

Körperwahrnehmung L1

Körperteile kennen und unterscheiden

- Ziele:
- Den eigenen Körper wahrnehmen
 - Körperteile spüren und benennen können
 - Bewegungen einzelner Körperteile nachahmen

Umfang: 2-3 Lektionen

Level / Stufe: L1 / 2. Kindergarten

Voraussetzungen: Keine Voraussetzungen nötig

Stichworte: Körperteile benennen, Körperteile isoliert bewegen, Berührungen spüren, sensorische Wahrnehmung, Berühren von Partnern

Hand zu Hand

Die Schüler bewegen sich zur Musik frei in der Halle. Wenn die Musik stoppt, ruft die Lehrperson den Namen der Körperteile, an welchen sich jeweils 2 Schüler berühren sollen.

Zum Beispiel:

- Hand zu Hand
- Kopf zu Kopf
- Knie zu Knie
- Fuss zu Fuss
- etc.

Varianten:

- Die Lehrperson gibt 2 oder mehrere Körperteile vor, die sich jeweils berühren.
- Die Lehrperson ruft einen Gegenstand und einen Körperteil auf. Die Schüler berühren mit dem genannten Körperteil den genannten Gegenstand. Zum Beispiel: Nase zu Wand, Daumen zu blauer Linie, Rücken zur Sprossenwand etc.

Material: Musik

Einlaufen/Einstimmung



Statuenfangis



2 bis 4 Schüler tragen einen Spielbändel und agieren als Fänger. Gefangene Schüler bleiben wie versteinert stehen. Sie werden wieder frei, sobald ein freier Schüler die Position neben dem gefangenen Schüler während 5 Sekunden (langsam bis 5 zählen) imitiert. Während dem Befreien dürfen weder Statue noch Befreier gefangen werden.

Material: Spielbändel

Hauptteil

Tanz der Körperteile

Die Lehrperson bildet mit den Schülern zusammen einen grossen Kreis. Alle führen zum Takt der Musik die Grundbewegung aus, indem sie mit den Knien wippen. Wenn alle eingesetzt haben, nennt die Lehrperson einen Körperteil, den die Schüler zum Takt der Musik bewegen.

Zum Beispiel:

- rechter Arm
- Bauch
- rechte Schulter
- Kopf
- etc.

Parallel wippen sie weiterhin mit den Knien, halten aber den Rest des Körpers möglichst ruhig. Die Grundbewegung wird auch beim Wechsel zwischen den Körperteilen beibehalten. Die Lehrperson geht dafür mit gutem Beispiel voran.

Variante:

Die Lehrperson fragt die Schüler, welcher Körperteil als nächster tanzen soll.

Material: Musik



Chef-Körperteil

Die Schüler bewegen sich zur Musik frei in der Halle. Sobald die Musik stoppt, darf sich nur noch ein Körperteil bewegen, den die Lehrperson vorher bestimmt und kommuniziert hat. Dieser Körperteil ist während des Musikstopps der Chef.

Varianten:

- Der von der Lehrperson bestimmte Körperteil geht dem restlichen Körper voraus, während die Musik ertönt. Beim Musikstopp frieren die Kinder in der aktuellen Position ein und die Lehrperson gibt einen neuen Körperteil vor, der vorausgeht.
- Die Schüler wählen individuell einen «Chef-Körperteil» aus und dieser geht bis zum nächsten Musikstopp voraus.

Material: Musik



Kindergarten-Boogie

Die Schüler bilden zusammen mit der Lehrperson einen grossen Kreis. Gemeinsam wird ein Lied gesungen, bei dem die Körperteile thematisiert werden:

«Du hebsch dä recht Arm (oder Fuess, Chopf etc.) in Chreis (1), du hebsch dä recht Arm drus (2), du hebsch de recht Arm in Chreis und du schüttlich en denn us (3). Das isch de Chinds-giboogie und mir dreihed eus im Chreis (4), mir mached en riise Mais!»

Die Bewegungen werden gleichzeitig mit dem Singen ausgeführt. Bei jeder Strophe wird ein neuer Körperteil in den Kreis hineingehalten.



Musical notation for the song "Kindergarten-Boogie". The lyrics are:

Du hebsch de recht Arm in Chreis, du hebsch de
recht Arm drus, du hebsch de recht Arm in Chreis und du
schütt- lisch en denn us. Das isch de Chinds-gi Boo- gie und mir
drei- hed eus im Chreis. Mir mached en rii- se Mais!

Bewegungsmemory

Die Lehrperson bestimmt 2 Schüler, die kurz die Halle verlassen. Sie sind die Detektive. Die anderen Schüler bilden 2er-Teams (Memory-Paare) und bestimmen in den Teams jeweils eine Bewegung (z.B. Hampelmann, Luftboxen, Gehen an Ort mit Händen in der Luft etc.), die sie möglichst identisch und an Ort vorzeigen können. Danach verteilen sich alle kreuz und quer in einer Hallenhälfte (Standorte evtl. mit Reifen markieren). Die beiden Schüler, die vor der Halle gewartet haben, werden nun hereingebeten und versuchen, die Memory-Paare zu finden. Alle Memory-Paare bewegen sich gleichzeitig und die Detektive dürfen abwechselungsweise der Lehrperson die entdeckten Bewegungspaare mitteilen.



Sobald ein Memory-Paar gefunden wurde, erhält es vom Detektiv einen Spielbändel seiner Farbe. Die Schüler bewegen sich so lange weiter, bis die Detektive alle Paare gefunden haben.

Material: Optional Reifen (zum Markieren der Standorte)

Varianten:

- Nur eine Klassenhälfte führt das Memory-Spiel mit Hilfe der Lehrperson durch. Die andere Halbklassse ist selbstständig beschäftigt. So wird die Aufgabe für die Detektive erleichtert und die Spieldauer pro Runde wird reduziert.
- Alle Schüler stehen möglichst regungslos in der Halle. Einer der ratenden Schüler beginnt und tippt zwei Schülern auf die Schulter. Diese beiden führen nun ihre Bewegung aus. Wenn die beiden berührten Schüler nicht dieselbe Bewegung zeigen, darf der zweite Schüler sein Glück versuchen. Das Spiel dauert so lange, bis alle Bewegungspaare gefunden wurden. Damit diese Variante schneller zu Ende geht, bleibt der erste der angetippten Schüler in Bewegung, bis das passende Gegenstück gefunden wurde. Dies erhöht gleichzeitig die Bewegungsintensität.

Material: Spielbänder

Schlussteil

Körper bemalen

Die Schüler bilden 2er-Gruppen und legen eine dünne Matte auf den Boden. Ein Schüler liegt auf der Matte mit Blick von der Lehrperson weg. Nachdem der liegende Schüler seine Augen geschlossen hat, zeigt die Lehrperson für alle 2er-Gruppen eine Form, einen Gegenstand oder eine Zahl (Bild hochhalten oder auf das Whiteboard zeichnen). Der andere Schüler zeichnet nun die vorgegebene Form auf den Rücken des liegenden Schülers. Dieser versucht aus Rücksicht auf andere Gruppen ganz leise zu erraten, was sein Partner zeichnet.



Varianten:

- Die Lehrperson nimmt die zeichnenden Schüler zusammen und zeigt ihnen das Bild von nahem. So wird verhindert, dass die liegenden Schüler das Bild schon vor dem «Malen» sehen können.
- Der Maler berührt mit beiden voneinander weit entfernten Zeigfingern den Rücken des liegenden Schülers und führt diese langsam zusammen. Der liegende Schüler sagt «stopp», sobald er das Gefühl hat, die Finger seien zusammen.

Material: 12 dünne Matten

Kamel



Die Schüler bilden 2er-Gruppen und erhalten pro Gruppe ein Sandsäckchen oder einen Jonglierball. Ein Schüler ist das Kamel und macht sich auf allen vieren zum Abmarsch in die Wüste bereit. Der Partner legt dem Kamel das Sandsäckchen (Transportgut) auf den Rücken. Das Kamel läuft in der Halle umher und weicht dabei den anderen Kamelen aus, ohne dass das Säckchen herunterfällt. Der Partner läuft mit und legt ihm jeweils das Säckchen wieder zurück auf den Rücken, wenn es heruntergefallen ist.

Variante:

Als Erschwerung können Hindernisse wie Reifen, Langbänke oder Malstäbe in der Halle aufgestellt werden, die das Kamel überwinden muss, ohne dass das Sandsäckchen herunterfällt.

Material: Sandsäckchen oder Jonglierbälle

Organisationshilfen / Methodisch-didaktische Hinweise

- Kindergartenboogie: Der Tanz ist in englischer Version und mit Musik hinterlegt auf www.dance360-school.ch zu finden (Tanzstile suchen → Stichwort «Hokey Pokey»).
- Andrew Bond ist eine gute Quelle für weitere Kinderlieder mit Aktivität: «Was isch nume los» und viele weitere können bestens im Unterricht verwendet werden.