

Arbeitsblatt 1 KS



- ✧ Zunächst zeichnet der Trainer den Körperumriss auf eine Papierrolle.
- ✧ Im Anschluss zieht das Kind verdeckt fünf Aktionskarten.
- ✧ Der Trainer liest vor, das Kind führt aus.
- ✧ Am Ende legt das Kind in der ausgeführten Reihenfolge bunte Steine (je Aktion eine extra Farbe) auf das Körperbild und sagt den Bewegungsablauf dazu.

Beispiel:

Das Kind legt einen roten Stein auf den rechten Fuß des gezeichneten Umrisses und sagt: „Ich habe meinen rechten Fuß gehoben und wieder abgestellt.“

**Hebe deinen
rechten Fuß und
stelle ihn wieder
ab.**



**Klopfe mit der
linken Handfläche
auf deine rechte
Schulter.**



**Schließe beide
Augen. Zähle leise
bis 5 und öffne sie
wieder.**



**Hebe deinen linken
Fuß und
überkreuze von
hinten dein rechtes
Bein.**



**Klopfe leicht mit
deiner rechten
Faust auf deine
linke Schulter.**



**Schließe dein
rechtes Auge.
Zähle leise von 5
rückwärts und
öffne es wieder.**



Klopfe mit der rechten Handfläche auf deine linke Schulter.



Klopfe leicht mit deiner linken Faust auf deine rechte Schulter.



Schließe dein linkes Auge. Zähle leise von 5 rückwärts und öffne es wieder.



Wippe mit beiden Füßen von den Zehen zu den Fersen. Wiederhole dies 10 x.



Kreise mit deinem Becken 5 x nach rechts, dann 5 x nach links.



Berühre mit der linken Hand dein rechtes Knie.



Stelle dich auf deine Zehenspitzen.



Klopfe leicht mit deinen Fingerspitzen deinen Kopf ab.



Tippe mit dem rechten Zeigefinger auf deine Nasenspitze.

