

Inhalt

1. Einleitung	7
2. Körpererfahrung	11
2.1 An motorischer Handlungsfähigkeit orientierte Körpererfahrung	11
2.2 Am Erleben und Ausdruck orientierte Körpererfahrung	12
2.3 Dimensionen der am Erleben und Ausdruck orientierten Körpererfahrung	12
2.3.1 Psychomotorische Selbsterfahrung	12
2.3.2 Selbstwahrnehmung über Fremdwahrnehmung	14
2.3.3 Körperausdruck	14
2.4 Spiele zur Körpererfahrung	15
2.4.1 Psychomotorische Selbsterfahrung	15
2.4.2 Selbstwahrnehmung über Fremdwahrnehmung	24
2.4.3 Körperausdruck	37
2.5 Unterrichtsbeispiele zur Körpererfahrung	50
2.5.1 Unterrichtsbeispiel zur Selbstwahrnehmung	50
2.5.2 Unterrichtsbeispiel zur Selbstwahrnehmung über Fremdwahrnehmung	52
2.5.3 Unterrichtsbeispiel zur Selbstwahrnehmung über Fremdwahrnehmung	53
2.5.4 Unterrichtsbeispiel zu Körperausdruck	54
2.5.5 Unterrichtsbeispiel zu Körperausdruck	56
3. Sozialerfahrung	59
3.1 Spiele zur Förderung der sozialen Kompetenzen	60
3.2 Unterrichtsbeispiele zur Sozialerfahrung	87
3.2.1 Unterrichtsbeispiel zur Sozialerfahrung in der Partnerarbeit	87
3.2.3 Unterrichtsbeispiel zur Kooperation in der Gruppe	89

4. Bewegungserfahrung als Gegenstands-Erfahrung über Exploration und Gestaltung (Materiale Erfahrung)	91
4.1 Spiele zu Gegenstandserfahrung über Exploration und Gestaltung	93
4.2 Unterrichtsbeispiele zur Gegenstandserfahrung über Exploration und Gestaltung	110
4.2.1 Unterrichtsbeispiel Schaumstücke	110
4.2.2 Unterrichtsbeispiel „Schiffsexpedition“	111
5. Körperschema	113
5.1 Dimensionen zum Aufbau des Körperschemas	114
5.2 Spiele zur Förderung des Körperschemas	115
5.2.1 Den Körper und seine Teile wahrnehmen und identifizieren	115
5.2.2 Den Körper in seinen Ausmaßen erfahren	122
5.2.3 Seitigkeit und Bewegungsrichtungen	126
5.2.4 Den Körper in Ruhe und Wohlspannung spüren	140
5.2.5 Zentrierung über Atmung und Haltung	149
5.3 Unterrichtsbeispiele zum Körperschema	158
5.3.1 Unterrichtsbeispiel zu Grundlagen des Körperschemas	158
5.3.2 Unterrichtsbeispiel zu Atmung und Haltung	159
6. Körper- und Sinnes-Erfahrungen in Umgebung und Natur	161
6.1 Spiele zu Körper- und Sinneserfahrungen in Umgebung und Natur	162
6.2 Unterrichtsbeispiele zu Körper- und Sinneserfahrungen in Umgebung und Natur	185
6.2.1 Unterrichtsbeispiel „Die Umgebung kennen lernen“	185
6.2.2 Unterrichtsbeispiel „Spiele im Gelände“	186
7. Grundlegende und weiterführende Literatur	188
8. Spieleindex	190
9. Materialliste	192