/rechten Fuß im bzw. gegen den Uhrzeigersinn
- Berühre mit deiner linken/rechten Hand die seitenverkehrten Körperteile (Knie, Schienbein, Fuß, Schulter, etc.)
- Auf dem linken/rechten Bein stehen/springen

Es sollten so viele Körperteile wie möglich bewegt werden.

Vor allem Überkreuzübungen einsetzen:

- Füße (Ferse, Sohle, Knöchel, Achillessehne)
- Beine (Wade, Schienbein)
- Knie + Kniekehle
- Oberschenkel (hinten/vorne)
- Becken, Bauch, Nabel
- Hände (Finger, Handrücken/-flächen, Handgelenke)
- Arme (Unter-/Oberarme, Achsel,
- Schulter + Nacken
- Kopf (Kinn, Wangen, Nase, Augen, Augenbrauen, Ohren, Stirn, Hinterkopf)