



Liesa Schick. M.A.

Psychomotorikerin & SI-Pädagogin, Gesundheitsmanagement, Motopädagogik, Sensorische Integration im Dialog



## SENSIMOTO

### PSYCHOMOTORISCHE ENTWICKLUNGSFÖRDERUNG & SENSORISCHE INTEGRATION

*„KINDER WOLLEN SICH BEWEGEN, LERNEN DURCH ERLEBEN“*

Das Konzept „SensImoto“ beschäftigt sich mit Bewegungsspielen/Übungen aus der „Sensorischen Integration im Dialog“ nach Ulla Kiesling und dem psychomotorischen Bewegungsprogramm nach Ernst Kiphard.

Vor allem in der Schule und im Kindergarten soll es ein wertvoller Beitrag zum ressourcenorientierten Arbeiten sein und als erstes Screening dienen, um Kinder mit Wahrnehmungsschwächen verstehen, begreifen und unterstützen zu lernen.

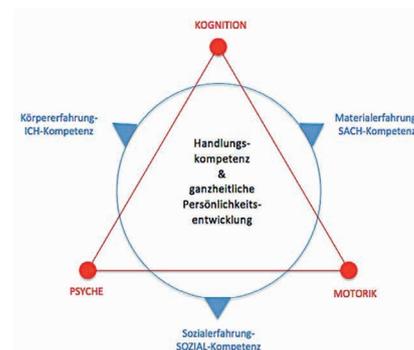
In offenen, kreativen Spiel- und Bewegungssituationen werden Kinder in ihrer Entwicklung und Persönlichkeit ganzheitlich gefördert. Sie erlernen soziale Kompetenzen und können durch Stärkung ihrer Basissinne, ihre Körperwahrnehmung und Körperkontrolle verbessern, was sich positiv auf ihre Gefühlswelt und ihr Selbstbild auswirkt. Jedes Kind ist wichtig für den Prozess und kann seine persönlichen Kompetenzen einbringen. Eigene Ideen finden hier ihren Raum und Akzeptanz.



### WAS IST DIE PSYCHOMOTORISCHE ENTWICKLUNGSFÖRDERUNG?

Die Psychomotorik ist ein Konzept zur ganzheitlichen Entwicklungsförderung durch Bewegung und Wahrnehmung. Sie beinhaltet den pädagogisch/-präventiven Teilbereich der Motopädagogik und den therapeutisch/-rehabilitierenden Teilbereich der Mototherapie.

In der psychomotorischen Förderung machen Kinder vielfältige, positive Körpererfahrungen zur Stärkung ihrer **ICH-Kompetenz**. Sie lernen sich selbst besser einzuschätzen und an/-erkennen ihre Stärken und Schwächen. Außerdem werden verschiedenartige Materialien zum Experimentieren zur Verfügung gestellt, die zur Stärkung ihrer **SACH-Kompetenz** beitragen.



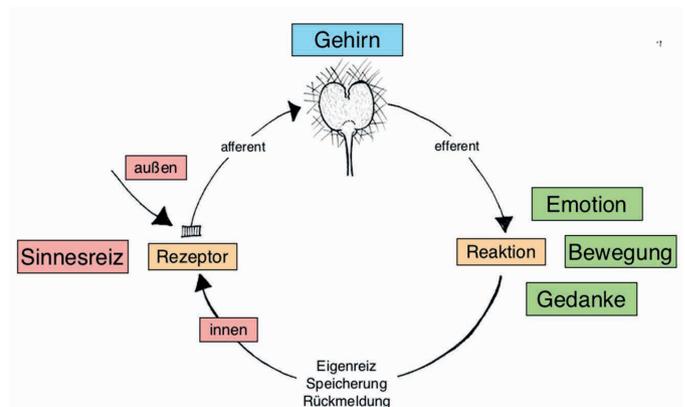
Da der psychomotorische Unterricht oft in Gruppen stattfindet, machen die Kinder hierbei wichtige soziale Erfahrungen im Umgang mit anderen Kindern zur Stärkung ihrer **SOZIAL-Kompetenz**. Erlebnisse in diesen drei Bereichen stärkt einerseits die fürs Leben notwendige **Handlungskompetenz** und eine **ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung** auf allen drei Ebenen (Körper-Geist-Seele).

In der Psychomotorik wird dem Kind ein **räumlicher und zeitlicher** Erfahrungsraum zur Verfügung gestellt. In diesem kann es ausprobieren und damit seine eigene Entwicklung vorantreiben und das in seinem Tempo ohne sich mit anderen vergleichen zu müssen. Wichtig hierbei ist auch die **Beziehung** zur Bezugsperson selbst. Der/Die Psychomotoriker/in schafft ein wertschätzendes Umfeld, indem sich das Kind traut, sich und seine Fähigkeiten selbst zu entdecken und zu bestärken. Hier gilt der Leitsatz „So wenig wie möglich, aber so viel wie nötig“. Dazu gehört es auch Fragen zu stellen, statt Antworten aufzusaugen, Dinge zu hinterfragen und problemlösend und selbstbestimmt zu handeln. Kindern soll die Möglichkeit gegeben werden, Fehler zu machen, daraus zu lernen und damit selbstwirksam eine Antwort auf ihr Problem zu finden. Somit wird dem Kind vermittelt: „Du schaffst das!“ und ermutigt sich selber mehr zuzutrauen. Ein wichtiger Schritt für die Entwicklung eines positiven Selbstbildes.

Hier bestätigt sich, dass das **WIE** in der Psychomotorik immer wichtiger ist als das **WAS**. Wie kommuniziere ich? (**BEZIEHUNG**), Wie groß ist mein Handlungsraum? (**RAUM**), Wie geduldig bin ich? (**ZEIT**). Der Fokus liegt nicht auf dem Inhalt (**WAS**), sondern auf meiner persönlichen Haltung den Kindern gegenüber.

## WAS IST SENSORISCHE INTEGRATION?

Das SI-Konzept basiert auf neurophysiologischem und entwicklungspsychologischem Wissen. Die Sensorische Integration ist das Zusammenspiel und die Vernetzung aller Sinne. Durch sensorisch-integrative Übungen werden Sinnesreize gesetzt, die über die Sinneskanäle aufgenommen, verarbeitet, geordnet, vernetzt werden und somit eine Reaktion (Emotion, Bewegung, Gedanke) hervorrufen. Frühkindliche Bewegungsmuster werden wiederholt, um damit nochmals wichtige Entwicklungsphasen zu durchgehen und Erfahrungslücken zu schließen. In der Sensorischen Integration bilden die Basissinne das Fundament (die Wurzeln), auf die alle anderen Leistungen aufbauen. In dem wir die Basissinne stärken, verbessern sich gleichzeitig alle darauf aufbauenden Fähigkeiten wie Konzentration, Schreiben, Lesen, Rechnen, Selbstvertrauen, Selbsteinschätzung, Impulskontrolle, etc.).

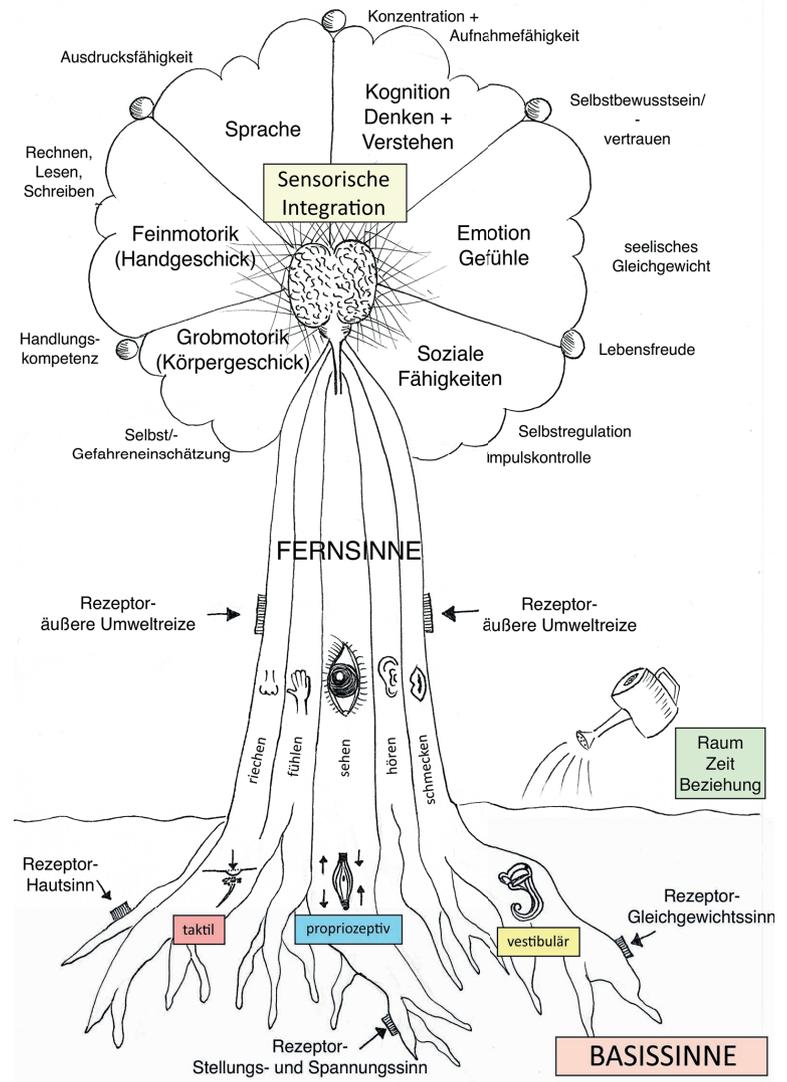


## DIE ENGE VERBINDUNG VON SENSORIK UND MOTORIK

Wahrnehmung und Bewegung gehören zusammen und beeinflussen sich gegenseitig. Durch ihre Koppelung kann sich ein Kind aktiv mit sich und seiner Umwelt auseinandersetzen und seine Entwicklung unterstützen. Ist ein Kind nicht fähig sich zu bewegen, so ist auch seine Fähigkeit, Informationen über die Sinneskanäle aufzunehmen, eingeschränkt. Bei Wahrnehmungsverarbeitungsschwächen hat das Kind Probleme eine koordinierte Bewegung zu entwickeln. Sensomotorische Erfahrungen beeinflussen demnach die sinnliche Wahrnehmungsbildung und Bewegungsleistung. Mit 7-8 Jahren ist das sensomotorische Gedächtnis auf dem Höhepunkt seiner Leistungskapazität und bietet die Grundlage für eine intellektuelle, soziale und persönliche Entwicklung.

### -SENSIMOTO- WAHRNEHMUNGSBAUM

(Abb.: Liesa Schick, 2019)



## DIE 3 BASISSINNE

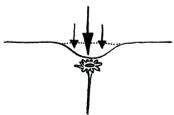
Die drei Basissinne arbeiten mit körpernahen, basalen Reizen, deshalb werden sie auch Nahsinne genannt. Zu den Fernsinnen zählen hingegen: Hören, Riechen, Schmecken, Sehen, Fühlen und nehmen Reize aus der äußeren Umwelt auf. Schon im Uterus haben die Basissinne eine besondere Aufgabe. Die Fernsinne entwickeln sich erst etwas später in der Entwicklung des Kindes. Gibt es eine Störung dieser drei Basissinne, zeigt sich das in einer Über- oder Unterempfindlichkeit. Die Systeme beeinflussen sich gegenseitig. Wenn ein Kind vestibulär unterempfindlich ist, dann kann es auch eine Überempfindlichkeit an der Haut zeigen. Ebenso kann man an dem Muskeltonus erkennen (schlaff oder angespannt), ob das Kind gut sensorisch integriert ist, denn ein gutes Zusammenspiel aller Sinne reguliert die Muskelspannung.



### GLEICHGEWICHT – VESTIBULÄR

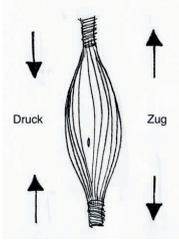
Das Vestibulärorgan ist im Innenohr angelegt. Bereits im Uterus wird das Kind durch Bewegungen im Fruchtwasser stimuliert. Es ist eng mit dem visuellen Sinn verbunden, denn dadurch halten wir uns im Gleichgewicht. Kleine Sinneshärchen sind die Rezeptoren für bestimmte Reize wie: Abbremsbewegungen, Geschwindigkeitsänderungen (Beschleunigung), Schwerkrafteinwirkungen (Höhen und Tiefen), Drehbewegungen etc. Wenn ein Kind zu wenig vestibuläre Information erhält, unterempfindlich ist, dann ist der Muskeltonus eher hypoton – schlaff. Bei Überempfindlichkeit meidet das Kind Bewegungen und wirkt eher angespannt.

### HAUTSINN – TAKTIL



Das taktile System ist das erste Sinnessystem, das sich im Mutterleib bildet. Die Haut und das Nervensystem entwickeln sich aus dem gleichen Gewebe und sind somit Bestandteile des Gehirns. Es reagiert vor allem auf taktile Reize wie leichte Berührungen, Temperaturunterschiede und Schmerz. Außerdem hat es großen Einfluss auf unser emotionales Wohlbefinden. Ein seelisches Ungleichgewicht wird oft durch die Haut ausgedrückt. Probleme in der Sprachentwicklung (abstrakt) werden häufig mit der Über- oder Unterempfindlichkeit der Haut in Verbindung gebracht. Meistens ist hier auch eine Unterempfindlichkeit in der Tiefenwahrnehmung zu erkennen.

C60 D80



### TIEFENWAHRNEHMUNG – SPANNUNGS/-STELLUNGSSINN - PROPRIOZEPTIV

Eine Reizsetzung zur Stimulierung der Tiefeninformation bedeutet Druck und Zug an Muskeln, Gelenken und Sehnen. Da die Rezeptoren des propriozeptiven Systems Rückmeldung über den eigenen (=proprio) Körper geben, wird es auch Eigenwahrnehmung genannt. Bereits das Drücken durch den Geburtskanal gibt dem Kind wichtige Stimulation zur Bewegungsempfindung. Bekommt das Kind ungenügend Information erkennt man das oft an dem Ungleichgewicht des Muskeltonus (schlaff/angespannt) und der mangelnden Kraftdosierung. Das System ist eng mit dem Gleichgewichtssinn und Hautsinn verbunden. Somit erreicht das Arbeiten über jenen Sinneskanal den ganzen Menschen. Starke Reize über Druck und Zug (großflächiger Tiefendruck) können bei einer „unreifen, abwehrenden“ Haut helfen, sowie bei Problemen im Gleichgewicht, da jede Lageveränderung eine propriozeptive Antwort auslöst.

## PSYCHOMOTORISCHE & SI- ÜBUNGEN ZUR FÖRDERUNG DER 3 BASISINNE



### DAS VESTIBULÄRE SYSTEM

#### Rotation über die drei Körperachsen (Tiefen/-Längs- & Breitenachse)



**Rollbrett:**  
Anfahren und Abstoppen



**Trampolin oder Pezziball** oder  
Springen auf Weichboden:  
Auf- und Ab-Bewegungen



**Rutschen** auf schiefer Ebene:  
Senkrechte Geradeausbewegung



**Schaukel** mit Ringen:  
Pendelnde Hin- und Her-  
Bewegungen



„**Hängematten**“ aus Decken Seilen &  
Ringen  
Schwingen in Längsrichtung



**Schaukelbrett** aus Leiter und Matte



**Karussell**



Mit **Klettertauen** schwingen



**Ringe** – ein- und ausdrehen



**Purzelbaum**



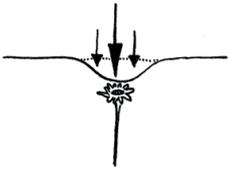
**Therapiekreisel**



**Wippe**

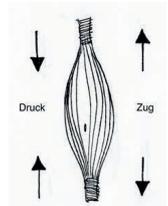
C60 D80

## DAS TAKTIL-KINÄSTHETISCHE SYSTEM



### Unterschiede in der Reizsetzung (taktil & propriozeptiv):

Ein Berührungsreiz kennzeichnet sich durch einen reduzierten Druck auf der Haut. Ein Reiz, der Tiefeninformation vermittelt ist fester und großflächiger und geht in die Tiefe - „unter die Haut“. Bei einer Reizsetzung verweilt man einen Moment auf der Stelle, lässt dann ab und gibt eine kurze Pause zur Integration. Kinder müssen für die Aufnahme bereit sein.



## Gewichtige Materialien/ Zug und Druck/ unterschiedliche Materialkonsistenzen



**Sandschlangen – Säckchen** tragen  
oder auf den Körper legen



**Bausteine** oder dicke Kataloge  
transportieren



**Sandsäcke** hochziehen  
oder **Sandwich** mit dicker Matte



**Schwimnudeln** oder **Stäbe** unter  
der Matte



**Krabbeln** auf verschiedenen  
Unterlagen



**Tunnelschlauch**



**Pezziball** drückt großflächig auf Körper.



**Kasten und Tau (Zug)**



**Fliegender Teppich (Zug)**



**Knete-** Hände und Füße einkneten



**Pizzabacken** oder Fax-maschine



**Bohnen** - Tastmemory

## PSYCHOMOTORISCHE BEWEGUNGSSPIELE ZUR FÖRDERUNG DER 3 BASISINNE

### ■ Motorisierte Schildkröten

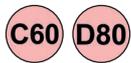
Material: Rollbretter, Seile, Teppichfliesen/Tücher in rot,gelb,grüner Farbe

Aufgabe ist es mit den Seilen ein Unterwasser-Straßennetz zu bauen, in denen sich die motorisierten Schildkröten (Kind in Bauchlage auf Rollbrett) fortbewegen können. Dort gibt es aber auch Ampeln, die den Verkehr regeln (Spieleiter/in). Bei rot bleiben die Schildkröten stehen, bei gelb, machen sie sich bereit und bei grün fahren sie los.

### ■ Mattenmonster oder Yeti

Material: 2 Matten + Reifen + Fußgewichte (0.5 – 1 kg)

Ein bis zwei Kinder liegen unter einer Matte. Sie wurden als Mattenmonster bestimmt und schlafen tief und fest in ihrer Höhle. Die anderen Kinder dürfen sich leise über die Matte rollen, aber sanft damit das Monster nicht aufwacht. Beim



Signal: „Das Mattenmonster ist los“, kommt es aus seiner Höhle heraus und versucht die anderen Kinder zu fangen. Die Gefangenen müssen sich auf der Matte sammeln.

### ■ **Körperumrisse zeichnen**

Material: Matten + Kreide oder Seile

Die Kinder gehen in Paare zusammen. Ein Kind liegt auf einer Matte, das andere zeichnet die äußeren Umrisse des Körpers mit Kreide auf die Matte. Jene Körperposition kann von dem anderen Kind versucht werden einzunehmen.

### ■ **„Entschuldigung“ - Kissenschlacht**

Material: 1 Kissenüberzug, prall gefüllt

Die Kinder bilden einen Kreis, in der Mitte steht ein Kind, das versucht das schwere, prall gefüllte Kissen zu fangen und im Uhrzeigersinn immer wieder zum nächsten Kind zu schießen, dabei darf man laut „Entschuldigung“ rufen.

### ■ **Sumo Ringer**

Material: 2 Kissenüberzüge, prall gefüllt oder 2 Decken + 2 T-Shirts + 1 Matte

Das schwere Kissen kann man sich auch gut unter ein T-shirt stopfen und zu einem Kampf antreten. Ziel ist es den Gegner aus den Mattenring zu stoßen, aber es dürfen nur die Kissenbäuche dazu verwendet werden. Variation: Knoten in Decke knüpfen.

### ■ **Schwimmnudel-Catch**

Material: 2 Schwimnudeln

Die Gruppe besteht aus 5-6 Kindern. Der/Die Spielleiterin muss mit den Namen der Kinder vertraut sein. In der Mitte befindet sich eine Schwimnudel, die mit je einer Hand der Kinder berührt wird. Die Kinder bewegen sich im Kreis, sobald aber ein Name eines Kinder gerufen wird, fasst dieser die Schwimnudel und versucht die Kinder so schnell wie möglich abzuschlagen.

### ■ **Motte und Fledermaus**

Material: 1-2 Augenbinden

Die Kinder bilden einen Kreis, in jenen dürfen sich die ernannte Motte und Fledermaus bewegen. Der Fledermaus wird jedoch die Augen verbunden. Sie muss versuchen nur durch Geräuscherkennung die Motte zu schnappen. Macht die Fledermaus „Piep“, muss die Motte mit einem „Plop“ antworten. Das Spiel ist vorbei, wenn die Motte gefangen wurde.

## ■ Sensimotor Wahrnehmungszug - zur Selbsterfahrung

Material: Sprühflasche, Luftballone, Decken, Matten, Trommel, Musikbox, Federn, Augenbinden

Die Teams gehen jeweils zu viert zusammen. Sie bilden einen Zug und legen jeweils die Hände auf die Schulterblätter des/der Vordermannes/frau ab. Alle tragen eine Augenbinde außer der/die Steuermann/frau. Er/Sie befindet sich am Schluss des Zuges und hat die Verantwortung den Zug trotz aller Hindernisse (sinnliche Reize) durch den Sinnesparcour zu führen.

### LITERATUR:

- Biedermann, K. (1999): Anregungen zur Therapiegestaltung nach SI-Grundlagen in Illustrationen. Dortmund: verlag modernes lernen Borgmann.
- Junge, U. (2018): Das Wahrnehmungshaus, Hintergrund und Umsetzung der Sensorischen Integration und sensomotorischen Wahrnehmungsförderung. (4., Aufl.). Hamburg: print-o-tec Mediengestaltung.
- Kiesling, U. (2017): Sensorische Integration im Dialog, verstehen lernen und helfen, ins Gleichgewicht zu kommen. (10., Aufl.). Dortmund: verlag modernes lernen Borgmann.
- Köckenberger, H. (2016). Vielfalt als Methode. Methodische und praktische Hilfe für lebendige Bewegungsstunden, Psychomotorik und Therapie. (3., Aufl.). Dortmund: Borgmann.
- Lohmann-Falkner, R. (2013). Wut ablassen ohne wehzutun. (2.Aufl.). München: Don Bosco.
- Nacke, A. (2013). Ergotherapie bei Kindern mit Wahrnehmungsstörungen. (3., Aufl.). Stuttgart: Thieme.
- Sinning, S. & Lange, H. (2012). Kämpfen, Ringen und Raufen. (3. Aufl.). Wiebelsheim: Limpert.
- Zimmer, R. (1999): Handbuch der Psychomotorik. Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung von Kindern. Freiburg, Basel, Wien: Herder.