

## Erfassung Methoden für die Betreuer\*innenausbildung

Titel	<b>Spiegel</b>
Themenbereich	Spiel und Spaß  Die Schulung der Wahrnehmungsfähigkeit des eigenen Körpers aber auch der Bewegungsausführungen des Partners oder der Partnerin stehen im Mittelpunkt der Übung.
Dauer	10 - 20 Minuten
Benötigte Materialien	Keine
Min./ Max. Teilnehmer*innenanzahl	5-30 Personen
Beschreibung der Methode	Die Gruppe wird in Paare aufgeteilt, die sich gegenüberstehen. Ein Paarteil bewegt sich mit seitlichen Nachstellschritten zur rechten bzw. zur linken Seite. Der andere Partner oder Partnerin versucht, alle Bewegungen zu imitieren; danach wechseln sie ihre Rollen.  Die Möglichkeit der Variationen liegt in der Vielschichtigkeit der Bewegungsausführungen des Paarteils, der die Bewegungen vorgibt.
Weiterführendes Material/ Literatur	AOK Rheinland/ Hamburg (2008): Schulen in Bewegung. Bewegungsförderung im Schulsport. Arbeitsmappe mit Anregungen und Materialien für Sportlehrkräfte Sekundarstufen I und II. Köln
Quellenangabe	<a href="https://www.transfer-ev.de/project/gesundstark-aktionen-zur-gesundheitsfoerderung-und-persoenlichkeitsbildung/">https://www.transfer-ev.de/project/gesundstark-aktionen-zur-gesundheitsfoerderung-und-persoenlichkeitsbildung/</a>