

Spiele und Übungen zum Körperschema

I. Lied: Den Finger, den Daumen bewegen (Rudi Carrell, nachzuhören bei Youtube)

1. Strophe: Den Finger, den Daumen bewegen, den Finger den Daumen bewegen, den Finger, den Daumen bewegen, ja trimm dich und halte dich fit.

Mit jeder Strophe kommt ein Körperteil / eine Bewegung hinzu, die anderen Bewegungen werden beibehalten:

- 2. den Arm, das Bein
- 3. und auch den Kopf
- 4. steh auf und sitz
- 4. ein Auge zu
- 5. die Zunge raus
- 6. die Füße hoch

Die Bewegungen werden zunächst langsam eingeübt, das Tempo allmählich gesteigert. Man kann dazu auch die Wiedergabegeschwindigkeit bei Youtube verlangsamen und sie langsam steigern. Dann wird das Lied vorgespielt und versucht mitzumachen. (Kann lustig werden.)

II. Spiegel

Abwechselnd spielen Kind und Trainerin einen Spiegel. Die Trainerin ist zunächst Spiegel. Am Anfang werden Situationen vorgegeben: z.B. morgens beim Aufstehen oder im Badezimmer: Waschen, Zähne putzen, Haare kämmen. Wenn das Kind "warmgespielt" ist, kann es frei Bewegungen machen. Das Kind macht die entsprechende Pantomime, der Trainer spiegelt das Verhalten möglichst genau. Dann wird getauscht. Dabei auf die Spiegelverkehrtheit achten.