

Die Primärbedürfnisse als Grundlage des Bewegungsunterrichtes mit Kindern

nach Prof. Dr. U.Nickel*
modifiziert und erweitert von H.R.Baumann

- Spielerisch laufen, davon laufen und schnell laufen
- Hoch, weit und hochweit springen
- Von oben hinab springen
- Schaukeln und weit durch den Raum schwingen
- Höhe erklettern und Ausschau halten
- Den Taumel des Rollens und Drehens erleben
- Konzentriert und erfolgreich im Gleichgewicht bleiben
- Riskante Situationen suchen und sie mit Herzklopfen meistern
- Bewegungskunststücke lernen und vorführen
- Gleiten und rutschen
- Sich auf Rollen oder Rädern fortbewegen
- Sich von rollenden und fliegenden Bällen (Gegenständen) faszinieren lassen
- Sich im Rhythmus bewegen
- An und mit Sportgeräten intensiv spielen
- Vergleichen, sich messen
- Rollen spielen
- Sich verstecken
- Bis zur wohltuenden Erschöpfung anstrengen
- Am, im und mit Wasser spielen