

## 1.2 Den Körper wahrnehmen, entdecken, bewegen

Kinder fühlen sich oft gehemmt, andere Kinder zu berühren. Diese Hemmung soll behutsam und gezielt abgebaut werden. Dabei lernen die Kinder die Beweglichkeit und Gelenkigkeit des eigenen Körpers besser kennen. Gleichzeitig wird der Tastsinn gefördert.

Wie fühlt sich mein bzw. dein Körper an; wie lässt er sich bewegen?

**Mit dem Rücken fühlen:** Zwei Kinder haben die Arme gegenseitig eingehakt. Langsam bewegen sie sich gemeinsam zu einem bezeichneten Ziel hin. Die Führungsrolle häufig wechseln.

- Zwischen den Rücken wird ein Ball, ein Karton oder ein Ballon eingeklemmt und transportiert.
- Die Kinder kriechen in Rückenlage über Langbänke, Schaumstoffmatten, Wolldecken und spüren den Untergrund nach.
- Im Schnee auf einem Plastiksack einen Hang hinunterrutschen.
- Eine Rutschbahn hinuntersausen.



☞ Körperwahrnehmung; den Partner oder die Partnerin spüren.

**Körperteile wahrnehmen:** Ein Kind liegt unter einer Decke. Die anderen betasten vorsichtig dessen Körper und benennen die Körperteile. Häufig die Partner wechseln und zur behutsamen Berührung anleiten.

- Die Kinder liegen mit geschlossenen Augen auf dem Boden. Die Kindergärtnerin (oder andere K) legen verschieden schwere Gegenstände (z.B. Säckli) auf die Gelenke der Kinder. Die Kinder benennen die verschiedenen Gelenke des Körpers (Knie, Ellenbogen usw.) und unterscheiden das Gewicht der Bälle.



☞ Behutsam berühren lernen.

☞ Körpervorstellung, Körperbild

**Lasten spüren und tragen:** Die Kinder besitzen mehrere verschieden schwere Sandsäcklein. Ein Kind bewegt sich auf den Knien und ein anderes legt ihm sorgfältig eines oder mehrere auf mögliche Auflageflächen. Das kniende Kind versucht, solange wie möglich die Sandsäcklein mitzutragen ohne sie zu verlieren und die Belastung gut nachzuspüren.

- Gelingt es, einen kleinen Parcours auf allen vieren zu laufen, ohne das Sandsäcklein zu verlieren?
- Die Sandsäcklein werden durch schnelles Anspannen der Muskeln, durch ... abgeschüttelt.
- Alle Kinder haben Sandsäcklein und versuchen, andere Kinder zu «beladen». Sobald ein Sandsäcklein platziert wurde, versucht das betreffende Kind, das Säckchen langsam über den Körper hinunterrutschen zu lassen. Wenn das Sandsäcklein den Boden berührt, kann das Kind wieder versuchen, anderen Kindern ein Säcklein aufzuladen.

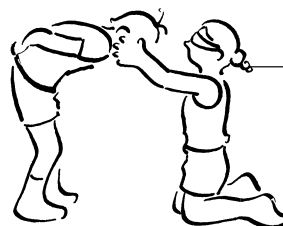


☞ Gewicht schätzen

☞ Andere Sandsäcklein-Spiele: Vgl. Bro 5/2, S. 26

**Erkennungsspiel:** Die Kinder knien oder sitzen mit verbundenen Augen im Kreis. Ein Kind kommt im Kreis bei ihnen vorbei. Die sitzenden Kinder berühren sorgfältig die Haare, die Schultern. . . und versuchen, das «unbekannte» Kind zu erkennen.

- Wer erkennt das andere Kind am Gehen, Husten, Singen, Hüpfen, Lachen, Musizieren . . .



☞ Woran erkennt ihr euren Vater, eure Mutter?