

DEN EIGENEN KÖRPER KENNENLERNEN – SPIELE FÜR KINDER

Wimmelköpfchen Oktober 30, 2017 Lernen & Struktur

Jedes Kind sollte ab einem gewissen Alter über Grundkenntnisse des eigenen Körpers verfügen. Dazu gehört nicht nur die Benennung der einzelnen Körperteile, sondern auch die Kenntnis über deren Funktion. Das Kind muss wissen, dass wir zwei Beine und Arme, einen Bauch, eine Nase, einen Mund usw. haben aber auch, dass der Körper über eine Vorder- und Rückseite verfügt sowie, welche Körperteile zu der jeweiligen Seite gehören. Für eine gut funktionierende Körperkoordination ist es zudem wichtig zu wissen, dass unser Körper eine Mittellinie hat und von der aus zwei Seiten, die sich getrennt voneinander oder bewusst zusammen (bilaterale Motorikoordination) bewegen können.

WOZU WISSEN ÜBER DEN KÖRPER?

Eine unzureichende Körperkenntnis kann sich auf vielfältige Weise zeigen. So lässt sich häufig beobachten, dass einige Kinder bei der Aufforderung sich auf den Bauch zu legen unsicher werden, und sich stattdessen auf den Rücken legen. Ein Kind, welches einen Menschen mit vier Armen malt zeigt ebenso, dass es noch über ein mangelndes Wissen über den Körper verfügt, wobei hier immer die Malentwicklung abhängig vom Alter beachtet werden sollte. Beispielsweise sind die sogenannten Kopf- oder Gliederfüßler in einem Alter von 3-4 Jahren vollkommen normal.

Eventuell fällt die richtige Lokalisation eines Körperteiles dem Kind nicht nur bei sich selbst, sondern auch bei anderen oder auf einer Abbildung schwer. Allein die mündliche Anweisung sich auf das linke Bein zu stellen kann das Kind vielleicht nicht ausführen, da es nicht in der Lage ist das betreffende Körperteil zu orten. Die Berührung des jeweiligen Beines kann hier hilfreich sein.



SPIELE ZUM KENNENLERNEN DES KÖRPERS:

BODYPAINTING

Körperkunst mit Farbe macht nicht nur Spaß, sondern ist zudem noch ein sehr sinnliches Erlebnis. Verwendet werden kann hier Fingerfarbe, Wassermalfarbe oder auch Theaterschminke. Alternativ kann auch Rasierschaum verwendet werden. Es geht darum den eigenen Körper bewusst wahrzunehmen und zu entdecken, aber auch den Körper des anderen zu entdecken. Anweisungen wie: „Male deine Knie, Handrücken, Schultern oder Ellenbogen an!“ können die Körperbegriffe weiter festigen. Auch bekommen Begrifflichkeiten wie rechts und links, oben und unten oder vorne und hinten Bedeutung. Weiterhin ist das Wahrnehmen ein wichtiges Thema. Wo bin ich besonders empfindlich oder kitzelig, was empfinde ich als angenehm oder unangenehm auf meinem Körper?

KÖRPERUMRISS MALEN

Auf einem großen Packpapier oder einer Tapete wird der Umriss des Kindes aufgemalt. Dazu legt sich ein Kind auf das Papier während ein anderes Kind den Umriss malt. Folgende Varianten können umgesetzt werden:

- Der Umriss kann ausgeschnitten werden.
- Der Umriss kann ausgemalt werden.
- In den Umriss können grob die Organe an die entsprechenden Stellen gemalt werden.
- In den Umriss kann das Kreislaufsystem gemalt werden.
- In den Umriss können die wichtigsten Muskeln, Knochen oder Gelenke gemalt werden.
- Der Umriss kann mit dem Zentimetermaß oder einem Bindfaden vermessen werden, so dass Körpergrößen, Fußgrößen, Beinlängen etc. mit anderen Umrissen verglichen und in Beziehung gesetzt werden können.

Hier kann auch auf anatomische Vorlagen/ Abbildungen oder Skelette zurückgegriffen werden.

EIN KÖRPERTEIL ODER -SINN IST TABU

Wie ist es eigentlich mit einem Handicap zu leben? Was ist, wenn ein Körperteil oder ein Körpersinn fehlt? Beispielsweise lässt sich ein Kind mit verbundenen Augen von einem anderen Kind durch die Räume führen oder die Kinder versuchen sich ohne Sprache zu verständigen, die Hände dürfen nicht zum Essen genutzt werden, die rechte Hand darf für einige Zeit nicht zum Einsatz kommen usw. Bereits bei der Anweisung den Daumen nicht zu benutzen werden die Kinder bemerken, wie wichtig jedes kleinste Körperteil für uns ist und das Bewusstsein für den Körper wird gestärkt.

DAS STETHOSKOP BENUTZEN

Im Handel gibt es bereits günstige Spiel-Stethoskope mit denen sich der Herzschlag abhören lässt. Wo genau befindet sich eigentlich das Herz? Hört man den Herzschlag auch am Bauch oder Bein? Dies an sich selbst sowie beim Anderem herauszufinden macht Kindern in Form von Doktorspielen immer großen Spaß. Wo lässt sich der Pulsschlag überall fühlen und an welchen Stellen des Körper fühlt man den Puls wenig oder gar nicht?

KÖRPER- UND GESICHTSPUZZLE

Körper- und Gesichtspuzzle gibt es überall im Handel zu erwerben. Eine andere Möglichkeit wäre ein Foto des Kindes in Streifen oder Stücke zu zerschneiden und daraus ein eigenes Puzzle zu erstellen. Eine gute Portrait-Aufnahme lässt sich wunderbar in Streifen (Haaransatz, Stirn, Augenbrauen, Augen, Nase, Ober- und Unterlippe, Kinn, Hals...) unterteilen, die wieder zusammengeklebt werden können.

KÖRPERTEILE FINDEN UND BENENNEN

Die Kinder sollen an sich selbst, an anderen oder in Abbildungen ein bestimmtes Körperteil finden, bzw. ein Körperteil auf das gezeigt wird benennen. Dazu eignen sich besonders gut Bilderbücher über den Körper oder bestimmte Körperspiele wie beispielsweise:

- Massagen mit Igelball an vorgegebenen Körperstellen
- Gewichtung mit Sandsäckchen auf bestimmte Körperteile
- alle Arten von Bewegungsspielen, bei denen vorgegeben wird welche Körperteile bewegt werden sollen (zum Beispiel: „Hüpfe auf einem Bein.“ „Klatsche 3x in die Hände.“ „Stampfe mit dem Fuß auf.“ usw.)
- Spiele wie Twister oder Kartenspiele über den Körper
- Reime und Lieder mit Körperbegriffen