

### Die Wahrnehmung

wir haben etwas zum Thema „Sinneswahrnehmung“ für Sie zusammengefasst.

Neben einigen Informationen zu den verschiedenen Wahrnehmungsbereichen möchten wir Ihnen praktische Beispiele mit an die Hand geben, die Sie zu Hause mit Ihren Kindern durchführen können.

#### Man unterscheidet folgende Wahrnehmungssysteme:

##### Die fünf Hauptsinne

- Auditive Wahrnehmung: das **Hören**
- Visuelle Wahrnehmung: das **Sehen**
- Taktile Wahrnehmung: das **Fühlen**
- Gustatorische Wahrnehmung: das **Schmecken**
- Olfaktorische Wahrnehmung: das **Riechen**

##### Zwei weitere Sinne zur Körper- und Eigenwahrnehmung

- Vestibuläre Wahrnehmung: das Gleichgewicht
- Propriozeptive Wahrnehmung: der Muskelsinn/ Tiefensensibilität

#### Als Wahrnehmung bezeichnet man den Prozess der Aufnahme und Verarbeitung von Sinneseindrücken

- Sinneseindrücke können durch Körperreize (z.B. Gefühle) oder durch Umweltreize entstehen
- Man kann die Sinneswahrnehmung als Kommunikation mit der Umwelt sehen, bewusst und unbewusst
- Auf eine Wahrnehmung reagiert der Mensch mit Verhalten und Motorik, wodurch die Wahrnehmung wieder beeinflusst werden kann

Bei einem gesunden Menschen sind alle Sinnessysteme von Geburt an funktionsfähig, sie müssen allerdings mit der Zeit noch weiter ausreifen. Ein Säugling gestaltet von Geburt an seine Entwicklung mit, da er von Natur aus selbsttätig und neugierig ist. Ein Neugeborenes kann beispielsweise seine Mutter bereits nach wenigen Tagen am Geruch erkennen.

Mit Hilfe der verschiedenen Sinne entdecken und erschließen sich Kinder ihre Umwelt und können sich selbstständig neue Dinge aneignen.

Ein Kind braucht Sinnesreize und Beachtung durch Erwachsene, um sich ganzheitlich gesund entwickeln zu können. Wenn es in einer Umgebung aufwächst, in der ihm keine Reize geboten werden, kann es zu Defiziten in den verschiedenen Bereichen wie Motorik, Kommunikation und emotionale Entwicklung kommen.

**Hier finden Sie einige Beispiele, wie Sie ihrem Kind zu Hause spielerisch Anreize bieten den können, welche die Wahrnehmung fördern:**

*Ideen für Kinder unter 3 Jahren:*

#### Taktile Wahrnehmung („Fühlen“)

Auf einer Wiese wird ein kleiner Parcours aufgebaut (Decke, Holzbausteine, Bälle, etc.). Die Kinder können sich dann barfuss auf der Wiese bewegen und mit ihren Händen und Füßen die verschiedenen Materialien wahrnehmen.

Die Wahrnehmung der Kinder kann von Erwachsenen dabei sprachlich begleitet werden (z.B. „das Gras kitzelt an den Füßen“ oder „die Wiese ist nass vom Regen“, ...). So wird zeitgleich auch die sprachliche Entwicklung Ihres Kindes gefördert.

#### Visuelle-/ Auditive Wahrnehmung („Sehen“ und „Hören“)

Leere, durchsichtige Plastikflaschen werden mit verschiedenen Materialien befüllt (Perlen, Sand, Kastanien, kleine Glöckchen, bunt gefärbtes Wasser, Glitzer, ...).

**Wichtig ist es, die Flaschen kindersicher zu verschließen (z.B. Deckel zukleben)!**

Nun können die Flaschen von den Kindern betrachtet, geschüttelt, gerollt, etc. werden.

Die Flaschen unterscheiden sich in Optik, Klang, Gewicht und gegebenenfalls Größe.

*Ideen für Kinder über 3 Jahren:*

### Taktile Wahrnehmung („Fühlen“)

( Hinweise: eine Anleitung zum Tastpfad finden Sie auch unter unserer Rubrik Bewegung und Gesundheit)

Mit geschlossenen Augen können verschiedene Gegenstände getastet und bestimmt werden. Dazu eignen sich Naturmaterialien (Tannenzapfen, Stöcke, Steine, Blätter u.ä.), Gegenstände in verschiedenen Formen, Alltagsgegenstände usw. sehr gut. Möglich wäre auch ein „Tast- Memory“, bei dem zwei gleiche Gegenstände ertastet werden sollen.

### Auditive Wahrnehmung („Hören“)

Mit geschlossenen Augen kann das Kind verschieden Geräusche erraten. Dazu können Sie verschiedene Gegenstände benutzen, die Sie zu Hause haben. Mit verschiedenen Töpfen und einem Kochlöffel könnten die Kinder bestimmen, welcher Ton der „höchste“ oder „tiefste“ Ton ist und welcher Ton am Längsten klingt.

### Vestibuläre Wahrnehmung („Gleichgewicht“)

Die Kinder können auf einer aufgemalten Linie, einem Seil, einem Besenstiel o.ä. balancieren.

Um den Schwierigkeitsgrad etwas zu steigern, kann das Kind in eine Hand einen Gegenstand nehmen (z.B. eine volle Wasserflasche, einen Löffel mit einem kleinen Ball darauf usw.).

**In der Regel haben Kinder jedes Alters viel Freude daran, wenn sie ausprobieren und „matschen“ dürfen. Besonders Sand, Wasser, Farben, Rasierschaum( Bitte achten Sie auf Allergien) usw. sind dabei sehr beliebt und fördern zudem die Wahrnehmung Ihres Kindes 😊**