

## Förderung der vestibulären Wahrnehmung

Das Gleichgewichtsorgan befindet sich im Labyrinth des Innenohres. Durch eine Verbindung des vestibulären Systems mit der Augenmuskelkontrolle entsteht die Wahrnehmung von Geschwindigkeits- und Richtungsänderung. Kinder lieben Bewegungen die das Sinnessystem anregen. Bsp.: hüpfen, kullern, drehen, springen, schaukeln, balancieren...In der Auseinandersetzung mit der Umwelt lernt das Kind eine aufrechte Körperhaltung und damit verbunden Orientierung im Raum. Ist das Gleichgewichtssystem nicht ausreichend trainiert können sich folgende Symptome zeigen:

(auch verantwortlich für Lesen und Schreiben in der richtigen Richtung)

- Schlechtes Gleichgewicht kann Unsicherheit hervorrufen
- geringes Selbstbewusstsein
- Verzögerung in der Entwicklung der Kopfkontrolle und anderen bedeutsamen Meilensteinen wie: Sitzen, Krabbeln und Laufen
- Bei schlechterem Muskeltonus ist es anstrengender sich gegen die Schwerkraft aufzurichten und daher fallen die Kinder häufiger und werden schneller müde.
- Schwierigkeiten in der Handlungsplanung, in der räumlichen Wahrnehmung und beim logischen Denken. Es können Probleme beim Rechnen entstehen.
- Auditive oder visuelle Probleme wirken sich auf das Lernen aus.
- Bewegungen langsam auszuführen bereitet Probleme.
- Bei unterempfindlichen vestibulären Sinnessystem: keinerlei Angst vor Höhen, wildes Schaukeln oder Drehen
- Bei überempfindlichen vestibulären Sinnessystem: Höhenangst , Abneigung gegen Schaukeln, Drehen, usw. Reiseübelkeit

Quelle: (Friedl, Siglinde; Institut für ganzheitliche Förderung:  
<http://www.ganzheitliche-foerderung.com/>)

## Förderung der kinästhetischen Wahrnehmung

Die kinästhetische Wahrnehmung beschreibt das Erleben und Spüren des eigenen Körpers in der Umwelt. Sie gibt dem Kind Informationen über die Stellung der Gliedmaße, über das Ausmaß der Körperkraft und darüber welche Kraft gerade aufgewendet werden muss. Sie bildet somit den Grundstein für die eigene Körperkontrolle (vgl. Zimmer, 2004).

Für die Verhütung von Unfällen sind die kinästhetischen Erfahrungen wesentlich. Kinder lernen dabei anderen Kindern auszuweichen oder das richtige Einsetzen ihrer Muskeln, um z.B. bei unebenem Boden nicht zu stürzen.

Diese Empfindungen und Erfahrungen werden jedoch in der multimedialen Umgebung, in der unsere Kinder sich tagtäglich bewegen, immer seltener. Einerseits bringt diese eine optische und akustische Reizüberflutung, aber auch Bewegungs- und damit auch Erfahrungsmangel mit sich. Unseren Kindern ist der natürliche Raum um Bewegungserfahrungen mit allen Sinnen erleben zu können, abhandengekommen. Um sich selbst und andere entsprechend wahrnehmen zu können, ist es wichtig die eigenen Sinne zu trainieren.

Die kinästhetische Wahrnehmung liefert dem Kind wichtige Informationen über die eigenen Bewegungen des Körpers und kann in vier Bereiche eingeteilt werden:

- Stellungssinn = visuelle Kontrolle (Wahrnehmung mit geschlossenen Augen)
- Bewegungssinn = Richtung, Geschwindigkeit
- Kraftsinn = Ausmaß der Muskelkraft für eine Bewegung
- Spannungssinn = willentliche Beeinflussung des Spannungsgrades der Muskulatur

Alle diese Kräfte werden benötigt, um ein gutes Zusammenspiel der Bewegungen mit dem eigenen Körper zu erfahren. Dazu müssen Kinder **hüpfen, springen, laufen, gehen, schaukeln, balancieren, schwingen, tanzen, drehen**. Je mehr Bewegungsangebot die Kinder in diesem Bereich erfahren, desto höher ist die Entwicklung der Tiefensensibilität und der Aufbau des Körperschemas.

Die folgenden Übungen sollen den Kindern die Möglichkeit bieten möglichst spielerisch an Hand der Geschichten und der bekannten Figuren, Abenteuer zu erleben und ihre Sinne zu schärfen. (vgl. Hildebrandt-Starmann, 2010)

## Förderung optischer Wahrnehmung

### Eine Welt voller Farben

Material: Handpuppen

Aus Papier oder Moosgummi Figuren in verschiedenen Farben im Raum gut sichtbar verteilen- am besten für jedes Kind mind. eines.

Variation: Die Grundfarbe aus Papier an die Wände hängen Format A4 und die Kinder zu dieser Farbe gehen lassen.

Ort: Gruppenraum

Bibi trifft Kiki bei seinem Morgenspaziergang. „Guten Morgen Kiki, jubiliert Bibi.

Kiki antwortet: „ Dir auch einen guten Morgen! Warum bist du heute so fröhlich?“

„ Ich hatte einen bunten Traum, der war wunderschön.“, antwortet Bibi.

Kiki fragt: „ Was ist ein bunter Traum?“ „ Setz dich mal bequem hin und mach deine Augen zu. Jetzt darfst du ein paar Minuten nicht sprechen. Versuch jetzt eine Farbe zu sehen wenn du ganz still bist.“, antwortet Bibi.

(Alle Kinder nehmen eine bequeme Haltung ein und werden still. Ca. 3 Minuten warten, dann mit einem Geräusch oder mit dem Massageball die Kinder wieder aus er Stille holen.

Entweder die Figuren im Raum sammeln lassen oder die Kinder zu der jeweiligen Farbe an der Wand stellen lassen. Die Kinder erzählen lassen was die Farbe für sie bedeutet. Alle Kinder können ihre Schätze nochmals verbalisieren und im Kreis verkehrt ablegen. Jetzt beginnt ein neues Spiel)

### Verkehrserziehung

#### Bibi und Kiki als Rennfahrer

Benötigtes Material:

Farbkarten: rot, gelb, grün, ev. Handpuppen Bibi und Kiki falls vorhanden,

1 Trommel, Kleingeräte zum Bauen einer Straße

Ort: Gruppenraum oder Bewegungsraum

Heute wollen Bibi und Kiki Rennfahrer spielen. Sie unterhalten sich darüber was sie als Rennfahrer wissen müssen. „ Bibi was weißt du eigentlich über Rennfahrer?“, fragt Kiki. „ Hmmm....lass mich einmal überlegen. Ich weiß, dass Rennfahrer...“

(Beginn im Sitzkreis-besprechen der Verkehrsregeln. Bibi und Kiki können als Handpuppen für die Kinder zum Sprechen benützt werden: nicht zusammenstoßen, bei rot und gelb darf nicht gefahren werden, nicht zu schnell fahren wenn ein anderer Fahrer direkt vor mir fährt,.....)

Mit Hilfe der Kinder wird eine Straße gebaut. Nachdem sie die Straße gebaut haben gehen sie an den Start. (Zuerst die rote Karte zeigen, dann die gelbe und danach die grüne Karte) Bei Grün können sie losfahren.

(1 Schlag auf der Trommel = 1. Gang langsam fahren, 2 Schläge auf der Trommel = 2. Gang, schneller fahren, 3 Schläge = 3.Gang, 4 Schläge= 4.Gang)

Bibi und Kiki fahren kreuz und quer durch die Straßen und passen immer auf, dass sie nicht zusammenstoßen. Auch die Ohren der beiden Rennfahrer müssen gut funktionieren, denn sie hören genau wie schnell sie fahren müssen. Auch auf die Ampel müssen sie gut aufpassen. Immer wenn die Ampel rot oder gelb zeigt müssen sie stehen bleiben. Nur bei Grün darf gefahren werden.

## **Bibi und Kiki und die rollenden Reifen**

Benötigtes Material:

1 Reifen für jedes Kind

Bibi und Kiki wollen nun auch das Auto genau betrachten. Die Räder sind besonders interessant. Jeder nimmt sich einen Reifen und versucht nun den Reifen zu rollen. Da ihnen das sehr gut gelingt beginnen sie neben dem Reifen herzulaufen ohne mit anderen Reifen zusammen zu stoßen. Bravo! Das machen die beiden schon sehr gut. Jetzt wollen sie eine andere Übung machen. Sie rollen den Reifen und versuchen ihn zu überholen und ihn dann mit dem eigenen Körper zu stoppen.

Jeder versucht es mit einem anderen Körperteil. (die Kinder Vorschläge machen lassen und das auch vorzeigen- mit er Hand, dem Bauch dem Knie dem Fuß,.....)

Zum Schluss versuchen sie noch eine sehr schwierige Aufgabe zu lösen. Dazu müssen sie sehr gut aufpassen und genau schauen. (Die Kinder in Kleingruppen aufteilen und hinter einer Linie stehen lassen. Es darf immer eine Gruppe die Reifen rollen und eine andere Gruppe darf nun versuchen durch die rollenden Reifen zu laufen, ohne diese zu berühren.)