

*Bewegung macht beweglich -
und Beweglichkeit kann manches
in Bewegung setzen.
(Paul Haschek)*



Bewegung

Teilnehmerzahl: max. 10 Personen
Ort: Tagesstrukturraum, Garten
Zeit: **Mo, Mi, jeweils 08:30 – 09:00 Uhr**

Schwerpunkte:

- ❖ Allgemeine Kräftigung und Aktivierung des gesamten Körpers
- ❖ Verbesserung/ Erhalt der Beweglichkeit der Extremitäten und des Rumpfes
- ❖ Förderung der Körperkoordination, des Körperschemas und des Gleichgewichts
- ❖ Verbesserung der Oberflächen- und Tiefensensibilität
- ❖ Verbesserung/ Erhalt der physischen Ausdauer
- ❖ Verbesserung/ Erhalt der Rhythmusgefühls
- ❖ Förderung der Eigeninitiative
- ❖ Förderung der sozialen Interaktion zwischen den Teilnehmern

Ablauf:

Vorbereitung	- Raum aufschließen, Tische zur Seite rücken, Musik auswählen
Durchführung	- Systematisches Durchführen verschiedener grob- und feinmotorischer Übungen im Sitzen und Stehen nach Anleitung/ Vorführen - z. T. Gebrauch verschiedener Mittel wie Bälle, Therapiebänder, Igelbälle - gegen Ende der Einheit werden Ideen der Bewohner eingebracht
Nachbereitung	- Tische zurecht rücken - Raum abschließen

Anmerkungen/ Besonderheiten:

- ❖

Ansprechpartner: Mitarbeiter/in Tagesstruktur