

Sensorik

Übungen, die du alleine machen kannst:

Übung: Wie fühlt sich das an?

Bei dieser Übung geht es darum deinen Tastsinn zu schärfen. Schließe die Augen und berühre vorsichtig dein Gesicht. Nimm die Formen wahr und beschreibe sie wenn du Lust hast. Du kannst dir auch Gegenstände vornehmen und diese abtasten. Wie fühlt sich das an?

Übungen für die du einen oder mehrere Spielpartner brauchst (Gekennzeichnet durch Nummer in Klammern)

Übung (2): Blind

Schnapp dir dein Geschwisterkind oder deine Mama oder Papa. Dann verbindet einem von euch die Augen und führt euch gegenseitig durch die Wohnung, auf den Balkon oder in den Garten. Natürlich könnt ihr auch einen kleinen Spaziergang in den Wald oder auf die Felder unternehmen. Derjenige mit verbundenen Augen versucht aktiv die Umgebung wahrzunehmen. Was hörst du? Was fühlst du? Was riechst du? Der Führende kann nun dem Geführten Gegenstände in die Hände legen und der Geführte darf nun erraten was das ist.

Übung (2): Spiegel

Eine Person ist der Spiegel (S) und die andere Person ist der Bestimmer (B). Nun darf Person B Bewegungen machen und Grimassen schneiden. Person S versucht alles möglichst zeitgleich nachzumachen.