

Aktivitäten grundsätzlich verstehen



Wie mache ich es eigentlich?

Aktivitäten aus der Erfahrungsperspektive untersuchen

Kinaesthetics ist eine Erfahrungswissenschaft – schafft Wissen durch Erfahrung.

Bei der Unterstützung sollte die Absicht keine Übernahme sein, sondern die

Suche nach mehr Selbstwirksamkeit durch Varianten, Möglichkeiten und

Entwicklung von Bewegungskompetenz.

Schritt 1: TUN – wie würde ich die Aktivität eigentlich selbst machen?

Schritt 2: REFLEKTIEREN - wichtige Grundlagen der Aktivität beschreiben mithilfe eines Blickwinkels, eigene Erfahrungen mit einer PartnerIn im gemeinsamen Tun erfahren und austauschen

Schritt 3: VARIIEREN – Zusammen Varianten entwickeln, wie ich die Aktivität so unterstützen kann, dass der Andere sie in der eigenen Bewegung versteht

Schritt 4: ENTSCHEIDEN - was habe ich über die Aktivität verstanden und neu gelernt?

Macht Euch Notizen – beschreibt Eure Erfahrungen

