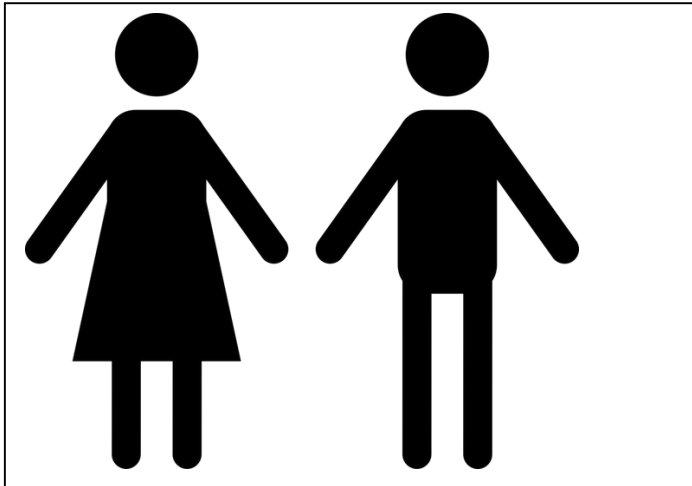


Sinneswahrnehmungstraining: Körperschema

„Rechts und links die Augen, sie schauen auf die Nase“

Was ist ein Körperschema? Das siehst du am Bild.



Die beiden Figuren, eine Frau und ein Mann, breiten ihre beiden Arme aus und nehmen damit einen Raum ein, mehr als würden sie die Arme am Körper anlegen.

Mach dazu eine kleine Übung, und lass dir dabei von deiner Mama oder deinem Papa helfen. Stelle dich so hin, wie die Figuren am Bild. Breite deine Arme aus und sprich: „Das ist mein linker Arm.“ Beim Sprechen schaust du auf den linken Arm. Dasselbe machst du mit dem rechten Arm: „Das ist mein rechter Arm.“

Bei den Figuren sieht man sie nicht, aber du siehst den Armen entlang deine Hände. Was siehst du dabei? Deine Finger. Benenne nun deine Finger: „Das ist der Daumen...“

Wenn du das gemacht hast, beschreibe dann deine Beine und zeig darauf. Wo also ist bei dir der Oberschenkel, das Knie, der Unterschenkel, die Knöchel, die Zehen?

Wenn du das schaffst, hast du erfolgreich etwas von deinem Körper bezeichnet und dann bekommst du von deiner Mama ein Zuckerl.