

Akustisches Gedächtnis

Aufgabe: Geräuschememory mit Bewegung

Merke dir zu jedem vorgegeben Geräusch die dazugehörige Bewegung!

Dein Trainer wird dir dann Geräusche vormachen und du versuchst sie auszuführen. Nach jeder Ausführung stellst du dich wieder aufrecht hin. Mal sehen wie viele du hintereinander schaffst.

1x Klatschen



=

1x so hoch springen wie du kannst, Beine angehockt

1x mit dem Mund pfeifen

=

1x im Kreis drehen



1x Fingerschnipsen

=

in die Hocke gehen



1x auf Oberschenkel klopfen=



liegende Acht in die Luft malen

1x eine Ziege nachahmen =



3x Überkreuzbewegung mit linke Hand auf rechtes Knie, dann rechte Hand auf linkes Knie

Denk euch noch mehr Übungen aus!

Akustisches Gedächtnis

Aufgabe: Geräuschememory mit Haushaltgegenständen

Gebraucht werden:

- 1 Dose Katzentrockenfutter o.ä. was klappert
- Eine halbvolle oder kleine Wasserflasche
- Ein Stück Alufolie
- Eine Brottüte aus Plastik
- Fleischklopfer o.ä.
- Tupperdose zum Rauf- klopfen
- Küchenklingel

Usw.

Vorgehensweise:

1. Alle Gegenstände werden ausgebreitet, durchgetestet und angehört.
2. Der zu Trainierende dreht sich weg und lauscht; der Trainer „spielt“ einen Gegenstand und legt ihn wieder hin. Dann dreht sich der zu Trainierende wieder um und gibt die Lösung an.
3. In den folgenden Runden wird die Anzahl der benutzten Gegenstände gesteigert.

