

# Bewegte Wahrnehmung – Bewegungssinn: Extensive Spiele – Alter Japanmakak

Die Lernziele dieser Übung sind schnelle Wechsel von Bewegung und Stillstand und somit die Stärkung der Körperkontrolle.



**Geschichte:** Der Makak ist eine japanische Affenart. Der alte Japanmakak lebt in einer Höhle und hat ganz viele Schätze gehortet. Die anderen Makaken wollen diese Schätze zurückerobert. Der alte Makak schläft viel und ist fast blind. Er kann nur noch Bewegungen wahrnehmen. Sein Gehör ist noch sehr gut.

Ein Kind oder die Leiterin ist der alte Japanmakak. Er liegt vor seiner Höhle, um ihn herum liegen die Schätze (Sandsäcke oder Ähnliches). Die anderen Kinder sind die jüngeren Makaken, sie haben auch eine Höhle. Sie schleichen sich an den schlafenden Makak heran, nehmen einen Schatz und bringen ihn in ihre Höhle. Solange der Makak schläft, geht alles gut. Zwischendurch wacht der Makak auf, dies kann durch sich räkelnd angekündigt werden. Sobald der Makak aufwacht, müssen die Kinder sofort stillstehen und ruhig sein. Auch wenn sie nah vor dem alten Makak stehen, kann er sie nicht sehen solange sie sich nicht bewegen. Wird ein Kind durch Bewegung «sichtbar», muss es zurück in seine Höhle und den Schatz zurückgeben, sofern es einen in der Hand hat.

**Material:** Sandsäcke oder Ähnliches

Quelle: Manuela Zgorski-Lätsch, dipl. Physiotherapeutin FH, Psychomotorikerin l'B'P', Aikido 3. Dan, Centre Kumano, Biel; Begleitung: Jsabelle Scheurer, Leiterin Ausbildung J+S Turnsport



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO