

Sinneswahrnehmung – Spiele mit und für die Sinne

Einleitung

Hinsichtlich der Aufnahme und Verarbeitung von Informationen aus der Umwelt nehmen Wahrnehmungsleistungen eine Schlüsselfunktion ein. Wir erleben, empfinden und erkennen unsere Welt durch unsere Sinne. Wesentliche Voraussetzung für die Auseinandersetzung mit der Umwelt sind die Fähigkeiten, Sinnesreize mit den Sinnesorganen zu erkennen, zu differenzieren, zu interpretieren und zuzuordnen. Mit Hilfe unseres individuellen Empfindungs-, Vorstellungs- und Gestaltungsvermögens können wir die wahrnehmbare Wirklichkeit erleben und beeinflussen.

Das sensorische System kann sich nur dann optimal entwickeln, wenn gezielte Aktivität das Zusammenspiel der Sinne fördert und man dazu angeregt wird, sinnliche Wahrnehmung bewusst zu erleben. Die Sinnesorgane lassen sich selbst „nicht verändern, korrigieren, funktionsfähiger machen, wohl aber die Sensibilität ihrer Wahrnehmung“ (vgl. Zimmer, 2010, S. 62). Die (Weiter-) Entwicklung dieser Systeme ist dabei ein aktiver Prozess, der sich in Sammeln von Wahrnehmungs- und Bewegungserfahrungen vollzieht.

Voraussetzung für vielfältige Erfahrungsprozesse ist neben der regelmäßigen und zielorientierten Förderung der Wahrnehmungssysteme auch eine passende Umwelt, die dem Bedürfnis nach Aktivität und selbstständigem Handeln entgegenkommt. Die mediatisierte und technisierte Lebenswelt

der heutigen Kinder und Jugendlichen schränkt das Wahrnehmen über die verschiedenen Sinne allerdings immer stärker ein. Statt eigener unmittelbarer Erlebnisse und damit Erfahrung aus erster Hand zu sammeln, wird das Leben immer stärker aus der Zuschauerperspektive ge- und erlebt. Vor allem die Überflutung mit optischen und akustischen Reizeinwirkungen führt zu einseitigen Sinneserfahrungen. Wesentliche Ursachen für eine bewegungsfeindliche bzw. -eingeschränkte Gesellschaft sind im Anstieg des Autoverkehrs, der voranschreitenden Betonierung der Umwelt und in der zunehmenden Verstädterung zu sehen. Der Jugend wird immer mehr der natürliche Bewegungsraum genommen. Die Gelegenheiten für eine aktive, selbstbestimmte Aneignung ihrer Umwelt werden damit stark reduziert. Der Mangel an Bewegungs- und Körpererfahrungen führt zum Verlust von elementaren und sinnlichen Erlebnissen mit und in der Natur.

Fazit

Als Teil einer umfassenden Gesundheitsbildung sollten Kinder und Jugendliche dazu angeregt werden, die eigene sinnliche Wahrnehmung (bewusst) zu erleben. Die Förderung aller Sinneskanäle in einer natürlichen Umwelt sollte als pädagogische Intention zur Schulung der Sinne, der Persönlichkeit und des sozialen Lernens von Kindern und Jugendlichen genutzt werden.

¹ Zimmer, Renate (2010). Handbuch der Sinneswahrnehmung. Grundlagen einer ganzheitlichen Bildung und Erziehung. 8. Auflage der überarbeiteten Neuausgabe (19. Gesamtauflage). Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.

Differenzierung der Wahrnehmungssysteme

Die Sinneswahrnehmungskanäle des Menschen können in körperferne (Hör- und Sehsinn) und körpernahe Sinne

(alle übrigen Sinne) unterschieden werden. Innerhalb der Wahrnehmungssysteme haben folgende Sinne eine zentrale Bedeutung (vgl. Zimmer, 2010, S. 60f):

Wahrnehmungssinn	Fachausdruck	Sinnesorgane	Inhalte im Sportunterricht
Sehsinn	visuelles System	Augen	Erkennen, Unterscheiden, Zuordnen von Farben, Formen und Materialien
Gehörsinn	auditives System	Ohren	Identifikation und Unterscheiden von Geräuschen, Tönen, Klängen und Sprache, Art, Ort und Lautstärke der Schallquelle
Tastsinn	taktilen System	Haut, Hand, Mund	Ertasten, Vergleichen und Zuordnen von Materialien unterschiedlicher Größe, Form, Konsistenz, Gewicht, Anzahl, Oberflächen- und Stoffbeschaffenheit sowie Temperatur, Ertasten und Nachbilden von Formen
Muskel-empfindungssinn	kinästhetisches System	Sehnen, Muskeln, Gelenke	Lage- und Bewegungsempfinden, Stellung der Körperteile zueinander, Spüren und Verändern von Muskelspannungen, Einschätzen und Dosieren von Kraftimpulsen bei unterschiedlichen Bewegungen, Tiefensensibilität
Geschmackssinn	gustatorisches System	Zunge, Mund, Mundhöhle, Gaumen	Identifikation und Unterscheiden von verschiedenen Speisen bzw. Nahrung, Zusammensetzung von Nahrungsmitteln, Unterscheiden der vier Geschmacksqualitäten süß, sauer, salzig und bitter
Geruchssinn	olfaktorisches System	Nase, Nasenhöhle	Identifikation und Unterscheiden von verschiedenen Gerüchen, Zusammensetzung von Geruchssubstanzen
Gleichgewichtssinn	vestibuläres System	Gleichgewichtsorgan	Lage und Orientierung im Raum, Wahrnehmung von Beschleunigungen und Drehbewegungen des eigenen Körpers, Gleichgewichtsempfinden

Sinneswahrnehmung – Spiele mit und für die Sinne

Strukturierung der Karteikarten

Die folgenden Karteikarten zeigen einen umfassenden praktischen Einblick über vielfältige Spiel- und Übungsformen zur Förderung

	Sehsinn
	Gehörsinn
	Tastsinn²
	Gleichgewichtssinn
	Geruchssinn
	Geschmackssinn

² Durch die unmittelbare Beziehung zwischen dem taktilen und dem kinästhetischen Wahrnehmungssystem werden alle Spiel- und Übungsformen, die den Muskelempfindungssinn schwerpunktmäßig betreffen, dem Tastsinn zugeordnet.

der Sinneswahrnehmungssysteme. Die einzelnen Sinnesübungen werden jeweils farblich nach dem schwerpunktmäßig betroffenen Wahrnehmungssystem differenziert.

Jede Karte innerhalb jedes Wahrnehmungssystems wird einheitlich nach folgenden Strukturierungskriterien unterteilt:

Material:

Materialien und Geräte, die für das Spiel benötigt werden

Abhängig von den räumlichen Bedingungen werden bei den vorliegenden Sinnesübungen Gegenstände aus der Natur (z.B. Steine, Tannenzapfen, Holzstöcke, Sand, Bucheckern, Eicheln) oder Kleingeräte (z.B. Bälle, Kegel, Seile, Stäbe) als sinnliche Spiel- und Übungsgeräte verwendet. Vor allem bei den Naturgegenständen kann das Suchen schon zur pädagogischen Aufgabe gehören und den Teilnehmern (Wahrnehmungs-) Erfahrungen mit der Natur ermöglichen.

Organisationsform:

Differenzierung nach Einzel-, Partner- oder Gruppenaktion

Abhängig von dem Inhalt, den organisatorischen und den gruppenspezifischen Voraussetzungen können viele Spiel- und Übungsformen sowohl als Einzel-, als Partner- und /oder als Gruppenaktion geführt werden. Die entsprechende Adaption und

Modifikation sollte von dem Gruppenleiter situationsbezogen erfolgen.

Zielgruppe:

Differenzierung nach

- Kleinkinder (4-6 Jahre)
- Kinder (7-10 Jahre)
- Jugendliche (ab 11 Jahre)

Die Angabe der Zielgruppe hängt im starken Maße mit den individuellen und gruppenspezifischen Bedingungen und Voraussetzungen (z.B. Entwicklungsstand der Gruppenmitglieder, Alter, Homogenität bzw. Heterogenität der Gruppe) ab. Gegebenenfalls muss die ausgewählte Aktivität modifiziert und oder an die Gruppe angepasst werden.

Ort:

Differenzierung nach Sporthalle, Innenraum, Freigelände/Natur

Neben der Umsetzung von sinnlichen Aktivitäten in der Sporthalle, in einem Innenraum (z.B. Gruppen-, Klassen-, Gemeinderaum

etc.) werden auch vielfältige Spiel- und Übungsformen im Freigelände und in der Natur vorgestellt. Dies können ein Sportplatz, ein Pausenhof oder naturnahe Räume wie eine Wiese, ein Acker oder ein Wald sein. Die Wahl des Ortes muss neben der Spielintention oft von den örtlichen Voraussetzungen und räumlichen Gegebenheiten abhängig gemacht werden. Nicht alle aufgelisteten Spiel- und Übungsformen können an allen angegebenen Orten durchgeführt werden (z.B. zu kleiner Klassenraum für eine zu große Personenanzahl).

Hinweise zu Methodik und Sicherheit

Abhängig von der vorgestellten Spiel- und Übungsform werden noch Tipps und Anregung zur methodischen Umsetzung gegeben. Dies kann neben Sicherheitshinweise auch gruppenspezifische (z. B. Beachtung des Entwicklungsstandes der Gruppenmitglieder, dem Alter, der Homogenität bzw. Heterogenität der Gruppe) und organisatorische/räumliche Bedingungen und Voraussetzungen (z. B. Umgang mit Raum- und Naturgegebenheiten, den Witterungsbedingungen und den Geräten) sein.