

Eurythmietherapie und ADHS (ADHD)-Symptome

Auswertung von wissenschaftlich gestützten Einzelfallstudien zur Behandlung von hyperaktivem Verhalten

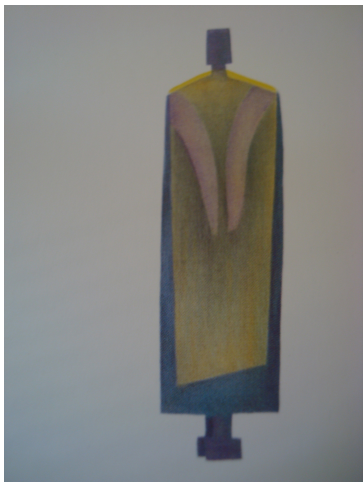
Langmair Herbert

2 Fallstudien – Anhang Masterarbeit 2012 Alanus Hochschule Alfter/Bonn

Die Daten sind in MAXQDA+ 2010 gespeichert und können für weitere Forschungszwecke zur Verfügung gestellt werden.

Videoaufzeichnungen der Übungen ausgeführt durch den Therapeuten können als Modell auf der website www.bewegungspraxis.ch/projekt/ eingesehen werden.

In der Arbeit wird aus Gründen der Lesbarkeit darauf verzichtet männliche und weibliche Anredeformen gleichzeitig zu gebrauchen, selbstverständlich gilt immer beides.





U und M-Gebärde¹

Die Fotos der Eurythmiefiguren stammen von dem
Plakat der Eurythmiefiguren von Annemarie Baeschlin;

Gesamtausgabe GA K 26a:

„Die Eurythmiefiguren von Rudolf Steiner“

Rudolf Steiner Verlag, Basel 2007/ 2012

www.steiner Verlag.com

¹ Siehe Master Arbeit Seite 2

Inhaltsverzeichnis

<u>EURYTHMIETHERAPIE UND ADHS (ADHD)-SYMPTOME.....</u>	<u>1</u>
<u>VIDEOAUFZEICHNUNGEN DER ÜBUNGEN AUSGEFÜHRT DURCH DEN THERAPEUTEN KÖNNEN ALS MODELL AUF DER WEBSITE</u> <u>WWW.BEWEGUNGSPRAXIS.CH/PROJEKT/.....</u>	<u>1</u>
<u>1. BEGRIFFSKLÄRUNG:.....</u>	<u>2</u>
<u>1.1 LEGENDE:.....</u>	<u>6</u>
<u>2. ANTHROPOSOPHISCHES KONZEPT DES MENSCHLICHEN ORGANISMUS UND ANSATZ EINER PATHOGENESE.....</u>	<u>7</u>
<u>3. BEISPIEL EINES ADHS- AUSWERTUNGSBOGENS MIT AUSWERTUNGSKRITERIEN:.....</u>	<u>10</u>
<u>4. QUANTITATIVE MESSUNGEN AN HAND DER FORSCHUNGSZIELE:.....</u>	<u>10</u>
<u>5. FALL 1 DIAGNOSEKRITERIEN - MESSERGEBNISSE:.....</u>	<u>12</u>
<u>7. FALL 1 UND 2 GESCHICKLICHKEITSPARCOUR – DIAGNOSESTUNDE:.....</u>	<u>29</u>
<u>1.Ü 1 SPANNBOGEN (S 135)</u>	<u>29</u>
<u>DER SCHÜLER LEGT SICH MIT DEM BAUCH AUF DEN BODEN. DANACH STRECKT ER DIE BEINE UND ARME GLEICHZEITIG IN DIE</u> <u>LUFT UND VERSUCHT SIE SOLANGE ES GEHT DEUTLICH ÜBER DEM BODEN ZU HALTEN. (MIN 10</u>	<u>29</u>

<u>SEKUNDEN).....</u>	<u>29</u>
<u>1ER/SIE WIRD UNTERSTÜTZT DURCH HALTEN VON ARMEN ODER BEINEN.....</u>	<u>30</u>
<u>2DER SCHÜLER HEBT EIN BEIN ODER EINEN ARM UND HÄLT DIESEN GESTRECKT NACH OBEN.....</u>	<u>30</u>
<u>3DER SCHÜLER HEBT AUSSCHLIESSLICH DIE ARME GESTRECKT ÜBER DEN BODEN.....</u>	<u>30</u>
<u>5DER SCHÜLER HEBT EIN BEIN ODER EINEN ARM GESTRECKT ÜBER DEN BODEN. DAS KANN AUCH GEGENGLEICH GESCHEHEN....</u>	<u>30</u>
<u>6DER SCHÜLER HEBT BEIDE BEINE UND ARME GESTRECKT ÜBER DEN BODEN.....</u>	<u>30</u>
<u>8DER SCHÜLER LEGT SICH AUF EIN ROLLBRETT UND FÄHRT IN GESTRECKTER POSITION DER ARME UND BEINE.....</u>	<u>30</u>
<u>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:.....</u>	<u>30</u>
<u>DER SCHÜLER HÄLT DIE ARME ÜBER EINE DAUER VON SEKUNDEN ÜBER DEM BODEN.</u>	
<u>DAS SCHÜLER HÄLT DIE BEINE ÜBER EINE DAUER VON SEKUNDEN DURCHGEHEND ÜBER DEM BODEN.....</u>	<u>31</u>
<u>DER SCHÜLER LÄSST SICH DURCH DEN THERAPEUTEN ZUM MITMACHEN MOTIVIEREN.WIE?.....</u>	<u>31</u>
<u>WEITERE BEOBACHTUNGSFELDER: RAUM-LAGE-KOORDINATION, AUGEN- FUSS-KOORDINATION, FLUSS D.BEW.....</u>	<u>31</u>
<u>1DER SCHÜLER GEHT ÜBER EIN GERADES ODER GESCHLÄNGELT LIEGENDES SEIL AUF DEM BODEN.....</u>	<u>32</u>
<u>2DER SCHÜLER GEHT AUF DER LANGBANK BIS ZUR MITTE UND ZURÜCK.....</u>	<u>32</u>
<u>3DER SCHÜLER GEHT AUSSCHLIESSLICH VORWÄRTS ÜBER EINE LANGBANK.....</u>	<u>32</u>
<u>4DER SCHÜLER ERPROBT VERSCHIEDENE TEMPI.....</u>	<u>32</u>
<u>5DER SCHÜLER ERPROBT VERSCHIEDENE ABSTÄNDE DER NACHFOLGENDEN SCHRITTE.....</u>	<u>32</u>

<u>6DER SCHÜLER ERPROBT VERSCHIEDENE SCHRITTE: NACHSTELLSCHRITT, WECHSELSCHRITT, SEITWÄRTSSCHRITT,</u>	<u>32</u>
<u>7DIE ART DES GEHENS KANN VERÄNDERT WERDEN. (Z.B: AUF ZEHENSPITZEN, BALLEN, FERSEN)</u>	<u>32</u>
<u>9ER/SIE STÜTZT SICH BEIM BALANCIEREN ÜBER EINE NAHE AN DER WAND STEHENDE BANK AN DER WAND AB.</u>	<u>32</u>
<u>10AUF DEM BALANCEBALKEN LIEGEN HINDERNISSE, DIE ÜBERQUERT WERDEN. (Z.B: SÄCKCHEN, PYLONE)</u>	<u>32</u>
<u>11EINE BALANCIERSTRECKE WIRD MIT VERSCHIEDENEN SCHRÄGEN ANGEBOten</u>	<u>32</u>
<u>12WÄHREND DES BALANCIERENS WERDEN MATERIALIEN TRANSPORTIERT, Z.B: AUF DEN SCHULTERN, DEM KOPF</u>	<u>32</u>
<u>13DER SCHÜLER BALANCIERT MIT GESCHLOSSENEN AUGEN VORWÄRTS, MIT GESCHLOSSENEN AUGEN RÜCKWÄRTS</u>	<u>32</u>
<u>ER/SIE BALANCIER ÜBER</u>	<u>33</u>
<u>DER SCHÜLER NUTZT FOLGENDE HILFESTELLUNGEN</u>	<u>33</u>
<u>DER SCHÜLER RICHTET DEN BLICK AUF</u>	<u>33</u>
<u>ER/ SIE SETZT SEINE ARME BEIM BALANCIEREN EIN, IN DEM ER/SIE DIESE ZUR SEITE STRECKT</u>	<u>33</u>
<u>DER SCHÜLER SETZT SEINE BEINE BEIM BALANCIEREN EIN, INDEM ER/ SIE DIESELBEN ZUR SEITE STRECKT</u>	<u>33</u>
<u>DER SCHÜLER GEHT VORWÄRTS/RÜCKWÄRTS/SEITWÄRTS ÜBER EINE LANGBANK</u>	<u>33</u>
<u>DER SCHÜLER DREHT SICH NACH DER HÄLFT DER STRECKE AUF DER LANGBANK UM</u>	<u>33</u>
<u>Z.B: HÄNDE</u>	<u>33</u>
<u>HILFSMITTEL: STOPPUHR</u>	<u>34</u>

<u>DER SCHÜLER STEHT BEIDFÜSSIG AUF SEINEN ZEHENSPITZEN. NACH ETWA FÜNF SEKUNDEN SCHLIESST ES AUF EIN ZEICHEN DES THERAPEUTEN HIN DIE AUGEN UND BLEIBT NOCH MINDESTENS. DREI SEKUNDEN DEUTLICH AUF DEN ZEHENSPITZEN BZW. BALLEN STEHEN. DIE FÜSSE BLEIBEN DABEI AUF DER STELLE UND IM SO GENANTEN ZEHENSPITZENSTAND. ZUM SCHLUSS EINE KURZE PAUSE VON MINDESTENS 10 SEKUNDEN.....</u>	<u>34</u>
<u>1ER/ SIE GEHT IM ZEHENSPITZENGANG MIT HILFESTELLUNGEN DURCH DEN RAUM.....</u>	<u>34</u>
<u>2DER SCHÜLER GEHT IM ZEHENSPITZENGANG DURCH DEN RAUM.....</u>	<u>34</u>
<u>3DER SCHÜLER HÄLT SICH IM ZEHENSPITZENSTAND AN DER WAND ODER AN EINER PERSON FEST.....</u>	<u>34</u>
<u>4DER ZEHENSPITZENSTAND WIRD MIT UND OHNE SCHUHE AUSGEFÜHRT.....</u>	<u>34</u>
<u>5DAS KIND GEHT AUF ZEHENSPITZEN MIT GESCHLOSSENEN AUGEN DURCH DEN RAUM.....</u>	<u>34</u>
<u>7DER ABSTAND DER FÜSSE ZUEINANDER (BREITE) WIRD VERÄNDERT.....</u>	<u>35</u>
<u>8DER SCHÜLER STEHT AUF ZEHENSPITZEN MIT GEÖFFNETEN AUGEN.....</u>	<u>35</u>
<u>11DIE DAUER DES ZEHENSPITZENSTANDS MIT GESCHLOSSENEN AUGEN KANN GEMESSEN WERDEN. UM BEI EINER WIEDERHOLUNG EINEN VERGLEICH DER INDIVIDUELLEN FÄHIGKEITEN ZU ERMÖGLICHEN.....</u>	<u>35</u>
<u>12DER SCHÜLER SPRINGT AUS DEM STAND AUF DIE ZEHENSPITZEN. VORWÄRTS---RÜCKWÄRTS.....</u>	<u>35</u>
<u>13DER SCHÜLER SPRINGT AUS DEM STAND AUF DIE ZEHEN SEITWÄRTS.</u>	<u>35</u>
<u>ER/ SIE STEHT AUF DEN ZEHENSPITZEN BZW. BALLEN.....</u>	<u>35</u>
<u>DER SCHÜLER DRÜCKT FERSEN UND KNEE GEGENEINANDER UM HALT ZU FINDEN.....</u>	<u>35</u>
<u>DER SCHÜLER SUCHT SICH UNTERSTÜTZUNG IN FORM VON.....</u>	<u>35</u>

<u>DER SCHÜLER GEHT AUF ZEHENSPITZEN DURCH DEN RAUM, AUF EINEM LABILEN UNTERGRUND.....</u>	<u>36</u>
<u>DER SCHÜLER PROBIERT FOLGENDE VARIATIONEN AUS.....</u>	<u>36</u>
<u>DER SCHÜLER STEHT.....SEKUNDEN MIT GESCHLOSSENEN AUGEN AUF ZEHENSPITZEN BZW. BALLEN.....</u>	<u>36</u>
<u>DER SCHÜLER VERSETZT DIE FÜSSE NACH VORNE, NACH HINTEN, SEITLICH.....</u>	<u>36</u>
<u>DER SCHÜLER BERÜHRT DEN BODEN.....</u>	<u>36</u>
<u>DER SCHÜLER KANN AUF DEN ZEHENSPITZEN BZW. BALLEN STEHEN UND BIS.....ZÄHLEN.....</u>	<u>36</u>
<u>4. Ü 2 SCHLUSSSPRUNG (S.137).....</u>	<u>36</u>
<u>BESCHREIBUNG:.....</u>	<u>37</u>
<u>DIE TEPPICHFLIESSEN WERDE LÄNGS HINTEREINANDER AUF DEN BODEN GELEGT.....</u>	<u>37</u>
<u>FÜR KIGA: EINE MATTE.....</u>	<u>37</u>
<u>FÜR 7./ 8. KLASSE: VIER MATTEN.....</u>	<u>37</u>
<u>FÜR 11./12.KLASSE SECHS MATTEN.....</u>	<u>37</u>
<u>1ER/ SIE SPRINGT AUF DER STELLE IM SCHLUSSSPRUNG MINDESTENS FÜNF/ZEHN HÜPFER.....</u>	<u>37</u>
<u>2DER SCHÜLER SPRINGT ÜBER..... MATTEN IM SCHLUSSSPRUNG.....</u>	<u>37</u>
<u>3DER SCHÜLER SPRINGT ÜBER EIN SEIL IM SCHLUSSSPRUNG. DIE HÖHE DES SEILES KANN NACH EINSCHÄTZUNG UND ZUTRAUEN DES SCHÜLERS VERÄNDERT WERDEN.....</u>	<u>37</u>
<u>4DER SCHÜLER SPRINGT SEITLICH ÜBER MATTEN IN SCHLUSSSPRÜNGEN.....</u>	<u>37</u>

<u>6DER SCHÜLER SPRINGT AUF EINE ERHÖHUNG (Z.B: KLEINER KASTEN) IM SCHLUSSSPRUNG.....</u>	<u>38</u>
<u>7DER SCHÜLER SPRINGT SEITLICH ÜBER EINE LANGBANK.....</u>	<u>38</u>
<u>8DER SCHÜLER SPRINGT SCHLUSSSPRÜNGE RÜCKWÄRTS.....</u>	<u>38</u>
<u>9DER SCHÜLER SPRINGT SCHLUSSSPRÜNGE VORWÄRTS-RÜCKWÄRTS IM WECHSEL.....</u>	<u>38</u>
<u>DER SCHÜLER HAT DIE MATTEN IN LÄNGSRICHTUNG IM SCHLUSSSPRUNG ÜBERSCHRITTEN.....</u>	<u>38</u>
<u>.DER SCHÜLER LÄSST SICH DURCH DEN THERAPEUTEN ZUM MITMACHEN MOTIVIEREN.</u>	<u>39</u>
<u>HILFSMITTEL: TROMMEL/ MUSIKINSTRUMENT.....</u>	<u>39</u>
<u>AB DER 2./3.KLASSE: KOMMT NOCH DAZU, DASS DIESES TÄNZCHEN IN EINER REIHENFOLGE VON VIER MAL VIER EINHEITEN GEÜBT WIRD: ZWEI MAL AEAU/ DANN IIAU=EINMAL I DIAGONAL ZWISCHEN RECHTEM ARM UND LINKEN BEIN SEITWÄRTS UND DIAGONAL ZWISCHEN LINKEN ARM UND RECHTEM BEIN SEITWÄRTS GESTRECKT, DANACH A UND U/.....</u>	<u>39</u>
<u>ABSCHLIESSEND AEAU NUR EINMAL. DANN WIEDER VON VORNE.....</u>	<u>39</u>
<u>DIESE ÜBUNG WIRD MINDESTENS DREI MAL IN DIESER REIHENFOLGE AUSGEFÜHRT.....</u>	<u>39</u>
<u>1GEMEINSAM MIT THERAPEUTEN, NUR MIT BEINEN, KEINE GEBÄRDE.....</u>	<u>40</u>
<u>2GEMEINSAM MIT THERAPEUTEN BEINE UND ARME.....</u>	<u>40</u>
<u>3OHNE THERAPEUT AEAU MEHRMALS HINTEREINANDER, WIE OFT?.....</u>	<u>40</u>
<u>4OHNE THERAPEUT IIAU MEHRMALS HINTEREINANDER, WIE OFT?</u>	<u>40</u>
<u>5OHNE THERAPEUT AEAU/IIAU IM WECHSEL IN DER RICHTIGEN REIHENFOLGE.....</u>	<u>40</u>

<u>6 OHNE THERAPEUT 2 MAL AEAU/1 MAL IIAU/ 1 MAL AEAU-ALLES 3 MAL HINTEREINANDER.....</u>	<u>40</u>
<u>7 MIT THERAPEUT IM KANON: PATIENT BEGINNT.....</u>	<u>40</u>
<u>DAS KIND KANN RECHTS UND LINKS RICHTIG AUSFÜHREN OBWOHL DAS GEEGENÜBER SPIEGELVERKEHRT SPRINGT.....</u>	<u>41</u>
<u>BEWEGUNGEN DIE EIN ÜBERKREUZEN DER KÖRPERMITTE FORDERN GELINGEN PROBLEMLOS.....</u>	<u>41</u>
<u>EIN ÜBERKREUZEN DER KÖRPERMITTE FINDET NUR ANSATZWEISE STATT.....</u>	<u>41</u>
<u>DER SCHÜLER KANN BEWEGUNGEN KOORDINIEREN DIE OBEN UND UNTEN BETREFFEN.....</u>	<u>41</u>
<u>DER SCHÜLER KANN SEINE BEWEGUNGEN AUF DEN RHYTHMUS DES TANZES ABSTIMMEN.....</u>	<u>41</u>
<u>DER SCHÜLER ENTWICKELT EIGENE IDEEN FÜR TANZSCHRITTE.....</u>	<u>41</u>
<u>SCHÜLER:.....</u>	<u>42</u>
<u>LÄNGE</u>	<u>42</u>
<u>KÖRPERGEWICHT.....</u>	<u>42</u>
<u>8. KODES FÜR TIEFENSENSIBILITÄT UND FÜR DEN GLEICHGEWICHTSSINN:.....</u>	<u>42</u>

1. Begriffsklärung:

Für die in dieser Arbeit verwendeten Grundannahmen siehe Geisteswissenschaftliche Forschung und Band 1/ 1.4 Anthroposophisches Konzept und Menschenbild

Ausdruck= Die Körpersprache ist im Alltag ein bekanntes Phänomen. Diese gibt manchmal klare und deutliche Signale, manchmal weniger klare Signale von dem ab, was ich oder das Gegenüber einbringen möchte. Mit Körpersprache findet dadurch in jedem Gespräch Beziehungsgestaltung statt. Siehe Bauer- Spiegelneuronen. Auf der Bühne hat derjenige der als Persönlichkeit körperlich ganz präsent im Raum anwesend ist eine starke Ausstrahlung einen starken Ausdruck. Man nimmt dem Schauspieler seine körperliche seelische und mentale Präsenz ab, er wirkt nicht gekünstelt.

Aus einem Guss= Sobald in der Eurythmie-therapie die Bewegungen so gestaltet werden können, dass der Patient körperlich, seelisch und mental ganz präsent im Raum ist, entsteht eine Bewegung als ob sie aus einem Guss wäre. Einer der beiden Patienten sagte zu mir: „Eurythmie fühlt sich kompakt an.“

Bewegungsempfindungen(Über die) = Meint die Wahrnehmung der Eigenbewegung des Körpers in Bezug zu Raum, Zeit und Spannungsverhältnissen der Muskulatur. = Die erste Dissertation zur Bewegungswahrnehmung war durch Edmund Burke Delabarre, Freiburg:1891 verfasst.

Bewegung/Bewegungsgrundlage der Lautgebärde = Das Kleid der jeweiligen Eurythmiefigur bildet die Bewegungsart der jeweiligen Laut-Gebärde tastend, verlangsamend, schneller werdend, kopfwärts, fusswärts, [...]

Gefühl/ Stimmung der Lautgebärde/ Bewegungsqualität = Der Schleier der Eurythmiefigur bildet die Erlebnisqualität der jeweiligen Laut-Gebärde ab. Der Bezug des Bewegenden zum Raum um ihn herum/ Ich ziehe mich aus der Welt zurück, ich fühle mich stark gegenüber dieser Welt, bin überwältigt von Eindrücken, freue mich, [...]

Charakter/ Muskelspannung der Lautgebärde/ Bewegungsimpuls =der Charakter ist auf der Eurythmiefigur auf verschiedenen Stellen, oft nur punktuell, angebracht. Er bildet den Bewegungsimpuls der Bewegung ab und zeigt, dass bestimmte Muskelgruppen, bei jeder Lautgebärde wieder anders, durch die jeweiligen Bewegungsintentionen erfasst werden.

Bewegungsfluss= Die Feinabstimmung des globalen Muskeltonus ist intakt. Das Spiel von Antagonisten und Agonisten geht fließend ineinander über und dadurch entsteht der Eindruck einer fließenden Armbewegung. Bewegungsfluss bezeichnet aber auch die Energie, die Kraft die in der Bewegung des ganzen Körpers nicht stockt sondern frei fließen kann.

Biomarker= Biomarker für die Medizin oder Biologie sind messbare Produkte von Organismen, die als Indikatoren [Hinweise d. Verf.] z.B: für Umweltbelastungen oder Krankheiten eingesetzt werden können.²

determinierbar= begrenzen, abgrenzen, bestimmen = lateinisch

Dokumentarische Methode= Ist ein Verfahren der qualitativen Sozialforschung, Handlungen und Aussagen können als Dokument für die Wirklichkeit angesehen und ausgewertet werden.

Durchatmete Gebärde= Die Gebärde sollte in der Eurythmieherapie bei vielen Lautgebärden so geführt werden, dass eine atmende Bewegung der Arme möglich wird, Arme als Verlängerung des Brustkorbs wahrgenommen werden können. Die Urphänomene von Bewegung ist beugen und strecken, zusammenziehen und ausdehnen, verdichten und lösen. Diese Gebärde hat an dem Punkt, an dem sie von einer Streckung zu einer Beugung wechselt, im Idealfall keine extra Muskelspannungen sondern geht „als ob sie atmen würde“ in die andere Bewegungsrichtung. Zug und Druck, wie es Steiner im Zusammenhang mit der Bewegungsqualität, dem „Gefühl“ bezeichnet, können ebenfalls in diesem Kontext gesehen werden. Anders ausgedrückt, ein Eurythmiker kann seine Bewegungsintentionen ökonomisch verteilen und auf Spannung und Entspannung seiner Muskulatur fließend reagieren.

Entelechie= „In der Philosophie versteht man unter Entelechie (entelecheia) die Eigenschaft von etwas, sein Ziel (Telos) in sich selbst zu haben. Der Ausdruck ist aus drei Bestandteilen (en-tel-echeia) zusammengesetzt: en (in) von telos (Ziel), echeia von echein (haben/ halten). Der Begriff wurde von Aristoteles in der Metaphysik IX, 8 eingeführt. Er bezeichnet die Form die sich im Stoff verwirklicht, besonders im Sinne einer dem Stoff innewohnenden Kraft, die ihn zur Selbstverwirklichung bringt.“³

Flow = Flow ist ein Begriff der eine Situation umschreibt, in welcher der Betroffene ein Höchstmass an Leistungen erbringen und sich dabei ganz im Einklang mit sich und der Welt befindet. Er kann seine Anforderungen erfüllen ohne unterfordert oder überfordert zu werden. Siehe Csikszentmihalyi⁴

² <http://de.wikipedia.org/wiki/Biomarker> 12. 6. 2012 10:44

³ <http://de.wikipedia.org/wiki/Entelechie> 8. 8. 2012 09:41

⁴ Csikszentmihalyi 1997

Fokus= Der Fokus im Tanz ist die Richtung die sich eine Gruppe oder ein Einzeltänzer gibt, bevor er eine neue Aktion beginnt. Der Schultergürtel des Tänzers und der Blick desselben wird auf dieses Ziel hin gerichtet oder bewusst abgewendet etc. Es bedeutet aber auch die Energie die zur Erreichung dieses Ziels nötig sein wird zu bündeln.

Fusskontakt= Ist der Kontakt den der Fuss mit seinem Untergrund hat. Der Fusskontakt zum Boden kann schwer, flüchtig, nur auf den Zehenballen, schleppend, hüpfend etc. sein. In ihm widerspiegelt sich das Verhältnis zwischen Schwere und Leichte.

Geisteswissenschaftliche Forschung= 1. +/- 40 Wissenschaftsdisziplinen welche unterschiedlichste Lebensbereiche erforschen werden Geisteswissenschaften genannt. Sie befassen sich mit dem normativen oder faktischen Grundlagen menschlichen Denken und Handelns seinen Schöpfungen und deren Folgen.

2. Steiner hat komplementär zu den Naturwissenschaften eine Forschungsmethode entwickelt, die nach naturwissenschaftlichen Erkenntnisprinzip aber mit Beobachtungsmitteln wie sie dem Seelisch Geistigen angemessen seien, entwickelt. Jeder Lebensbereich bräuchte demzufolge seine eigene Forschungsmethode:

Die physische Erscheinungswelt bedarf der Naturwissenschaften, welche die hinter der Erscheinung wirkenden Gesetze durch Messen, Wägen und Experimentieren heraus arbeitet.

Die lebendige Erscheinungswelt bedarf einer vergleichenden Phänomenologie, welche die lebendigen Gesetze von Polarität und Steigerung beachtet und sich am Typus orientiert der gestaltbildend auf die Pflanze oder andere Lebewesen einwirkt, einen Organismus entstehen lässt .

Die seelische Erscheinungswelt bedarf einer Orientierung an der polaren Spannung zwischen innen und aussen, zwischen Selbst und Welt und kann nur in dem der Erlebende seine Selbstbeobachtungen schildert erfasst werden.

Die geistige Erscheinungswelt kann nur erfasst werden, wenn der Stil, wahrgenommen wird durch den sich jeder Mensch individuell in seiner Biographie und in seiner leiblichen Erscheinungsform ausdrückt. Steiner schreibt:

Das ist das Wesen der *Natur*, dass Gesetze und Tätigkeit auseinander fallen, diese von jenem beherrscht erscheint; das hingegen ist das Wesen der *Freiheit*, dass beide zusammenfallen, dass sich das Wirkende in der Wirkung unmittelbar darlebt und dass das Bewirkte sich selbst regelt.“⁵

5 Steiner 1979:117

In dieser Arbeit wurde mit den obigen Grundannahmen als Arbeitsgrundlage gearbeitet.⁶

Gelenke (offene)= Die Gelenke werden nicht zu stark durchgedrückt, kommen nicht in endgradige Stellung, erhalten dadurch maximale Flexibilität und die Muskulatur bleibt entspannt.

Geführte Gebärde= Eine Gebärde die mit Bewegungsempfinden gefühlt und gleichzeitig durch klare Bewegungsintentionen geführt wird.

Gefüllte Gebärde= Eine Gebärde bei welcher der Bewegungsimpuls gut durch die Oberarme geführt werden kann, die mit Bewegungsempfinden gefühlt und in der „Fülle“ imaginiert werden kann.

Gestalt- Gebärde-Verhältnis= Zwischen den Gebärden der Arme und Hände und dem aufrecht stehendem oder bewegenden Leib kann das Verhältnis zwischen Innen und Aussenwelt sehr differenziert dargestellt werden. Wenn der Bewegende bei einer Gebärde vor allem beugen und strecken beachtet, wird der Betrachter diese Bewegung sehen. Wenn der Bewegende aber eine imaginativ erlebte Vorstellung von Atem, sich erheben über der Welt, sich schwach fühlen gegenüber derselben impulsiert, während er diese Bewegungen ausführt, dann erlebt der Betrachter diese Bewegungsintentionen. So hat schon seit Jahrhunderten Bühnenkunst funktioniert.

Gleichgewichtssinn= dient zur Feststellung der Körperhaltung und der Orientierung im Raum. Er setzt sich aus mehreren Sinnen zusammen:

Gleichgewichtsorgan im Innen-Ohr und im Kleinhirn (vestibuläre Wahrnehmung)

Gehör (visuelle Wahrnehmung)

Gesichtswahrnehmung (auditive Wahrnehmung)

Tastsinn (taktile und haptische Wahrnehmung)

Tiefensensibilität (Muskulatur (propriozeptive Wahrnehmung)

Hermeneutik= „Hermeneutik [...] ist eine Theorie über die Auslegung von Texten und über das Verstehen. Beim Verstehen verwendet der Mensch Symbole. Er ist in eine Welt der Zeichen und in eine Gemeinschaft eingebunden, die eine gemeinsame Sprache benutzt. Nicht nur in Texte, sondern in alle menschliche Schöpfung ist Sinn eingegangen, den herauszulesen eine hermeneutische Aufgabe ist.“

⁶ Siehe auch Band 1/ 1.4 Anthroposophisches Konzept und Menschenbild

In der Antike und im Mittelalter diente die Hermeneutik als Wissenschaft und Kunst der Auslegung grundlegender Texte, besonders der Bibel und Gesetze[sic.].⁷

Innere Beteiligung= bedeutet in der Eurythmie, dass der Bewegende mental und achtsam seine Bewegungen mitbegleitet. Sein Bewegungsempfinden ist dabei wach und sensibilisiert.

Intercoderreliabilität= Die Analyse der Daten oder relevante Ausschnitte derselben, werden von mehreren Kodierern durchgeführt.

Imagination = Eine Bewegungsvorstellung bilden und dieselbe durch ein Bild angereichert im Verhältnis zum Raum im Voraus innerlich erleben und in Bewegung überführen. - Bewegen, als ob es so wäre.

Kinästhetik= Meint die Wahrnehmung der Eigenbewegung des Körpers in Bezug zu Raum, Zeit und Spannungsverhältnissen der Muskulatur. Normal spricht man von Körpergefühl. Die Kinästhetik als Lehre von der Bewegungsempfindung ist eine Erfahrungswissenschaft die von dem US-Amerikaner Frank Wilhe Hatch gegründet wurde.

Kiebitz-Sprung= die Arme führen eine ruhige M-Bewegung aus, während die Beine kräftig von hinten nach vorne gegeneinander geschlagen werden und dadurch ein Schritt weiter gesprungen wird. -Siehe Übungsbeispiele Nr. 7.1/8.1

Kodieren= Konzepte bilden, welche die beschriebenen Phänomene erklären könnten.

Kodierer= die Person, die das Material analysiert und kodiert

kopfwärts= zum Kopf hin bewegend

fusswärts= von oben nach unten zu Fuss hin bewegend

Kohärenzgefühl= . Das Kohärenzgefühl ist in der Salutogenese ein zentraler Begriff und bedeutet, dass Denken, Fühlen und Handeln des Menschen im Einklang mit seiner Lebenswelt sind. Die Welt, ist für den Menschen verstehbar, sinnerfüllt und handhabbar.

Kollektivsymbolik= „Kollektivsymbolik ist ein Diskurstheoretisches Konzept, an dessen Entwicklung vor allem der Literaturwissenschaftler Jürgen Link beteiligt war. Links zufolge besitzen die Mitglieder einer Gesellschaft einen Vorrat an Kollektivsymbolen. Damit steht ihnen ein Archiv von Bildern zur Verfügung, mit dem sich jeder ein Gesamtbild von der

⁷ <http://de.wikipedia.org/wiki/Hermeneutik> 27. 6. 2012 13:21

gesellschaftlichen Wirklichkeit bzw. der politischen Landschaft machen kann. Die Kollektivsymbole implizieren spezifische Deutungen der Wirklichkeit.“⁸

Komorbidität= Begleiterkrankung = In der Medizin werden diagnostisch abgrenzbare Begleiterkrankungen zu einer Grunderkrankung als komorbid bezeichnet.

Kupferstab= 80 cm langer Stab aus Kupfer

Lateralisation des Gehirns= bezeichnet die neuroanatomische Ungleichheit beider Gehirnhälften. Beide Gehirnhälfte haben funktional unterschiedliche Aufgaben übernommen. Die Aufteilung diese Prozesse auf die rechte und linke Gehirnhälfte wird als Lateralslisation bezeichnet. Wenn z.B: die Dominanz einer Körperseite vom Kind noch nicht festgelegt wurde liegt der Grund in einer noch nicht geklärten Lateralisation des Gehirns in Bezug zur Motorik.

Offene Gelenke = eine Körperhaltung oder Bewegung, die durch ein lebendiges Zusammenspiel von Agonist und Antagonist bestimmt wird. Es treten keine Verkrampfungen auf, die Gelenke gelangen nicht in endgradige Stellung. Die globale Feinabstimmung der Muskulatur ist intakt.

Offener Schritt= Ausgangsstellung fürs Schreiten/ die Füße stehen in einem Abstand von 2 Fusslängen voreinander als Ausgangslage zum Schreiten. Das Gewicht des Körpers ist zu 50% verteilt.

Medizinische Kybernetik= „Medizinische Kybernetik umfasst ein in Entstehung befindliches Arbeitsprogramm für die Anwendung systemtheoretische, nachrichtentheoretischer, konnektionistischer und entscheidungsanalytischer Konzepte für biomedizinische Forschung und klinische Medizin. Die medizinische Kybernetik befasst sich mit der Untersuchung humanbiologischer Wirkungsgefüge, medizinischer Entscheidungsfindung und physiologischer Informationsverarbeitungsprozesse im lebendigen Organismus.“⁹

Psychosomatisch= „Mit Psychosomatik[...] wird in der Medizin die Betrachtungsweise und Lehre bezeichnet, in der die geistig-seelischen Fähigkeiten und Reaktionsweisen von menschen in Gesundheit und Krankheit in ihrer Eigenart und Verflechtung mit

⁸ <http://de.wikipedia.org/wiki/Kollektivsymbolik> 15. 8. 2012 06:00

⁹ http://de.wikipedia.org/wiki/Medizinische_Kybernetik 20. 6. 2012 20:24

körperlichen Vorgängen und sozialen Lebensbedingungen in Betracht gezogen wird. Ihre Erforschung und Umsetzung in der Krankenbehandlung erfolgt in der Psychosomatischen Medizin.“¹⁰

Phänomenologie= Vertreter der Phänomenologie ziehen einen Erkenntnisgewinn aus der unmittelbaren Beschreibung der Ereignisse, dessen was in Erscheinung getreten ist.

Prävention= eine vorausschauende Problemvermeidung.

Praxie= zielgerichtetes und zweckmässiges Handeln, basierend auf Bewegungserfahrung, Bewegungsplanung und zeitlich, sowie räumlicher Koordination von Bewegungsabläufen.

Raumform= In der Eurythmietherapie werden immer wieder, oft geometrische Formen im Raum gelaufen. Diese Raumformen, werden beinahe immer mit Laut-Gebärden begleitet. Sterne, Spiralförmigkeiten, 8-Formen etc. unterstützen die Patienten dabei die Abstimmung ihrer Schritte mit dem übrigen Raum zu strukturieren.

Reliabilität= Zuverlässigkeit der Messungen (Verfahren) hochreliable Messungen sind beinahe frei von Zufallsfehlern.

Reliabilitätskoeffizient= der Wert der angibt zu wieviel Prozent die Prognose zutreffend ist. $r = 1$ die Prognose wäre 100% zutreffend $r = 0.7$ der Anteil des Messfehlers liegt bei 70% $r = 0.9$ der Anteil des Messfehlers liegt bei 33%

Salutogenese= Die Lehre von der Gesundheit. Im Gegensatz zur Krankheitsfokussierung der westlichen Medizin, versucht ein salutogenetisch praktizierender Arzt den Fokus der Behandlungen auf die Gesundheit des Patienten zu richten. Salutogenese wurde von Antonovsky¹¹ entwickelt. Es gibt aber auch andere Forschergruppen, die sich mit der Resilienz (Widerstandsfähigkeit) von Menschen beschäftigt haben. Das Kohärenzgefühl ist in der Salutogenese ein zentraler Begriff und bedeutet, dass Denken, Fühlen und Handeln des Menschen im Einklang mit seiner Lebenswelt sind. Die Welt, ist für den Menschen verstehbar, sinnerfüllt und handhabbar.

Sonnengeflecht= Der Solarplexus liegt zwischen dem 12. Brustwirbel und dem ersten Lendenwirbel an der Hauptschlagader und ist ein Geflecht von sympathischen und parasympathischen Nervenfasern.

¹⁰ <http://de.wikipedia.org/wiki/Psychosomatik> 26. 6. 2012 22:28

¹¹ Antonovsky:1997

Schaukelschritt= Eine Fussbewegung vorwärts, mit Gewichtsverlagerung nach jedem Schritt rückwärts.

Diese Bewegung wird so ausgeführt, dass erst ein Schritt gemacht wird und das Gleichgewicht auf das Spielbein verlegt wird. Danach wird aber nicht weiter geschritten, sondern das Gewicht noch einmal nach rückwärts auf das gerade leicht vom Boden gelöste Spielbein gelegt. Gleichzeitig wird das Knie etwas nach aussen gedreht und gebeugt bis das volle Körpergewicht auf diesem gebeugten Bein ruht. Jetzt kommt das Gewicht wieder aufs andere Bein, dass gerade gebeugt wird aufgerichtet und bewegt als Spielbein einen Schritt weiter. Auf diese Art werden mehre schaukelnden schritte gemacht.

Schlussstand= Die Füsse werden zusammengestellt und die Arme entlang des Körpers gehalten, aber nicht militärisch stramm stehend oder übertrieben locker, sondern die Tiefensensibilität erhaltend. Die Aufrechte wird nicht durch anspannen einzelner Muskel, sondern durch die Feinabstimmung des globalen Muskeltonus erhalten.

Seitwärts-Galopp= seitwärts mit den Füßen gegeneinander schlagen und dadurch weiter springen.

Spiraldynamik= Das „Bewegungskonzept“ der Spiraldynamik unterstützt den Bewegenden (Tänzer/Patient) ein Verständnis von der Dreidimensionalität seines Körpers beim Bewegen zu entwickeln: „ Sie [die Spiraldynamik d. Verf.] beschreibt die menschliche Anatomie und Bewegung, nicht im traditionellen Sinn, sondern mit dem Polaritäts- und dem Spiralprinzip. Entstanden ist ein wissenschaftlich fundiertes und praxisrelevantes Bewegungskonzept.“¹²

Schreiten= Langsames Gehen aus obiger Ausgangslage, das Gewicht des Körpers wird vom Spielbein aufs Standbein verlegt (Heben), danach wird der Fuss frei über den Boden in Bewegungsrichtung geführt (Tragen), um danach wieder auf den Boden gestellt zu werden, ohne dass das vollständige Gewicht darauf lastet (Stellen)

Synästhetik = Bezeichnet die Koppelung von zwei oder mehreren Sinnesbereichen, wie Ton und Farbe. Bildgebende Methoden haben gezeigt, dass im Gehirn die Verarbeitungszentren des jeweils anderen Sinnesorgans mit reagieren. Menschen mit diesen Fähigkeiten bezeichnet man als Synästhetiker.

12 Lauper 2007:6

Synopse= Eine Synopse ist eine zusammenfassende, vergleichende Übersicht und Gegenüberstellung gleichartiger Daten und Texte in zwei oder mehr Dokumenten.¹³

Spiegelneuronen= Definition Bauer¹⁴ „Nervenzellen die im eigenen Körper ein bestimmtes Programm realisieren können, die aber auch dann aktiv werden, wenn man beobachtet oder auf andere Weise miterlebt, wie ein anderes Individuum diese Programm in die Tat umsetzt, werden als Spiegelneuronen bezeichnet.“ Diese Spiegelneuronen sind mit unserer Fähigkeit spontan jemand nachahmen zu können, die Empfindungen des Anderen intuitiv erfassen zu können, verbunden.

Statistik = Die Lehre vom Umgang mit quantitativen Informationen. Sie ist eine Möglichkeit eine Verbindung zwischen Erfahrung (Empirie) und Theorie herzustellen.¹⁵

Tiefensensibilität/ propriozeptive Wahrnehmung = Beschäftigt sich im Gegensatz zur Oberflächensensibilität des Leibes mit dem Leibesinneren, der Eigenwahrnehmung des Körpers, sie gliedert sich in:

Lagewahrnehmung (z.B: Zone der Gebärde)= Die Lagewahrnehmung ermöglicht den eigenen Leib in Bezug zum uns umgebenden Raum wahrzunehmen. Eine spezielle Form der Lagewahrnehmung ist es wie die Arme in Bezug zum Rest des Leibes gestaltet werden.

Bewegungsempfinden (Kinästhetik)= Die Eigenbewegung wahrnehmen können.

Kraftsinn= Die eigenen Kräfte wahrnehmen und dosieren können.

Validität= Übereinstimmung der gewählten Messungen mit dem Gegenstand, der Fragestellung (inhaltsbezogen) - das argumentative Gewicht einer wissenschaftlichen Aussage betreffend.

Variable= Eine statistische Variable ordnet einem Merkmal einer Erhebungseinheit eine Ausprägung zu¹⁶

¹³ <http://de.wikipedia.org/wiki/Synopse> 13.8.2012 um 21:37

¹⁴ Bauer 2006:23

¹⁵ www.de.wikipedia.org/wiki/Statistik 25.6.2012 9:31

Vergleichende Methode= Definiert sich als ein Verfahren zum systematischen Vergleich von Untersuchungseinheiten mit dem allgemeinen Ziel einer empirischen Generalisierbarkeit oder der Überprüfung bzw. Formulierung von Hypothesen.¹⁷

Weiten= Beugen und Strecken, Verdichten und Lösen sind Urgesetzmässigkeiten die in jeder Bewegung über das Spiel von Agonisten und Antagonisten wirksam sind. Seelisch bedeutet diese Bewegung immer sich nach innen zu wenden oder nach aussen. Wenn sich der Patient seelisch auf dieses Spiel zwischen innen und aussen einlassen kann, dann kann er innerlich „weiten“, wenn sich die Gebärde streckt.

Oberer Mensch = Gemäss der unten beschriebenen zentripetal wirkenden Kräfte kann das Nerven Sinnes mit dem darin wirksamen seelisch geistige angesprochen werden. Dann spricht man vom oberen Menschen.

Unterer Mensch = Gemäss der unten beschriebenen zentrifugal wirkenden Kräfte kann das Stoffwechselgliedmassensystem mit dem darin wirkenden Seelisch Geistigen Anteil angesprochen werden. Dann spricht man vom unteren Menschen.

Zentrifugal wirkenden Kräfte= Wenn die vier Ebenen der gestaltenden Kräfte gesund auf die drei Ebenen der Konstitution zurück wirken¹⁸ können Seele und Geist, in diesem Fall stark mit der aktiven zentrifugal wirkenden Gestaltungsbewegung verbunden, zentrifugal über das Stoffwechselgliedmassensystem wirken und Tätigkeit, Bewegung, Wärme entfaltet sich. Auf der leiblichen Ebene werden Lebenskräfte aufgebaut. Auf der seelischen Ebene wird der Mensch aktiv, er will etwas bewirken.

Zentripetal wirkenden Kräfte= Wenn die vier Ebenen der gestaltenden Kräfte gesund auf die drei Ebenen der Konstitution zurück wirken¹⁹ können die nur leicht mit ihrer körperlichen Grundlage verbundene, Seelen und Geisteskräfte eine zentripetale Bewegung nach Innen ausführen und sich über die Nervensinnenprozesse mit dem Stoffwechsel Gliedmassensystem verbinden. Auf der

16 Wikipedia.org/wiki/Statistische Variable 1.4.2012 12:49

17 [www.de.wikipedia.org/wiki/Vergleichende Methode](http://www.de.wikipedia.org/wiki/Vergleichende_Methode) 11.9.2011 19:23

18 siehe Kapitel 1.4

19 siehe Kapitel 1.4

leiblichen Ebene werden Lebenskräfte abgebaut. Auf der seelischen Ebene wird der Mensch eher passiv nach aussen, es entsteht Innenraum, er wird innerlich frei um Vorstellungen bilden zu können.

Zentrieren= Seine Kräfte im eigenen Bewegungszentrum bündeln, erst beim stehen, später auch während des Bewegens. sich auf den eigenen Leib konzentrieren, die eigene Muskulatur entspannen und tief durchatmen. Gleichzeitig mental, imaginativ das Gleichgewicht zwischen zentrifugalen und zentripetalen Kräften suchen.

Die obigen Begriffe sind alphabetisch geordnet, dort wo es sinnvollerscheint (Begriffspaare) wird diese Ordnung unterbrochen.

1.1 Legende:

120411 = 11.4.2012

GS/ DB = Kodes von Patienten

2. Anthroposophisches Konzept des menschlichen Organismus und Ansatz einer Pathogenese

J. Schwab hat eine sehr übersichtliche Darstellung dieser Ausdifferenzierung ausgearbeitet und für diese Arbeit zur Verfügung gestellt wurde. Ich habe sie vor allem an einer Stelle bei der Übersetzung erweitert um die Gesundheitskräfte im Gegensatz zu den Krankheitskräften noch klarer zu charakterisieren:

ANTHROPOSOPHIC CONCEPT OF THE HUMAN ORGANISM AND PATHOGENESIS

The Four-level Concept of Formative Forces

The anthroposophic concept of man claims that the human organism is not only formed by physical (cellular, molecular) forces but by four levels of formative forces:

1 formative physical forces

2 formative vegetative forces that interact with physical forces and bring about and maintain the living form, as in plants

3 a further class of formative forces (*anima*/soul) that interact with the vegetative and physical forces, creating the duality of internal-external and the sensory, motor, nervous and circulatory systems, as in animals.

4 an additional class of formative forces (*Geist*, spirit) that interacts with the three others and support the emanation of individual mind and the capacity for reflective thinking, as in humans.

The Three-fold Model of The Human Constitution:

When the four levels of formative forces are integrated with the human polarity of active motor movement and passive sensory perception, a three-fold constitution of the human being results. It embraces three major system constituents:

two being polar to each other („nerve-sense system“ and „motor-metabolic system“) and one intermediate („rhythmic system“) These systems are spread over the entire organism but predominate in certain regions:

The nerve-sense system in the head region, the motor-metabolic system in the limb region, the rhythmic system in the respiratory and circulatory organs and thus in the „middle“ region.

In these three subsystems the four levels of formative forces are considered to interrelate differently. In the nerve-sense system, the upper two levels of forces (spirit, soul) are relatively separate from the lower two levels, thus providing the conditions for the origination of self-consciousness, conscious perceptions, and conscious thought processes. In the motor-metabolic system, the intermergence is closer, thus providing the conditions for the execution of personally intended bodily movements.

In the rhythmic system, the interrelations of the upper and the lower levels fluctuate between increasing and decreasing intermergence and are associated with the occurrence of feelings. The interrelations increase during the rhythmical lung process of inspiration and decrease during expiration.

The model of the threefold human constitution leads to various distinct reinterpretations of the conventional teachings of physiology.

The Concept of Periodic Maturation

During the juvenile life span of a human organism, the major system constituents are considered to go through differentiated maturation periods of more or less 7 years duration.

During the first 7-years period, the rise of body command and dexterity prevail, along with a predominant differentiation of the nerve-sense system.

During the second 7-year period, the growing awareness of the child's own emotions and increasing experience of his or her own separate inner world prevails, along with a differentiation of the rhythmic system (eg. the pulse/breathing ratio)

During the third period, the development of free will and autonomous personality (adulthood) prevails, accompanied by the final differentiation of the motor-metabolic system, starting with the sexual maturation at the beginning of this period.

Specific vulnerabilities are seen in these periods. For example, in the second 7-year period, the child is often sensitive to outer pressure and reacts with symptoms in the metabolic-system (stomach) and/or the nerve-system (headache) since the rhythmical system is not yet strong enough to balance the two other system constituents. In this period, in grossly anatomical defects but rather in mental/ emotional symptoms (eg. depression or anxiety)

Dislocative Pathogenesis and the Breathed-in-upwards Syndrome:

As a matter of pathogenesis, the region-specific types of the four-level interrelations can be dislocated into other areas of the organism. For instance, the specific type of the four level interrelations that accompanies the lung process of inspiration can shift towards the upper regions of the organism (breath, neck and head). In such a case, one will encounter a pathological state, which is called the breathing-in-upwards syndrome in the present article.

This dislocation finds its expression in the respective person as being alert, light, lively, engaged; when more intensified, the person becomes wound up, tense, overexcited, uneasy, and nervous. In an extreme case, one may feel out of control or even psychotic. With the contrary dislocation (ie, the breath-out-downwards syndrome), the person would feel like letting go, centered, grounded, and relaxed; when more intensified, the person may feel heavy, dull, indifferent, and depressed. In extreme case, the person may lose consciousness.

„case report“

Alternative Therapies from July/Aug 2011

Eurythmic Therapy in Anxiety

Jane Hampton Schwab ad. al.

Übersetzung dieses Konzepts, mit für das Thema dieser Arbeit ergänzenden Darstellungen (siehe IV):

Das Vier-Ebenen-Konzept der gestaltenden Kräfte

Das anthroposophische Menschenbild besagt, dass der menschliche Organismus nicht allein von physischen (zellulären, molekularen) Kräften gestaltet wird, sondern von vier Ebenen formender Kräfte:

Gestaltende physische Kräfte;

Gestaltende vegetative Kräfte, die mit den physischen Kräften zusammenspielen und die lebendige Gestalt (funktionale Ebene/Leben) hervorbringen und erhalten, so wie in den Pflanzen;

eine weitere Gruppe gestaltender Kräfte (seelische Kräfte), die im Zusammenspiel mit den vegetativen und den physischen Kräften die Dualität von Innen-Außen hervorbringen, sowie die Systeme der Sinne, der Motorik, der Nerven und des Blutkreislaufs, so wie in den Tieren;

eine weitere Gruppe gestaltender Kräfte (Geist/Ichkräfte), die mit den drei anderen zusammenarbeiten und die Ausprägung des individuellen Geistes und die Fähigkeit zum reflektierenden Denken unterstützen, so wie im Menschen.

Das dreigliedrige Modell der menschlichen Konstitution

Wenn die vier Ebenen der gestaltenden Kräfte mit der menschlichen Polarität von aktiver Gestaltungsbewegung und passiver sinnlicher Wahrnehmung zusammengeführt werden, ergibt sich eine dreigliedrige Konstitution des Menschen. Diese umfasst drei große Teilsysteme: Zwei polar entgegengesetzte Bereiche — das Nerven-Sinnes-System und das Stoffwechsel-Gliedmaßen-System — und einen dazwischenliegenden Bereich — das Rhythmische System. Diese Teilsysteme erstrecken sich über den ganzen Organismus, herrschen jedoch in gewissen Regionen vor: das Nerven-Sinnes System in der Kopfregion, das Stoffwechsel-Gliedmaßen-System im Bereich von Bauch und Gliedmaßen, das Rhythmische System in den Atem- und Kreislauforganen, somit in der „Mitte“.

Es wird davon ausgegangen, dass die vier Ebenen der gestaltenden Kräfte in diesen drei Teilsystemen je unterschiedlich zusammenspielen. Im Nerven-Sinnessystem sind die beiden oberen Kräftegruppen (Geist, Seele) relativ getrennt von den beiden unteren, wodurch die Voraussetzung geschaffen wird für die Entstehung von Selbst-Bewusstsein, von bewusster Wahrnehmung und von bewussten Denkvorgängen. Im Stoffwechsel-Gliedmaßen-System ist die Verbindung

20 Schwab 2011:64

enger, was die Voraussetzung für die Ausführung persönlich intendierter Körperbewegungen schafft. Im Rhythmischen System fluktuieren die Wechselbeziehungen der oberen und unteren Ebenen zwischen zu- und abnehmender Vermischung und hängen mit dem Auftreten von Gefühlen zusammen. Im rhythmischen Lungenprozess des Einatmens nehmen diese Wechselbeziehungen zu, während sie sich im Ausatmen verringern.

Das Modell der dreigliedrigen menschlichen Konstitution führt zu verschiedenen Neuinterpretationen konventioneller physiologischer Anschauungen.

Das Konzept der zyklischen Reifung

Es wird davon ausgegangen, dass die Hauptkomponenten des Systems während der Kindheit und Jugend unterschiedliche Reifungszyklen von ungefähr siebenjähriger Dauer durchlaufen:

Im ersten Jahrsiebt überwiegt die Entfaltung von Körperbeherrschung und Geschicklichkeit, gleichzeitig mit einer ausgesprochenen Differenzierung des Nerven-Sinnessystems. Der zweite Jahrsiebt im Leben des Kindes ist gekennzeichnet durch das wachsende Bewusstwerden der eigenen Gefühle und das zunehmende Erleben der eigenen, von aussen abgetrennten, Innenwelt, zusammen mit einer Differenzierung des Rhythmischen Systems (z.B. im Puls-Atem-Verhältnis). Während dem dritten Jahrsiebt herrscht die Entwicklung des freien Willens und der eigenständigen Persönlichkeit vor (erwachsen werden), begleitet von der abschließenden Differenzierung des Stoffwechsel-Gliedmaßen-Systems, welche mit der Geschlechtsreife zu Beginn dieses Zyklus einsetzt.

In diesen Lebensabschnitten lassen sich spezifische Verletzlichkeiten beobachten. So sind Kinder zum Beispiel im zweiten Jahrsiebt häufig sehr empfindlich gegenüber Druck aus dem Umfeld und reagieren mit Symptomen im Stoffwechselsystem (Bauchschmerzen) und/oder im Nerven-Sinnessystem (Kopfschmerzen), da das Rhythmische System noch nicht stark genug ist, um die beiden anderen Teilsysteme im Gleichgewicht zu halten. In diesem Lebensabschnitt müssen sich Störungen im Rhythmischen System selbst nicht unbedingt als hauptsächlich anatomische Defekte manifestieren, sondern können eher als mental/emotionale Symptome sichtbar werden (z. Bsp. Depression oder Angstzustände).

Das Konzept der zentripetalen und zentrifugalen Kräfte und ihre Bedeutung für die menschliche Gesundheit

Wenn die vier Ebenen der Gestaltungskräfte gesund auf die drei Ebenen der menschlichen Konstitution einwirken, geschieht dies auf der Ebene der Nerven-Sinnesprozesse so, dass die nur leicht mit ihrer körperlichen Grundlage verbundenen Seelen- und Geisteskräfte eine zentripetale Bewegung nach innen ausführen, wo sie sich mit den Stoffwechsel-Gliedmassensystem verbinden, dessen Kräfte von innen nach aussen strömen und zentrifugal wirken, so dass ein seelischer Innenraum entsteht. Dabei werden Lebenskräfte abgebaut.

Umgekehrt werden dort Lebenskräfte aufgebaut, wo Seele und Geist stark mit der aktiven Gestaltungsbewegung des Menschen verbunden sind. Zentrifugale Kräfte wirken nach aussen, begegnen den wahrnehmenden, zentripetalen Kräften — Geist und Seele — verbinden sich mit ihnen und tasten sich über den

Bewegungsorganismus in den äusseren Raum vor. Wärme, Tätigkeit, Bewegung entfaltet sich. Die vier Ebenen der Gestaltungskräfte offenbaren sich in ihrer Tätigkeit in der Konstitution des Menschen zweigliedrig, im oberen und im unteren System des Menschen.

Im Rhythmischen System werden diese beiden Systeme ausgeglichen und überhöht, es entsteht eine Mitte zwischen ihnen dadurch, dass im Lungensystem ein abgeschwächter Nerven-Sinnesprozess (Abbauprozess) und im Herz/Kreislaufsystem ein abgeschwächter Stoffwechsel-Gliedmassenprozess (Aufbauprozess) stattfinden kann. Diese ausgleichende Tätigkeit schafft Gesundheit und Wohlbefinden im physischen Leib.

Dislokation des gesunden Zustandes führt zur Pathogenese

Zur Pathogenese kann es dann kommen, wenn die den verschiedenen Bereichen eigenen Typen der viergliedrigen Wechselbeziehungen in andere Gegenden des Gesamtorganismus verrückt werden. So kann sich etwa die spezifische viergliedrige Wechselbeziehung, die den Lungenprozess des Einatmens begleitet, in den oberen Bereich des Organismus (Brust, Hals und Kopf) verschieben. In einem solchen Fall lässt sich der pathologische Zustand beobachten, welcher als „Einatmungs-dominiertes oberes Syndrom“ bezeichnet wird. Diese Verrückung manifestiert sich in betroffenen Personen als hoch-aufmerksamer, leichter, lebendiger und engagierter Habitus. In intensivierter Form macht das Syndrom die Betroffenen aufgedreht, angespannt, über-erregt und nervös. Im Extremfall fühlen sie sich außer Kontrolle oder sogar psychotisch.

Bei der entgegengesetzten Verrückung (dem „Ausatmungs-dominierten unteren Syndrom“), würden die Betroffenen loslassen, sich zentrieren, „erden“ und entspannen. Bei Intensivierung des Syndroms können sie sich schwer fühlen, dumpf, gleichgültig und depressiv. Im Extremfall können sie sogar das Bewusstsein verlieren.

Diese Verschiebung vom Gesunden zum Kranken hin lässt sich an zahlreichen Phänomenen des menschlichen Organismus studieren. Hier sei noch die Wechselbeziehung zwischen Sympathikus und Parasympathikus im vegetativen Nervensystem erwähnt, in deren Zusammenspiel ebenfalls sichtbar wird, wie aufwachende, anregende, Leben abbauende obere Kräfte und untere, Bewusstsein auslöschende, aufbauenden Kräfte ineinander greifen.

So kann etwa jeder Mensch mit Einschlafstörungen wahrnehmen, dass er sich in einem überwachen Zustand (einseitig sympathische Aktivität) befindet, aus dem ihn der Schlaf erlösen kann.

Eurythmietherapie in Anxiety. Alternative Therapie in Health and Medicine

Jane Hampton Schwab ad al

2011; 17 (4): S 58-65

Kasten auf S 64:

anthroposophic concept of the human organisme and pathogenesis

4. Quantitative Messungen an Hand der Forschungsziele:

siehe auch Geschicklichkeitsparcour Auswertung und Diagnosemenue im Anhang

Die Messwerte werden in Säulendiagramme dargestellt. Bitte nehmen Sie den Anhang dazu und vergleichen sie Säulendiagramme und Daten mit dem hier notierten. Links steht immer die Ausprägung, z.B: die Zeit welche gemessen wurde, unten steht immer die Erhebungseinheit der verwendeten Variable/ blau ist Fall eins, rot ist Fall 2 /nur am Diagramm zu den Messwerten „ruhig stehen“, werden die drei Messungen von derselben Person zusammen in drei Säulen dargestellt/ Die nummerierte Zuordnung am Anfang der Beschreibung der Übung oberhalb des Säulendiagramms gibt an aus welcher Übungsreihe im Geschicklichkeitsparcour die Übung stammt:

2. Balancieren/Messgrösse Länge der Langbank
10/Balanciebalken mit Hindernissen/in Längen
gemessen

Intrinsische Motivation/ Skala 1-5 1= keine Motivation
5=äusserst gut

2.Balancieren (Einschätzung der Therapeuten)

3. Zehenspitzenstand Messgrösse sec
11/ Stoppuhr/ mit geschlossenen Augen

3. Zehenspitzenstand Messgrösse sec.
12/ Stoppuhr/ Vorwärts-Sprung auf die Zehenspitzen und die Zeit messen bis das Gleichgewicht gefunden ist.

3.Schlussprung Messgrösse Anzahl Sprünge
7/Langbank-Anzahl Sprünge seitwärts über die Langbank

5.AEAU Sprungtanz Messgrösse Anzahl Sprünge fehlerfrei
hintereinander
6 Ohne Therapeut die ganze Reihe 4 Mal 4 wenn möglich

mehrmals

2. Balancieren Messgrösse
Schwierigkeitsgrad der jeweiligen Tabelle
1-14 Punkte

4. Schlusssprung
g Messgrösse
sec

Schüler GS	2: GS Interv.	Schüler DB
------------	---------------	---------------

5. Fall 1 Diagnosekriterien - Messergebnisse:

Die für die Säulendiagramme gebrauchten Werte, sind in der Auswertung des Geschicklichkeitsparcours farblich gekennzeichnet.

Dokumentengruppe: Diagnosekriterien
Dokumentenname: GS

Die folgenden Übungen orientieren sich an Dietrich Eggert: RZI Raum-Zeit-Inventar/ by 2002 borgmann publishing/ Dortmund

Geschicklichkeitsparcour

1. Diagnosestunde 28.11.2011/ 2.Diagnosesunde 26.3.2012/ 3. Diagnosestunde: 18.6.2012

GS Alter: 12 Jahre

ADHS-Symptome

Mit dem Menü soll erfasst werden ob sich hyperaktives Verhalten in der Therapieperiode beruhigt oder verstärkt hat, oder keine Veränderungen stattgefunden haben.

Ein Teil der Übungen ist übernommen von: Dietrich Eggert et al-DMB- Diagnostisches Inventar motorischer Basiskompetenzen/ 1993 by SolArgent Media AG, Basel/ Veröffentlicht by borgmann publishing/ Dortmund

Es gibt maximal 59 zu erreichende Punkte zu den 5 Übungen- die einzelnen Übungsmöglichkeiten werden gemäss Kompetenzen und Alter ausgeführt und sind mit Nummern versehen. Der Unterschied der Messergebnisse innerhalb einer Übungsstufe kann ebenfalls verglichen werden.

Zu der Übung „ruhiges Stehen“ sollte ebenfalls eine Auswertung gemacht werden und ausserdem sind die „Motivationsbemerkungen“ bei den einzelnen Übungen zu Berücksichtigen. Die Motivation der Schüler während der Diagnosestunde wirkte sich unmittelbar auf das Testergebnis aus. Die Übungen welche tatsächlich gemacht wurden sind durch f oder *schräg*markiert.

1. Ü 1 Spannbogen (S 135)

Basiskompetenzen:Kraft, Ausdauer, Gleichgewicht

Weitere Beobachtungsfelder:Koordination

Hilfsmittel:Rollbrett

Beschreibung der Übung:

Der Schüler legt sich mit dem Bauch auf den Boden. Danach streckt er die Beine und Arme gleichzeitig in die Luft und versucht sie solange es geht deutlich über dem Boden zu halten. (min 10 Sekunden)

Ausschliesslich Bauch und Hüften berühren in dieser Zeit den Boden.

Variation/ bitte ankreuzen:

1 Er/Sie wird unterstützt durch Halten von Armen oder Beinen.

2 Der Schüler hebt ein Bein oder einen Arm und hält diesen gestreckt nach oben.

3 Der Schüler hebt ausschliesslich die Arme gestreckt über den Boden.

4 Der Schüler hebt ausschliesslich die Beine gestreckt über den Boden.

5 Der Schüler hebt ein Bein oder einen Arm gestreckt über den Boden. Das kann auch gegengleich geschehen.

6

12123

6 Der Schüler hebt beide Arme und Hände auf dem Bauch liegend gestreckt in die Luft.

7	333
7 Der Schüler legt sich auf ein Rollbrett in gestreckter Position der Beine und Arme	
8	Der Schüler fährt in dieser gestreckten Position mit dem Rollbrett
9	Die Arm und Beine werden durch Gewichte erschwert und der Schüler versucht dementsprechend die Gliedmassen hoch zu halten.
10	Der Schüler schätzt selber ein, wie lange er/ sie es schafft, einen Spannbogen zu halten.
Beobachungskriterien:	
28.11.	Der Schüler hält Arme und Beine über eine Dauer von 52.9(1)Sekunden -zappelig-wechselt oft die Stellung- durchgehend über dem Boden. (2) 28.6 sec. sec.Sekunden-etwas ruhiger und gestreckter in Armen und Beinen
28.11.	Der Schüler hält Arme und Beine über eine Dauer von 28.6 sec 26.3. 15.37 gestreckt und ruhig/15.28 sec gestreckt und ruhig/18.6. 12.2 sec gestreckt und ruhig
28.11.	Der Schüler hält Arme und Beine über eine Dauer von 20.4 Sekunden über dem Boden auf dem Rollbrett liegend. 26.3. (1) 15.37 sec. Gestreckt und ruhig (2) 15.28 sec. 18.6 22.28 sec.
26.4.	Der Schüler bewegt kurz den Kopf nach rechts, dann nach links in dieser Haltung. Er hat Mühe mit dieser Bewegung, verkrampft dabei.
Interpretation:	
nicht/ kaum/ ziemlich/ sehr/ äusserst	
2	2 3 1
Der Schüler ist motiviert die Übung mit bestmöglichem Einsatz auszuführen.	
Der Schüler lässt sich durch den Therapeuten zum Mitmachen motivieren.Wie?	
Besondere Beobachtungen:	
Wir haben bei 1 und 2. Diagnosestunde diese Übung Ü 1 als 2. Übung gemacht, weil wir mit den Stärken von GS beginnen wollten.	
2. Ü 8 Balancieren auf der Langbank (Seite 150)	
Basiskompetenzen:Gleichgewicht (dynamisch), Tempo,	
Schnelligkeit	
Weitere Beobachtungsfelder:Raum-Lage-Koordination, Augen-Fuss-Koordination, Fluss d.Bew.	
Hilfsmittel: Langbank: Bis zur Mitte der Langbank 2.15m/ der Balken ist 10cm breit	
Beschreibung der Übung:	
Der Schüler balanciert auf einer um 180 Grad gedrehten Langbank bis zur Mitte vorwärts, dreht sich dort um 180 Grad und geht dann rückwärts bis zum Ende weiter. Das Ende der Bank wird durch den Pädagogen angekündigt.	

Variationen/ bitte ankreuzen:
1 Der Schüler geht über ein gerades oder geschlängelt liegendes Seil auf dem Boden.
2
11
2 Der Schüler geht auf der Langbank bis zur Mitte und zurück. (28.11. 4 Mal hin und zurück) 18.6.14 Mal abgebrochen vom Therapeut
3
1
3 Der Schüler geht ausschliesslich vorwärts über eine Langbank. (28.11. 5 Mal vorwärts)
4 Der Schüler erprobt verschiedene Tempi
5 Der Schüler erprobt verschiedene Abstände der nachfolgenden Schritte.
22
6 Der Schüler erprobt verschiedene Schritte: Nachstellschritt, Wechselschritt, Seitwärtsschritt,....(26.3. 3 Mal vorwärts und rückwärts) 18.6. 10 Mal abgebrochen durch Therapeuten
7 Die Art des Gehens kann verändert werden. (z.B: auf Zehenspitzen, Ballen, Fersen)
8 Der Schüler balanciert mit der Unterstützung einer Hand des Therapeuten.....
9 Er/Sie stützt sich beim Balancieren über eine nahe an der Wand stehende Bank an der Wand ab.
233
10 Auf dem Balancebalken liegen Hindernisse, die überquert werden. (kleine Bälle) (28.11. 9 Längen)
(26.3. 13Längen) 3 Diagnosestunde 18.6. 12 Längen - Abgebrochen durch Therapeut
11 Eine Balancierstrecke wird mit verschiedenen Schrägen angeboten.
12 Während des Balancierens werden Materialien transportiert, z.B: auf den Schultern, dem Kopf....
4
13 mit geschlossenen Augen
Mit geschlossenen Augen: rückwärts, vorwärts- blinzelt etwas, hilft mit den Armen beim Balancieren, fällt aber nicht runter. 2 Mal vorwärts/ 2 Mal rückwärts//4 Mal rückwärts – abgebrochen
14 1. Diagnosestunde mit Jonglieren nur 2 Schritte/ 2.Diagnosestunde ½ Länge/ 3. Diagnosstunde ½ Länge
Beobachtungskriterien:
Er/Sie balanciert über eine Langbank.....
Der Schüler nutzt folgende Hilfestellungen.....
Der Schüler richtet den Blick auf.....
4
Er/ Sie setzt seine Arme beim Balancieren ein, in dem er/sie diese zur Seite streckt.
Der Schüler setzt seine Beine beim Balancieren ein, in dem er/ sie dieselben zur Seite streckt.
4+3

Der Schüler geht vorwärts/rückwärts/seitwärts über eine Langbank	
1	
Der Schüler dreht sich nach der Hälfte der Strecke auf der Langbank um.	
Der Schüler fordert beim Drehen auf der Langbank Unterstützung in Form von.... ein.	
Interpretationen: nicht/ kaum/ ziemlich/ sehr/ äusserst	
3	11+3
Der Schüler findet sofort ein labiles Gleichgewicht	
3+4	1+2 123/3
Die Bewegungen des Schülers wirken gut koordiniert, sind im Fluss.	
x	xx
Der Schüler ist motiviert die Übung mit bestmöglichem Einsatz auszuführen.	
3. Diagnosestunde nicht sehr motiviert	
x	xx
Der Schüler lässt sich durch den Therapeuten zum Mitmachen motivieren.Wie?	
Der Therapeut lässt ihn machen, was er kann und will, gibt wenige Vorgaben!	
Besondere Beobachtungen:Der Schüler balanciert mit grosser Leichtigkeit vorwärts rückwärts, mit geschlossenen Augen etc. über die Langbank, Wird aber, als der Therapeut unerwartet auf ihn zu geht aus dem Gleichgewicht gebracht.	
3. Ü 6 Auf Zehenspitzen stehen (S 141)	
Basiskompetenzen: Gleichgewicht (statisch), Kraft	
Hilfsmittel:Stoppuhr	
Beschreibung:	
Der Schüler steht beidfüssig auf seinen Zehenspitzen. Nach etwa fünf Sekunden schliesst es auf ein Zeichen des Therapeuten hin die Augen und bleibt noch mindestens. drei Sekunden deutlich auf den Zehenspitzen bzw. Ballen stehen. Die Füsse bleiben dabei auf der Stelle und im so genannten Zehenspitzenstand. Zum Schluss eine kurze Pause von mindestens 10 Sekunden.	
Variationen:	
1 Er/ Sie geht im Zehenspitzenengang mit Hilfestellungen durch den Raum.	

2 Der Schüler geht im Zehenspitzenengang durch den Raum.
3 Der Schüler hält sich im Zehenspitzenstand an der Wand oder an einer Person fest.
xxx
4 Der Zehenspitzenstand wird ohne Schuhe ausgeführt.
5 Der Schüler geht auf Zehenspitzen mit geschlossenen Augen durch den Raum.
6 Der Schüler hält sich beim Zehenspitzenstand mit geschlossenen Augen an der Wand oder einer Person fest.
343434
7 Der Abstand der Füße zueinander (Breite) wird verändert.
111
8 Der Schüler steht auf Zehenspitzen mit geöffneten Augen.
222
9 Der Schüler steht auf Zehenspitzen mit geschlossenen Augen.
10 Die Dauer des Zehenspitzenstands mit geöffneten Augen kann gemessen werden. Um bei einer Wiederholung einen Vergleich der individuellen Fähigkeiten zu ermöglichen.
11 Die Dauer des Zehenspitzenstands mit geschlossenen Augen kann gemessen werden. Um bei einer Wiederholung einen Vergleich der individuellen Fähigkeiten zu ermöglichen. (1)1,45,89 sec/ 26.3. 1,38,36 sec 18.6. 1 min 21.80 sec.
3-3 --3
12 Der Schüler springt aus dem Stand auf die Zehenspitzen. (26.3. vorwärts 4.75 sec./ rückwärts 3.50 sec)
13 Der Schüler springt aus dem Stand seitwärts (18.6. 3.29 sec/ 2.17 sec)
14 Der Schüler springt aus dem Stand auf die Zehenspitzen mit geschlossenen Augen 26.3 vorwärts nach 5 sec rückwärts nach 9.8 sec/ 9.7.=vorwärts nach 3.87 sec rückwärts nach 3.75 sec

Beobachtungskriterien:
1
Er/ Sie steht auf den Zehenspitzen bzw. Ballen.
Der Schüler variiert den Abstand der Füße zueinander und steht bei einem Abstand von 26 cm am ruhigsten. (28.11.)
3+43+4
Der Schüler drückt Fersen und Knie gegeneinander um Halt zu finden.
Der Schüler sucht sich Unterstützung in Form von....
10 Der Schüler steht mit geöffneten Augen auf den Zehenspitzen.
(1) 3 min 14.72 sec. Danach Abbruch durch Therap.(3) 1 min 31.5 sec
11 Der Schüler steht (1) 45.89 (2)49,8 Sekunden mit geschlossenen Augen auf Zehenspitzen bzw. Ballen. (Mühe mit Gleichgewicht) 18.6.1 min 21.80 sec.
Der Schüler versetzt die Füße nach vorne, nach hinten, seitlich.

Der Schüler berührt den Boden.
Der Schüler streckt seine Arme seitlich oder vorwärts aus und steht anschliessend ruhiger.
333
28.11.=Der Schüler kann, nach dem Zehenspitzensprung das Gleichgewicht nach (1)15.2/ nach (2)6.4 sec 18.6.= 3.87 sec.wieder finden.
444
Der Schüler kann mit geschlossenen Augen nach dem Zehenspitzensprung das Gleichgewicht nach Vorwärts (1)4.75 sec rückwärts 3.50 sec (2)5 Sekunden, nach rückwärts nach 9.8 Sekunden 18.6. vorwärts 3.87 sec nach rückwärts 3.75 sec. wieder finden.
5
Mit geschlossenen Augen der Zehenspitzensprung seitwärts 3.29 sec rechts 2.17 sec links
Interpretationen: nicht/ kaum/ ziemlich/ sehr/ äusserst
x xx
Der Schüler kommt nach dem Sprung, in der darauffolgenden Pause zur Ruhe.
x xx
Sein Atem vertieft sich.
xxx
Der Schüler ist motiviert die Übung mit bestmöglichem Einsatz auszuführen.
xx
Der Schüler lässt sich durch den Therapeuten zum Mitmachen motivieren.
Besondere Beobachtungen: 1. Diagnosestunde: Der Schüler versetzt sich selber bei dem Zehnspitzenstand in einen Art Trance- Zustand und scheint so endlos verharren zu können. 3min 14.72 sec- Abbruch durch Therapeuten.
4.Ü 2 Schlussprung (S.137)
Basiskompetenzen: Sprungkraft, Schnelligkeit, Gleichgewicht

Weitere Beobachtungen:Dynamik, Synchronität, Rhythmus
Hilfsmittel:8 Teppichfließen(40x40cm), ev. Kästen, Langbank
Beschreibung:
Die Teppichfließen werde längs hintereinander auf den Boden gelegt.
Für 7./ 8. Klasse: vier Matten
Für 11./12.Klasse sechs Matten
Der Schüler stellt sich mit geschlossenen Füßen vor die Matte und überspringt sie in Längsrichtung im Schlussprung.
Variationen:
1 Er/ Sie springt auf der Stelle im Schlussprung mindestens fünf/zehn Hüpfen.
111
2 Der Schüler springt über 3 Matten im Schlussprung. –gut geschafft/kommt Plattfuss auf den Boden. 26.3. 2/3 Matten vorwärts / Rückwärts: nur 1 Matte 1-misslungen 2 misslungen 3 Sprung gut
3 Der Schüler springt über ein Seil im Schlussprung. Die Höhe des Seiles kann nach Einschätzung und Zutrauen des Kindes verändert werden.
223
4 Der Schüler springt seitlich über Matten im Schlusssprüngen. 9 Sprünge/ 4 vor – 5 zurück 26.3. 5 vor/ 4 rückwärts 18.6. 4 vorwärts 5 ruckwärts
333
5 Der Schüler springt von einer Erhöhung (z.B: Kasten) und landet mit beiden Füßen gleichzeitig auf dem Boden. 1. Versuch Füße nicht ganz geschlossen/ 2. Versuch besser 26.3. 2 Versuche –gut 18.6. 2 Versuche sehr gut 3.61 sec und 2. 39 sec bis er ganz still steht
6 Der Schüler springt auf eine Erhöhung
444
7 Der Schüler springt über eine Erhöhung (Langbank) im Schlussprung. (seitwärts 2 Mal nicht ganz geschlossene Füße/ Knie gut hoch) 26.4. 3 Mal/ 5 Mal Füße geschlossen /18.6. 6 mal vorwärts 4 Mal rückwärts Füße nicht ganz geschlossen
8 Der Schüler springt Schlusssprünge rückwärts.
9Der Schüler springt Schlusssprünge vorwärts-rückwärts im Wechsel
55
10Der Schüler kombiniert verschiedene Schlusssprünge miteinander. (vorwärts, rückwärts, seitwärts, oben, unten....).(26.3. 15 Mal irgendwie/ 3 Mal Füße geschlossen/ 5 Mal Füße geschlossen) 18.6. 5 Mal in alle Richtungen
Beobachtungskriterien:
111

Der Schüler hat die Matten in Längsrichtung im Schlusssprung überschritten.
1123
Der Schüler springt mit beiden Füßen gleichzeitig ab und landet mit beiden Füßen gleichzeitig auf dem Boden. (3) <i>ungefähr gleichzeitig</i>
2
Der Schüler springt mit versetzten Füßen ab und landet mit beiden Füßen gleichzeitig. Der Absprung erfolgt erst mit dem rechten, gefolgt von dem linken Fuss.....
Der Schüler springt mit den Füßen versetzt ab und landet versetzt. Wie war rechts/links Absprung/ Landung?.....
555
66
Ruhig stehen zu Schluss ist 110, 5 Sekunden möglich 16.4.= 142.10 sec. 18.6. = 109.34 sec.
Arme in A Stellung waagrecht auf Schulterhöhe und ruhig stehen (2) 51.42 sec. (3) 104.14 sec.
Interventionsstunde A- Stellung der Arme (Kraft): 21.2.2012; 51.86 sec.
Interventionsstunde ruhig stehen: 24.1.2012; 221.76 sec./ 309.91 sec. 3.3.2012; 111.72 sec. DIESE DATEN NICHT BERÜCKSICHTIGT
Interpretationen: nicht/ kaum/ ziemlich/ sehr/ äusserst
x xx
Der Schüler kann seinen Krafteinsatz, den es für den jeweiligen Sprung braucht gut dosieren.
x x x x
Der Schüler ist motiviert die Übung mit bestmöglichem Einsatz auszuführen
x
.Der Schüler lässt sich durch den Therapeuten zum Mitmachen motivieren.
Besondere Beobachtungen:
5. AEA-Sprungtanz

(orientiert sich an Sirtaki, Schuhplattler, und Siebenschläfer/ Srz6/ S.239)
Kompetenzen, Körperorientierung, Praxie (Praxie=zielgerichtetes und zweckmässiges Handeln, basierend auf Bewegungserfahrung, Bewegungsplanung und zeitlich, sowie räumlicher Koordination von Bewegungsabläufen)
Weiter Beobachtungen: erkennen/unterscheiden/ Figur Grund/ Memorisation, Zusammenhänge herstellen
Hilfsmittel:Trommel/ Musikinstrument
Beschreibung:
Aus der Nachahmung werde Elemente eines einfachen Sprungtanzes geübt. Die Elemente des Tanzes sind AEAU; für KIGA und 1.Klasse sind: vier Mal AEAU = Hände in die Hüften-Im Sprung aus dem Stand die Beine auseinander, Im Sprung die Beine kreuzen und wieder auseinander und danach zum Schlusssprung kommen. Dazwischen werden die Füße gezeigt; rechter Fuss und linker Fuss und Weit und Schlusssprung. Alles wird mindestens 5 Mal wiederholt und in einen Rhythmus gebracht.
2./3.Klasse: Arme und Beine machen während des Springens dieselbe Bewegung. (Die Arme können aber auch hinten kreuzen)
Ab der 2./3.Klasse: kommt noch dazu, dass dieses Tänzchen in einer Reihenfolge von vier Mal vier Einheiten geübt wird: zwei Mal AEAU/ dann IIAU=einmal I diagonal zwischen rechtem Arm und linken Bein seitwärts und diagonal zwischen linken Arm und rechtem Bein seitwärts gestreckt, danach A und U/
Abschliessend AEAU nur einmal. Dann wieder von vorne.
Diese Übung wird mindestens drei Mal in dieser Reihenfolge ausgeführt.
Sie kann bei älteren Schülern auch kanonisch gemacht werden.
Variationen:
333
1 Gemeinsam mit Therapeuten, nur mit Beinen, keine Gebärde
111
2 Gemeinsam mit Therapeuten Beine und Arme (3) 4Mal 4 Sprünge mit Therapeut
3 Ohne Therapeut AEAU mehrmals hintereinander, Wie oft?....
4 Ohne Therapeut IIAU mehrmals hintereinander, wie oft?
222
5 Ohne Therapeut AEAU/IIAU im Wechsel in der richtigen Reihenfolge (nach langem üben) 28.11. = 2 Mal 4 Sprünge/26.3.= 1 Reihe ist gut/ 18.6. 3 Mal 16 Sprünge 3 Fehler
6 Ohne Therapeut 2 Mal AEAU/1 Mal IIAU/ 1 Mal AEAU-alles 3 Mal hintereinander
33
7 Mit Therapeut im Kanon: Patient beginnt: 26.3. 2 Mal Mühe gehabt, aber ohne Fehler 18.6. 2 Mal 16 Sprünge 1 Fehler
44
8 Mit Therapeut im Kanon Therapeut beginnt
9 Im Takt der Trommel
Mit Trommel: im Takt der Trommel Zwei Mal 16 Sprünge Mühe gehabt aber ohne Fehler

Diese Übung darf auch mit anderen Tanzschritten kombiniert werden
10 Statt IIAU wird EEAU gesprungen und Arme und Beine diagonal gekreuzt im Sprung
2
11 Der Schüler entwickelt eigene Tanzschritte (z.B: Bein/Arm Kreuzsprung statt IIAU) - geht nicht
Beobachtungskriterien:
Der Schüler kennt sein rechtes und sein linkes Bein. Das Kind kennt seinen rechten und linken Arm
1+2+3
Das Kind kann rechts und links richtig ausführen obwohl das Gegenüber spiegelverkehrt springt
Bewegungen die ein Überkreuzen der Körpermitte fordern gelingen problemlos
Ein Überkreuzen der Körpermitte findet nur ansatzweise statt
1223
Der Schüler kann Bewegungen koordinieren die oben und unten betreffen
1223
Der Schüler entwickelt eigene Ideen für Tanzschritte
Dabei kommt der Schüler in einen selbständigen Rhythmus
Interpretationen: nicht/ kaum/ ziemlich/ sehr/ äusserst
xx x
Der Schüler verfügt über eine differenzierte Selbstwahrnehmung und über ein Körperschema
xxx
Der Schüler kann die Raumesrichtungen vorne und hinten, sowie rechts und links unterscheiden. (re-li macht Mühe)

x	x	x
Die Lateralität und die darauf aufbauende Rechts-Links-Orientierung sind entwickelt		
xxx		
Der Schüler Kann Zusammenhänge herstellen zwischen der gestellten Bewegungsaufgabe und der eigenen Bewegung		
xx		
Der Schüler kann seine Bewegungen im Raum mit der Zeit (Rhythmus) abstimmen.		
xx		
Er/Sie kann eigene Bewegungen in eine strukturierte Bewegungshandlung umsetzen, die auf seine Tanzpartner abgestimmt ist.		
x		
Der Schüler verfügt über Sprungkraft		
x		
Die Sprungkraft ist gut dosiert		
Besondere Beobachtungen:		
1 Mühe mit Spiegelung der I Gebärde		
1+ 2 Mühe mit II re-li, Mühe mit Handlungsabfolge		
2 macht ebenfalls Mühe mit Handlungsabfolge, zum Schluss, nach mehreren Versuchen richtig.		
Nachahmung= richtig gesprungen		
Reihenfolge falsch - der Patient wird schnell vom Therapeuten raus gebracht beim Kanon-Sprung.		
Der Patient wird noch immer schnell vom Therapeuten aus dem Gleichgewicht gebracht		
Stundenbezeichnung/ Legende:		
12 = 1.Diagnosestunde		
12 = 2.Diagnosestunde		
12 = 3. Diagnosestunde		
Manchmal gebrauchte ich 1/2/3 für die Diagnosestunde/ manchmal gibt die Nummer die Reihenfolge der Übungen in einer Stunde an, dass		

man sehen kann, wie die Fortschritte innerhalb der Übungsreihe ist.- dann gelten die obigen Bezeichnungen 123 für die Diagnosestunde.
Allgemein:
GS/ 6
990917
1.Messpunkt 6.12.2011:
Körpergrösse: 151 cm
Gewicht: 34 kg
Dominanz:
Linkes Auge/ Rechts Hand, Bein und Ohr
2.Messpunkt (18.6.2012):
Körpergrösse: 155 cm
Gewicht 34 kg

7. Fall 1 und 2 Geschicklichkeitsparcour – Diagnosestunde:

Geschicklichkeitsparcours

Diagnosestunde: 1/ 2 oder 3
 Schüler
 Alter: Jahre

ADHS-Symptome

Mit dem Menü soll erfasst werden ob sich hyperaktives Verhalten in der Therapieperiode beruhigt oder verstärkt hat, oder keine Veränderungen stattgefunden haben.

Ein Teil der Übungen ist übernommen von: Dietrich Eggert et al-DMB- Diagnostisches Inventar motorischer Basiskompetenzen/ 1993 by SolArgent Media AG, Basel/ Veröffentlicht by borgmann publishing/ Dortmund

1. Ü 1 Spannbogen (S 135)

Basiskompetenzen: Kraft, Ausdauer, Gleichgewicht

Weitere Beobachtungsfelder: Koordination

Hilfsmittel: Stoppuhr

Beschreibung der Übung:

Der Schüler legt sich mit dem Bauch auf den Boden. Danach streckt er die Beine und Arme gleichzeitig in die Luft und versucht sie solange es geht deutlich über dem Boden zu halten. (min 10

Sekunden)

Ausschliesslich Bauch und Hüften berühren in dieser Zeit den Boden.

Variation/ bitte ankreuzen:

☐
☐
☐
☐

1Er/Sie wird unterstützt durch Halten von Armen oder Beinen.

2Der Schüler hebt ein Bein oder einen Arm und hält diesen gestreckt nach oben.

3Der Schüler hebt ausschliesslich die Arme gestreckt über den Boden.

4Der Schüler hebt ausschliesslich die Beine gestreckt über den Boden.

5Der Schüler hebt ein Bein oder einen Arm gestreckt über den Boden. Das kann auch gegengleich geschehen.

6Der Schüler hebt beide Beine und Arme gestreckt über den Boden

7Der Schüler legt sich auf ein Rollbrett in gestreckter Position der Arme und Beine

8Der Schüler legt sich auf ein Rollbrett und fährt in gestreckter Position der Arme und Beine.

9Die Arm und Beine werden durch Gewichte erschwert und der Schüler versucht dementsprechend die Gliedmassen hoch zu halten.

--

10Der Schüler schätzt selber ein, wie lange er sie es schafft, einen Spannbogen zu halten.

Beobachungskriterien:

Der Schüler hält Arme und Beine über eine Dauer von.....Sekunden durchgehend über dem Boden.

Der Schüler hält die Arme über eine Dauer von Sekunden über dem Boden.

Der Schüler hält die Beine über eine Dauer von Sekunden durchgehend über dem Boden.

Der Schüler hält Arme und/ oder Beine welche durch Gewichte erschwert sind über eine Dauer vonSekunden über den Boden.

Interpretation:

nicht/ kaum/ ziemlich/ sehr/ äusserst

--	--	--	--	--

Der Schüler ist motiviert die Übung mit bestmöglichem Einsatz auszuführen.

--	--	--	--	--

Der Schüler lässt sich durch den Therapeuten zum Mitmachen motivieren.Wie?

Besondere Beobachtungen: z.B: Hände, Blick

2. Ü 8 Balancieren auf der Langbank (Seite 150)

Basiskompetenzen:

Gleichgewicht (dynamisch), Tempo,

Schnelligkeit

Weitere Beobachtungsfelder:
Koordination, Fluss d.Bew.

Raum-Lage-Koordination, Augen-

Fuss-

Hilfsmittel: Langbank:

Beschreibung der Übung:

Der Schüler balanciert auf einer um 180 Grad gedrehten Langbank bis zur Mitte vorwärts, dreht sich dort um 180 Grad und geht dann rückwärts bis zum Ende weiter. Das Ende der Bank wird durch den Pädagogen angekündigt.

Variationen/ bitte ankreuzen:

1Der Schüler geht über ein gerades oder geschlängelt liegendes Seil auf dem Boden.

2Der Schüler geht auf der Langbank bis zur Mitte und zurück.

3Der Schüler geht ausschliesslich vorwärts über eine Langbank.

4Der Schüler erprobt verschiedene Tempi

5Der Schüler erprobt verschiedene Abstände der nachfolgenden Schritte.

6Der Schüler erprobt verschiedene Schritte: Nachstellschritt, Wechselschritt, Seitwärtsschritt,....

7Die Art des Gehens kann verändert werden. (z.B: auf Zehenspitzen, Ballen, Fersen)

8Der Schüler balanciert mit der Unterstützung einer Hand des Therapeuten.....

9Er/Sie stützt sich beim Balancieren über eine nahe an der Wand stehende Bank an der Wand ab.

10Auf dem Balancebalken liegen Hindernisse, die überquert werden. (z.B: Säckchen, Pylone)

11Eine Balancierstrecke wird mit verschiedenen Schrägen angeboten.

12Während des Balancierens werden Materialien transportiert, z.B: auf den Schultern, dem Kopf....

13Der Schüler balanciert mit geschlossenen Augen vorwärts, mit geschlossenen Augen rückwärts

14Mit Jonglieren

Beobachtungskriterien:

Er/Sie balanciert über.....

Der Schüler nutzt folgende Hilfestellungen.....

Der Schüler richtet den Blick auf.....

Er/ Sie setzt seine Arme beim Balancieren ein, in dem er/sie diese zur Seite streckt.

Der Schüler setzt seine Beine beim Balancieren ein, indem er/ sie dieselben zur Seite streckt.

Der Schüler geht vorwärts/rückwärts/seitwärts über eine Langbank

Der Schüler dreht sich nach der Hälfte der Strecke auf der Langbank um.

Der Schüler fordert beim Drehen auf der Langbank Unterstützung in Form von.... ein.

Interpretationen: nicht/ kaum/ ziemlich/ sehr/ äusserst

--	--	--	--	--

Der Schüler findet während etwa der Strecke ein labiles Gleichgewicht.

--	--	--	--	--

Die Bewegungen des Schülers wirken gut koordiniert, sind im Fluss.

--	--	--	--	--

Der Schüler ist motiviert die Übung mit bestmöglichem Einsatz auszuführen.

--	--	--	--	--

Der Schüler lässt sich durch den Therapeuten zum Mitmachen motivieren. Wie?

Besondere Beobachtungen:

z.B: Hände

Blick

3. Ü 6 Auf Zehenspitzen stehen (S 141)

Basiskompetenzen

Gleichgewicht (statisch), Kraft

Hilfsmittel:

Stoppuhr

Beschreibung:

Der Schüler steht beidfüssig auf seinen Zehenspitzen. Nach etwa fünf Sekunden schliesst es auf ein Zeichen des Therapeuten hin die Augen und bleibt noch mindestens drei Sekunden deutlich auf den Zehenspitzen bzw. Ballen stehen. Die Füsse bleiben dabei auf der Stelle und im so genannten Zehenspitzenstand. Zum Schluss eine kurze Pause von mindestens 10 Sekunden.

Variationen:

1Er/ Sie geht im Zehenspitzenstand mit Hilfestellungen durch den Raum.

2Der Schüler geht im Zehenspitzenstand durch den Raum.

3Der Schüler hält sich im Zehenspitzenstand an der Wand oder an einer Person fest.

4Der Zehenspitzenstand wird mit und ohne Schuhe ausgeführt.

5Das Kind geht auf Zehenspitzen mit geschlossenen Augen durch den Raum.

6Das Kind hält sich beim Zehenspitzenstand mit geschlossenen Augen an der Wand oder einer Person fest.

--

7Der Abstand der Füße zueinander (Breite) wird verändert.

8Der Schüler steht auf Zehenspitzen mit geöffneten Augen.

9Der Schüler steht auf Zehenspitzen mit geschlossenen Augen.

10Die Dauer des Zehenspitzenstands mit geöffneten Augen kann gemessen werden. Um bei einer Wiederholung einen Vergleich der individuellen Fähigkeiten zu ermöglichen.

11Die Dauer des Zehenspitzenstands mit geschlossenen Augen kann gemessen werden. Um bei einer Wiederholung einen Vergleich der individuellen Fähigkeiten zu ermöglichen.

12Der Schüler springt aus dem Stand auf die Zehenspitzen. vorwärts----rückwärts.

13Der Schüler springt aus dem Stand auf die Zehen seitwärts.

14Der Schüler springt aus dem Stand mit geschlossenen Augen auf die Zehenspitzen.

Beobachtungskriterien:

Er/ Sie steht auf den Zehenspitzen bzw. Ballen.

Der Schüler variiert den Abstand der Füße zueinander und steht bei einem Abstand von ca....cm am ruhigsten.

Der Schüler drückt Fersen und Knie gegeneinander um Halt zu finden.

Der Schüler sucht sich Unterstützung in Form von....

Der Schüler geht auf Zehenspitzen durch den Raum, auf einem labilen Untergrund.....

Der Schüler probiert folgende Variationen aus.....

Der Schüler steht.....Sekunden mit geschlossenen Augen auf Zehenspitzen bzw. Ballen.

Der Schüler versetzt die Füße nach vorne, nach hinten, seitlich.

Der Schüler berührt den Boden.

Der Schüler streckt seine Arme seitlich oder vorwärts aus und steht anschliessend ruhiger.

☐

Der Schüler kann, nach dem Zehenspitzensprung das Gleichgewicht nach.....Sekunden wieder finden.

☐

Der Schüler kann auf den Zehenspitzen bzw. Ballen stehen und bis.....zählen.

Interpretationen:

☐☐☐☐☐

Der Schüler kommt nach dem Sprung, in der darauffolgenden Pause zur Ruhe.

☐☐☐☐☐

Sein Atem vertieft sich.

☐☐☐☐☐

Der Schüler ist motiviert die Übung mit bestmöglichem Einsatz auszuführen.

☐☐☐☐☐

Der Schüler lässt sich durch den Therapeuten zum Mitmachen motivieren. Wie?

Besondere Beobachtungen:

4. Ü 2 Schlussprung (S.137)

Basiskompetenzen:

Sprungkraft, Schnelligkeit, Gleichgewicht

Weitere Beobachtungen:

Dynamik, Synchronität, Rhythmus

Hilfsmittel

8 Gummimatten oder Teppichfliesen

(40x40cm),

ev. Kästen, Seil

Beschreibung:

Die Teppichfliesen werde längs hintereinander auf den Boden gelegt.

Für KIGA: eine Matte

Für 7./ 8. Klasse: vier Matten

Für 11./12.Klasse sechs Matten

Der Schüler stellt sich mit geschlossenen Füßen vor die Matte und überspringt sie in Längsrichtung im Schlussprung.

Variationen:



1Er/ Sie springt auf der Stelle im Schlussprung mindestens fünf/zehn Hüpfen.

2Der Schüler springt über..... Matten im Schlussprung.

3Der Schüler springt über ein Seil im Schlussprung. Die Höhe des Seiles kann nach Einschätzung und Zutrauen des Schülers verändert werden.

4Der Schüler springt seitlich über Matten in Schlussprüngen.

5Der Schüler springt von einer Erhöhung (z.B: Kasten) und landet mit beiden Füßen gleichzeitig auf dem Boden.

6Der Schüler springt auf eine Erhöhung (z.B: kleiner Kasten) im Schlusssprung.

7Der Schüler springt seitlich über eine Langbank

8Der Schüler springt Schlusssprünge rückwärts.

9Der Schüler springt Schlusssprünge vorwärts-rückwärts im Wechsel.

10Der Schüler kombiniert verschiedene Schlusssprünge miteinander. (vorwärts, rückwärts, seitwärts, oben, unten....)

Beobachtungskriterien:

Der Schüler hat die Matten in Längsrichtung im Schlusssprung überschritten.

Der Schüler springt mit beiden Füßen gleichzeitig ab und landet mit beiden Füßen gleichzeitig auf dem Boden.

Der Schüler springt mit beiden Füßen gleichzeitig ab und landet mit beiden Füßen nacheinander auf dem Boden, erst mit dem rechten, dann mit dem linken Fuss.....

Der Schüler springt mit versetzten Füßen ab und landet mit beiden Füßen gleichzeitig. Der Absprung erfolgt erst mit dem rechten, gefolgt von dem linken Fuss.....

☐

Der Schüler springt mit den Füßen versetzt ab und landet versetzt. Wie war rechts/links Absprung/ Landung?.....

☐

Ruhig stehen zu Schluss ist Sekunden möglich.

Interpretation:

--	--	--	--	--

Der Schüler kann seinen Krafteinsatz, den es für den jeweiligen Sprung braucht gut dosieren.

--	--	--	--	--

Der Schüler ist motiviert die Übung mit bestmöglichem Einsatz auszuführen.

--	--	--	--	--

.Der Schüler lässt sich durch den Therapeuten zum Mitmachen motivieren.

Besondere Beobachtungen:

Die folgenden Übungen orientieren sich an Dietrich Eggert: RZI Raum-Zeit-Inventar/ by 2002 borgmann publishing/ Dortmund

5. AEA-Sprungtanz

(orientiert sich an Sirtaki, Schuhplattler, und Siebenschläfer/ Srz6/ S.239

Dietrich Eggert, Lucien Bertrand Raum-Zeit-Inventar 2002 Dordmund)

Kompetenzen: Körperorientierung,

Weiter Beobachtungen: Memorisation, Zusammenhänge herstellen

Hilfsmittel:

Trommel/ Musikinstrument

Beschreibung:

Aus der Nachahmung werde Elemente eines einfachen Sprungtanzen geübt. Die Elemente des Tanzes sind AEAU; für KIGA und 1.Klasse sind: vier Mal AEAU = Hände in die Hüften-Im Sprung aus dem Stand die Beine auseinander, Im Sprung die Beine kreuzen und wieder auseinander und danach zum Schlussprung kommen. Dazwischen werden die Füße gezeigt; rechter Fuss und linker Fuss und Weit und Schlussprung. Alles wird mindestens 5 Mal wiederholt und in einen Rhythmus gebracht.

2./3.Klasse: Arme und Beine machen währen des Springens dieselbe Bewegung. (Die Arme können aber auch hinten kreuzen)

Ab der 2./3.Klasse: kommt noch dazu, dass dieses Tänzchen in einer Reihenfolge von vier Mal vier Einheiten geübt wird: zwei Mal AEAEU/ dann IIAU=einmal I diagonal zwischen rechtem Arm und linken Bein seitwärts und diagonal zwischen linken Arm und rechtem Bein seitwärts gestreckt, danach A und U/

Abschliessend AEAU nur einmal. Dann wieder von vorne.

Diese Übung wird mindestens drei Mal in dieser Reihenfolge ausgeführt.

Sie kann bei älteren Schülern auch kanonisch gemacht werden.

Variationen:

1Gemeinsam mit Therapeuten, nur mit Beinen, keine Gebärde

2Gemeinsam mit Therapeuten Beine und Arme

3Ohne Therapeut AEAU mehrmals hintereinander, Wie oft?....

4Ohne Therapeut IIAU mehrmals hintereinander, wie oft?

5Ohne Therapeut AEAU/IIAU im Wechsel in der richtigen Reihenfolge

6Ohne Therapeut 2 Mal AEAU/1 Mal IIAU/ 1 Mal AEAU-alles 3 Mal hintereinander

7Mit Therapeut im Kanon: Patient beginnt

8Mit Therapeut im Kanon- Therapeut beginnt

--

Diese Übung darf auch mit anderen Tanzschritten kombiniert werden

--

9Statt IIAU wird EEAU gesprungen und Arme und Beine diagonal gekreuzt im Sprung

--

10Der Schüler entwickelt eigene Tanzschritte

Beobachtungskriterien:

--

Das Kind kennt sein rechtes und sein linkes Bein. Das Kind kennt seinen rechten und linken Arm

Das Kind kann rechts und links richtig ausführen obwohl das Gegenüber spiegelverkehrt springt

Bewegungen die ein Überkreuzen der Körpermitte fordern gelingen problemlos

Ein Überkreuzen der Körpermitte findet nur ansatzweise statt

Der Schüler kann Bewegungen koordinieren die oben und unten betreffen

Der Schüler kann seine Bewegungen auf den Rhythmus des Tanzes abstimmen.

Der Schüler entwickelt eigene Ideen für Tanzschritte

Dabei kommt der Schüler in einen selbständigen Rhythmus

Interpretation:

--	--	--	--	--

Der Schüler verfügt über eine differenzierte Selbstwahrnehmung und über ein Körperschema

--	--	--	--	--

Der Schüler kann die Raumesrichtungen vorne und hinten, sowie rechts und links unterscheiden.

--	--	--	--	--

Die Lateralität und die darauf aufbauende Rechts-Links-Orientierung sind entwickelt

--	--	--	--	--

Der Schüler Kann Zusammenhänge herstellen zwischen der gestellten Bewegungsaufgabe und der eigenen Bewegung

--	--	--	--	--

Der Schüler kann seine Bewegungen im Raum mit der Zeit (Rhythmus) abstimmen.

--	--	--	--	--

Er/Sie kann eigene Bewegungen in eine strukturierte Bewegungshandlung umsetzen, die auf seine Tanzpartner abgestimmt ist.

--	--	--	--	--

Der Schüler verfügt über Sprungkraft

--	--	--	--	--

Die Sprungkraft ist gut dosiert

Besondere Beobachtungen:

12= 1.Diagnosestunde

12= 2.Diagnosestunde

12= 3.Diagnosestunde

Schüler:

Alter

Länge

Körpergewicht

1.und 2. Messung

8. Kodes für Tiefensensibilität und für den Gleichgewichtssinn:

K1	Die Tiefensensibilität ist hoch entwickelt	mittel	niedrig	Nicht erschliessbar aus den Daten	
----	---	--------	---------	--------------------------------------	--

	Das Vertrauen ist vorhanden, dass der fein abgestimmte Bewegungsapparat jederzeit zur Verfügung steht. Entsprechend des schnell auf Informationen reagierenden Lagesinns einsetzbar ist. Entsprechend des sensiblen Bewegungsempfindens auf Anforderungen reagiert. Entsprechend der hohen Kraftressourcen abrufbar ist Die Bewegungsintentionen sind ökonomisch über den Leib verteilt “Flow” – Erleben wird, während die Anforderungen erfüllt werden, auftreten.	Das Vertrauen ist schwankend den Bewegungsapparat einsetzen zu können. Entsprechend schwankendes Aufnahmevermögen des Lagesinns. Entsprechend schwankende Einsetzbarkeit des Bewegungsempfindens. Entsprechen schwankende Kraftressourcen mehr oder weniger abrufbar. Die Bewegungsintentionen sind schwankend aufeinander abgestimmt. Die Anforderungen können zwischen Über – und Unterforderung liegen oder dazwischen schwanken.	Es ist wenig Vertrauen vorhanden den Bewegungsapparat einsetzen zu können. Entsprechend langsam oder kaum reagierendem Lagesinn zu wenig Auffassungsvermögen. Entsprechend der niedrigen Sensibilität des Bewegungsempfindens kaum reagieren können. Entsprechend der wenigen Kraftressourcen kaum abrufbar sind. Die Bewegungsintentionen sind wenig aufeinander abgestimmt.	Kein Vertrauen in den eigenen Bewegungsapparat, Keine Infos darüber ob er einsetzbar ist. Über die Anforderungen wird zwar berichtet aber die Art des Umgangs damit ist unklar.	
--	---	--	--	---	--

			Die Anforderungen können nicht bewältigt werden.		
--	--	--	--	--	--

K2	Der Gleichgewichtssinn ist hoch entwickelt	mittel	niedrig	Nicht erschliessbar aus den Daten	
----	--	--------	---------	-----------------------------------	--

	Es besteht vollständiges Vertrauen, dass Körperhaltung und Raumorientierung aufeinander abgestimmt werden können: Entsprechend des schnell reagierenden Gleichgewichtsorgans, des intakten Gesichtsfelds und des Gehörs frühzeitig alle Informationen erhalten werden. Entsprechend der sensiblen Oberflächenwahrnehmung der Haut auf jede Luftbewegung reagieren können und entsprechend der gesunden Muskulatur und kraftvollen Spiraldynamik des Körpers viele Ressourcen abrufbar sind die hohen Anforderungen erfüllen zu können. Die Bewegungsintentionen sind ökonomisch über den Leib verteilt und aufeinander abgestimmt beim Bewegen. "Flow" –Erleben wird, während die Anforderungen erfüllt werden, auftreten.	Es besteht ein schwankendes Vertrauen Körperhaltung und Raumorientierung aufeinander abstimmen zu können. Entsprechend schwankend reagierendem Gleichgewichtsorgan, Gesichtsfeld und Gehör beim Vermitteln von Informationen. Entsprechend schwankend reagierender Oberflächenwahrnehmung der Haut auf Luftbewegungen. Entsprechend schwankend die Spiraldynamik des Körpers und Bewegungsressourcen abrufen können. Die Bewegungsintentionen sind schwankend aufeinander abgestimmt. Die Anforderung kann Überforderung, aber auch Unterforderung bedeuten	Es besteht wenig Vertrauen um Körperhaltung und Raumorientierung aufeinander abstimmen zu können. Entsprechend des geringen Vertrauens in die Zuverlässigkeit der Gleichgewichtsorgane Informationen rechtzeitig oder überhaupt zu vermitteln. Entsprechend geringen Vertrauens in die Oberflächenwahrnehmung Entsprechend geringen Vertrauens in die Kraft und	Kein Vertrauen Körperhaltung und Raumorientierung aufeinander abstimmen zu können. Über die Anforderungen wird im Text zwar berichtet, aber der Umgang damit ist unklar.	
--	---	--	--	--	--

			Ressourcen der Spiraldynamik. Des Körpers und in seine Bewegungsmöglichkeiten. Die Bewegungsintentionen sind kaum aufeinander abgestimmt. Die Anforderung wird mit innerem Widerstand erwartet.		
--	--	--	--	--	--