

Følesansen

Det kilder. Det kradsler. Det er blødt. Det er hårdt. Jeg mærker min krop. Jeg mærker kropskontakten fra de andre børn.

Placering: sanseceller i slimhinderne og huden.

Registrerer: varme, kulde, tryk, smerte, konsistens og form.

Betydning: følelsen af nærvær og tryghed.

Aktiviteter: massage, tumble- og kildelege, leg i vand, leg med bare fødder og let påklædning.

Muskel-/ledsansen

Er min arm bøjet eller strakt? Hvor hårdt skal jeg sparke til bolden? Jeg kan mærke hvor min hånd er, selvom jeg har lukkede øjne

Placering: sanseceller i muskler, sener og led.

Registrerer: muskler og seners spændingstilstand og lemmernes position i forhold til hinanden.

Betydning: kropsfornemmelse, balance, bevægelseskontrol og kraftafstemning.

Aktiviteter: tumble, kravle, klatre, springe, hoppe, kaste, gribe, trække, skubbe, slå, sparke og efterligne andres bevægelser.

Høresansen

Det larmer når jeg spiller tromme. Jeg kan høre om jeg er inde eller ude, i et stort rum eller i et lille rum. Musik giver mig lyst til at danse.

Placering: ørerne.

Registrerer: lyde.

Betydning: rytme, orientering, talesprog, motivation og stemning.

Aktiviteter: remser, sanglege, musik, dans, lege med kalderåb og lydssignaler, stilleleg og historiefortælling.

Vestibulærsansen

Hvad er op og hvad er ned? Jeg løber hurtigt i mange forskellige retninger. Jeg snurrer rundt og bliver rundtosset! Det kilder i maven.

Placering: det indre øre.

Registrerer: hovedets bevægelser og position i forhold til lodret.

Betydning: balance, orienteringsevne, muskeltonus og koncentration.

Aktiviteter: rulle, snurre, gynge, rutsje, hovedet nedad, hop, spring, løbe rundt imellem hinanden.

Synssansen

Sæbeboblerne i luften giver mig lyst til at løbe. Verden ser anderledes ud med hovedet nedad. Jeg kan se det på dig, når du er glad.

Placering: øjnene.

Registrerer: visuelle indtryk.

Betydning: orientering, balance, kropskontrol, kropsbevidsthed, efterligning, øjenkontakt, kommunikation, udforskning og æstetik.

Aktiviteter: fangelege, gemmelege, hente, bringe-lege, boldlege og lege hvor man skal følge hinandens bevægelser.

Lugte- og smagssansen

Jeg kan dufte græsset på legepladsen og maden fra køkkenet. Jeg kan smage om maden er sød, sur, bitter eller salt.

Placering: næse og mund.

Registrerer: lugte og smagsindtryk.

Betydning: lyst til at spise og drikke, lyst til at røre ved og være i nærheden af. Gode lugte- og smagsoplevelser giver overskud og lyst til bevægelse.

Aktiviteter: Smage og dufte til forskellige ting med bind for øjnene. Gode, spændende måltider med tid og mulighed for at sanse maden.

