

Legasthenie Double-Gym

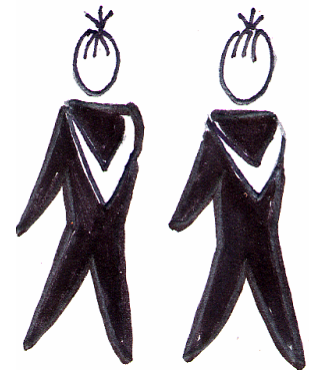
Eine Gymnastik, die bei Legasthenikern oft für Verwirrung sorgt. Sie legt offen, wo die wahren Probleme manchmal liegen.

Im Gegensatz zur einfachen Gymnastik werden nun die Anforderungen erhöht. Es gilt, sich nach zwei Kriterien an seinem Körper zu orientieren. Manchmal empfinden die Kinder anfänglich die Übungen als leicht, später jedoch kann sich im Kopf schnell ein „gordischer Knoten“ bilden.

Grundform des Spiels:

Wie bei der einfachen Legastheniker-Gymnastik sind von den Kindern der Reihe nach Bewegungsaufgaben zu erfüllen:

- * linke Hand auf die rechte Schulter legen
- * rechte Hand auf den linken Fuß geben
- * linke Hand hält das linke Auge zu
- * rechte Hand auf die rechte Pobacke legen
- * linke Hand zieht am rechten Ohr
- * linke Hand auf das rechte Knie legen
- * rechte Hand auf die linke Wange legen
- * rechten Fuß vor / hinter den linken stellen
- * linke Hand auf die rechte legen.....



Am Anfang werden die Anweisungen wiederum langsam gegeben und es wird gewartet, bis jedes Kind die Aufgabe richtig erfüllt hat.

Varianten:

Die Orientierungsangaben wie links bzw. rechts werden getauscht

- rechte Hand auf die linke Schulter*
- linke Hand auf den rechten Fuß geben usf.*
- rechte Hand hält das rechte Auge zu*
- linke Hand auf die linke Pobacke legen.....*

Nach einiger Einübungszeit wird schließlich als neue Variante das Tempo gesteigert, die Kinder sollen nicht mehr so viel Zeit zum Überlegen haben.

Mit viel Freude sind die Kinder dabei, wenn man nur eine beschränkte Anzahl von Double-Gym Übungen auswählt, diese jedoch mit jeweils gesteigerter Geschwindigkeit dreimal hintereinander ausführen lässt.

Erfinden Sie selbst Double-Gym Übungen, die angegebene Liste ist sicher bei weitem noch nicht vollständig!