

Inhalt

1.	Der Unterschied – Sportunterricht – psychomotorische Bewegungsstunde	11
1.1	Ziele der Psychomotorik	13
1.2	Ablauf einer Stunde	16
1.2.1	Die Halle	16
1.2.2	Beginn	19
1.2.3	Freie Bewegung	19
1.2.4	Der Schluss	21
2.	Ideen-Kiste für die „Bonbons“	23
3.	Im Frühling	25
3.1	Gedanken zum Thema:	25
3.2	Angebote	26
3.2.1	April-Wetter	26
3.2.2	Bunte Blumen	28
3.2.3	Noch einmal „Bunte Blumen“	29
3.2.4	Frühlingsdüfte	30
3.2.5	Hasen-Runde	30
3.2.6	Ostereier	31
3.2.7	Hase und Jäger – einmal anders	31
3.2.8	Wir treiben den Winter aus	32
3.2.9	Vogelnester	33
3.2.10	Alles wächst – klein und groß	34
3.2.11	Mein Körper	35

4.	Im Sommer	37
4.1	Vorschlag für den Sportplatz	37
4.1.1	Gedanken zum Thema	39
4.2	Angebote	40
4.2.1	Meine Hände fühlen (Hallenstunde)	40
4.2.2	Meine Füße fühlen	40
4.2.2.1	Meine Füße (Hände) malen – schön für draußen, aber in der Halle möglich	41
4.2.3	Bemalte Körper	42
4.2.4	Dicke Ballmassage	43
4.2.5	Wassermassage	43
4.2.6	Wasserrutsche – ein schönes Sommererlebnis	44
4.2.7	Reisezeit	45
4.2.8	Indianerleben	45
4.2.8.1	Trainingslager – Laufen	47
4.2.8.2	Klettern	48
4.2.8.3	Reiten	48
4.2.8.4	Schwimmen	49
4.2.8.5	Jagen	50
4.2.8.6	Schleichen	51
4.2.8.7	Sehen	52
4.2.8.8	Musizieren	53
4.2.8.9	Tanzen	54
4.2.8.10	Schmücken und feiern	54
5.	Im Herbst	57
5.1	Gedanken zum Thema	57

5.2	Angebote	58
5.2.1	Windmaschine	58
5.2.2	Apfelernte	59
5.2.3	Strohrollen	59
5.2.4	Fühlwannen–Fühlecken	60
5.2.5	Fühl-Parcours	60
5.2.6	Herbstlaub	61
5.2.7	Laterne gehen	61
5.2.8	Glühwürmchen	62
5.2.9	Licht fangen	62
5.2.10	Zirkus	63
6.	Im Winter	65
6.1	Gedanken zum Thema	65
6.2	Angebote	66
6.2.1	Grauer Himmel, Sturm, Kuscheln	66
6.2.2	Schnee – Schneeräumer	67
6.2.3	Schneemann – Schneebälle	68
6.2.4	Schnee und Eis	68
6.2.5	Am Nordpol	69
6.2.6	Geschenke einpacken	70
6.2.7	Der Zauberberg	71
6.2.8	Märchen bewegt erleben: Schneewittchen	72
6.2.9	Weihnachtsmarkt	74
7.	Angebote in der Kleingruppe	75
7.1	Einander wahrnehmen – Dreier-Gruppe	75

7.2	Erste Berührungen – erste Kommunikation	77
7.3	Wir gehören zusammen – vorsichtiges kennen lernen 5 – 10 Kinder	77
7.3.1	Spinnennetz mit Namen	78
7.3.2	Herantasten	78
7.3.3	Vom Fingersortieren zum Vertrauensspiel	79
7.3.4	Schwungvolle Zusammenarbeit	80
7.3.5	Schwungtuch aus Zeitungspapier	81
8.	Sand im Raum	85
8.1	Schatzsuche (2 – 4 Personen)	86
8.2	In den Sand geschrieben (2 – 4 Personen)	87
8.3	Sandbilder	88
8.4	Baustelle	89
8.5	Sanduhr	90
9.	Murmelbahn aus Kartons	93
10.	Partnerübungen zum Ausgleichen von Haltungsschwächen, Koordination und Körpergefühl mit unterschiedlichen Materialien	95
10.1	Übungen mit dem Luftballon	96
10.2	Tennisbälle und Filmdosen	97
10.3	Therapieball	99
10.4	Tischtennisbälle, Schaumstoffringe, Tücher, Joghurtbecher, Plastikeimer	102
11.	Körperschema – Körpergefühl	107
11.1	Körper-Legespiel	107
11.2	Ankleidepuppe	108

11.3	Würfel-Spiele	108
11.4	Figuren nachahmen	110
11.5	Gleichgewicht	111
11.6	Kraft steuern	111
12.	Spiele zur Unterstützung im Unterricht	115
12.1	Schreiben	115
12.1.1	Katz und Maus als Fadenspiel	115
12.1.2	Wettwickeln	115
12.1.3	Mäuserennen, Autorennen	116
12.1.4	Finger sortieren	116
12.1.5	Pinzettengriff	117
12.1.6	Buchstaben erkennen	117
12.2	Themen-Würfel-Spiele	117
12.2.1	Gruß an einen Kranken	117
12.2.2	Ostern	118
13.	Rechnen	119
13.1	Wie viele passen in ein Haus?	119
13.2	Zahlen lernen	119
13.3	Treppenstufen	119
13.4	Stopp 100	120
14.	Sprachförderung	121
14.1	Pusten	121
14.1.1	Mit Watte	121
14.1.2	Mit Tischtennisbällen	122
14.1.3	Mit Luftballons	122

14.1.4	Bilderpusten	124
14.2	Lippengymnastik	124
14.3	Grimassentanz	124
15.	Wasserspiele	125
Literatur	128
Musik	128