

# Bewegte Wahrnehmung: Lektion Stellungssinn

Diese Beispiellektion legt den Fokus auf den Stellungssinn. Mit verschiedenen Spielen aus der Kampfkunst «Aikido» im Hauptteil der Lektion werden sich die Kinder und Jugendlichen ihres Körpers und dessen Stellung bewusst.



## Rahmenbedingungen

- **Dauer:** 60 Min.
- **Alter:** 7-12
- **Schulstufe:** Primarstufe


## Lernziele

- Stellungssinn schulen

**Material:** Matten für Begrüssungs- und Reflexionskreis, Ausdruck Smileys

## [Lektion Stellungssinn \(pdf\)](#)

Quelle: Manuela Zgorski-Lätsch, dipl. Physiotherapeutin FH, Psychomotorikerin I'BP', 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**