

Arbeitsblatt Körperschema

1. Nimm dir einen Pinsel und fahre die vorgelesenen Körperteile nach!

- Fahre mit dem Pinsel über deinen rechten Fuß.
- Fahre mit dem Pinsel über deine rechte Hand.
- Fahre mit dem Pinsel über dein linkes Knie.
- Fahre mit dem Pinsel über deine Nase.
- Fahre mit dem Pinsel über dein rechtes Ohr.
- Fahre mit dem Pinsel über deine linke Wange.
- Fahre mit dem Pinsel über deine Lippen von links nach rechts.
- Fahre mit dem Pinsel über dein linkes Schienbein von oben nach unten.
- Fahre mit dem Pinsel über deinen rechten Zeigefinger, beginnend bei der Fingerspitze.
- Fahre mit dem Pinsel über deine linke Handfläche.

2. Dein Trainer wirft oder rollt dir einen Ball zu und sagt dir mit welchem Körperteil du ihn fangen und zurückwerfen/-rollen sollst.

- Zum Beispiel: Der Ball wird dir zugerollt und dein Trainer gibt dir folgende Anweisung: „Stoppe den Ball mit dem linken Fuß und rolle ihn mit dem rechten Fuß zurück!“

Diese Übung kann in unterschiedlichen Möglichkeiten fortgesetzt werden.