

Körperschema:

Der Trainer/ die Trainerin liest die Anweisungen vor und das Kind darf diese nachmachen.

- Hebe deinen rechten Arm.
- Hebe dein linkes Bein.
- Zeige mir deinen rechten Daumen.
- Lege deinen Kopf zur rechten Seite.
- Lege dein Kinn auf die Brust.
- Lege deine rechte Hand auf deine linke Schulter.
- Zeige mir deine Nase.
- Lege deine linke Hand auf dein rechtes Ohr.
- Stelle dich auf dein linkes Bein.
- Lege deine rechte Hand auf deinen linken Fuß.
- Hebe deinen linken Arm.
- Stell dich auf dein rechtes Bein.