

# Gleichgewicht (vestibuläre Wahrnehmung)

**Hinweis:**

Die Rezeptoren, die für das Gleichgewicht verantwortlich sind, befinden sich im Innenohr. Der Gleichgewichtssinn informiert darüber, in welcher Lage sich der Körper im Raum befindet, und gibt Informationen bezüglich der Geschwindigkeit und der Richtung unserer Bewegungen.

Als Störungen der vestibulären Wahrnehmung sind die Überempfindlichkeit und die Unterempfindlichkeit zu nennen.

Die Überempfindlichkeit zeigt sich dadurch, dass das Kind z.B. bei Bewegungsspielen ängstlich ist. Der Grund dafür liegt in der bedrohlich erlebten Lageveränderung. Bei der Unterempfindlichkeit erhält das Kind nicht genügend Informationen durch die Bewegungen. Dies führt dazu, dass das Kind vestibuläre Stimulationen braucht, wobei das Einschätzen von Gefahren nicht gelingt.

Das Gleichgewicht kann generell gut im Turnsaal beobachtet werden, z.B. bei einem Bewegungsparcours. (Vgl. Meier/Richle, 2004, S. 57)

Bereich	Inhaltliche Beispiele	Referenzbereich	Beobachtungsmöglichkeiten, Hilfsmittel, Literatur
<b>1. allgemeine Gleichgewichtssicherheit</b>	Treppensteigen mit Fußwechsel ohne sich am Handlauf festzuhalten (Hinauf- und Hinuntersteigen einer Treppe)	Beurteilungskriterium kann/kann nicht	Beobachtung beim Treppensteigen
<b>2. statisches Gleichgewicht</b>	Stehen auf einem Bein (Einbeinstand) Überprüfung linkes Bein Überprüfung rechtes Bein	Für Schulanfänger gilt: Beurteilungskriterium kann/kann nicht Dauer: 10-15 Sekunden für Kinder ab 6 Jahren; auf Unsicherheiten (z.B. Armrudern) achten	kann jederzeit und überall überprüft werden
<b>3. dynamisches Gleichgewicht</b>	balancieren (vorwärts/rückwärts)  rückwärtsgehen  Zehengang	Beurteilungskriterium kann/kann nicht  zügig rückwärtsgehen (Blick vorwärts)	Balancieren auf dem Balken, auf der umgedrehten Langbank

	<p>Fersengang</p> <p>Drehsprung (Drehung aus dem Stand)</p> <p>Balancieren z.B. eines Sandsackes o.ä. auf dem Kopf</p>	<p>mindestens eine Vierteldrehung</p>	<p>Drehsprung um die Längsachse (Kind dreht sich beim Drehen im Kreis)</p>
<p><b>4. Glieder- und Rumpfstärke</b></p>	<p>Hüpfen auf dem linken Bein</p> <p>Hüpfen auf dem rechten Bein</p> <p>balancesicher von einer Höhe springen</p> <p>Hin- und Herspringen (seitlich) über eine Linie</p>	<p>Beurteilungskriterium kann/kann nicht</p> <p>Minimum 10-15-Mal auf einem Bein hüpfen – Landung auf einem Bein!</p>	<p>Kind hüpfte auf dem Stand</p> <p>Kind hüpfte vorwärts auf einem Bein</p> <p>Kind hüpfte rückwärts auf einem Bein</p> <p>Höhe: etwa Sesselhöhe, niedriger Kasten im Turnsaal</p>

**Literatur (verwendet)**

<http://www.heilpaedaagik-info.de/fachwissen/entwicklungsfoerderung/292-gleichgewichtssinn-vestibulaere-wahrnehmung.html>

[www.xyz.at](http://www.xyz.at)

Ledl, V.: *Kinder beobachten und fördern. Jugend&Volk, Wien, 2003.*

Meier, C./Rickle, J.: *Sinn-voll und alltäglich. Materialsammlung für Kinder mit Wahrnehmungsstörungen. Verlag modernes lernen, Dortmund, 2004(9).*

**Literatur (vertiefend)**

Mertens, C.: *Körperwahrnehmung und Körpergeschick. Verlag modernes lernen. Dortmund, 1999 (5).*

Engelbrecht, A./Weigert, H.: *Lernbehinderungen verhindern. Anregungen für eine förderorientierte Grundschule. Diesterweg, Frankfurt am Main, 1991.*