

## Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

**Kinder spielend fördern, Wissen spannend vermitteln! – Kreative Ideen und Materialien für Krippe, Kindergarten, Kita und Hort**

Thema: Bewegung, Gesundheit & Ernährung, Ausgabe: 22  
Titel: Hören - das Ohr ist nicht mehr als eine Tür (2 S.)

### Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus dem Programm »Kindergärten/Kita« der Mediengruppe Oberfranken.\* (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

- ▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Seit über 15 Jahren entwickeln erfahrenen Pädagoginnen und Pädagogen unsere fertig ausgearbeiteten Materialien mit vielfältigen Anleitungen, Kopiervorlagen, Liedern, Geschichten, Experimenten, Bastelideen, Exkursionen und Spielvorschlägen für alle Bildungsbereiche sowie für Kinder unter 3.

- ▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

\* Ausgaben bis zum Jahr 2016 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

### Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter [www.edidact.de/kita](http://www.edidact.de/kita).

### Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet. Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

### Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf (in Gruppengröße) Fotokopien zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

- ▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

### Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: [service@edidact.de](mailto:service@edidact.de)  
✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG  
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach  
☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377  
<http://www.edidact.de> | <https://bildung.mgo-fachverlage.de>



## Hören – das Ohr ist nicht mehr als eine Tür (aus Surinam)

Wir haben verschiedene Sinne, um unsere Umwelt wahrzunehmen. Ein besonders sensibler Sinn ist unser Hörsinn.

Schon im Mutterleib schulen wir unser Gehör: Bis zur 23. Schwangerschaftswoche ist das Gehör soweit ausgebildet, dass es bewusst Töne wahrnehmen kann. Ab der 35. Schwangerschaftswoche können unterschiedliche Tonhöhen erkannt und die Rhythmik der Muttersprache wahrgenommen werden.

Unser Gehör ist rund um die Uhr im Dienst, es wird niemals ausgeschaltet, denn es war überlebenswichtig, zur richtigen Zeit Geräusche wahrzunehmen, zu erkennen und entsprechend zu handeln.

Unser Hörsinn ist ein Fernsinn und der differenzierteste unserer fünf Sinne. Er kann zehn Oktaven unterscheiden und reagiert auf Luftdruckveränderungen im Frequenzbereich von 16.000 bis 20.000 Hertz. Töne darüber und darunter sind für uns nicht hörbar. Wir können bis zu 400.000 Töne unterscheiden und die Richtung bestimmen, aus der sie kommen. Eine sehr beachtenswerte Leistung, die unser Gehörsinn da vollbringt.

Da unser Hörsinn immer auf Empfang ist, braucht er unbedingt zwischendurch Ruhepausen. Pausenlos hören ist purer Stress und kann ihn erkranken lassen.

Töne sind neutral, erst durch unsere Erfahrung und Interpretation bekommen sie eine Bewertung: Geräusche, die wir selbst oder uns nahestehende Personen verursachen, auch wenn sie sehr laut sind, werden weniger störend empfunden als dieselben Geräusche, wenn sie von einer fremden Person verursacht werden.

Auch Geräusche, die einen Sinn haben, z. B. der Lärm, der bei Renovierungsarbeiten entsteht, oder fröhlich spielende Kinder im Garten, werden weit weniger unangenehm erlebt, als wenn wir keinen Sinn in den Geräuschen sehen, wie z. B. bei experimenteller Musik oder durchdrehenden Autoreifen auf dem Asphalt.

Gleichbleibende Geräusche, wie z. B. das Summen des laufenden PCs oder der fließende Verkehr auf der Straße, an der wir wohnen, können nach einer Aufmerksamkeitsphase am Anfang durch Gewöhnung ausgeblendet werden. Wir erinnern uns erst wieder an die Geräusche, wenn sie nicht mehr auftreten.

Sind wir auf bestimmte Laute sensibilisiert, z. B. auf unseren Namen, können wir ihn auch in einer geräuschvollen Umgebung verstehen.

Sind Geräusche emotional verankert, werden wir sie wesentlich schneller und deutlicher wahrnehmen als vorbeirauschende Töne, denn sie haben verschiedene Areale im Gehirn angesprochen, die sogleich wieder aktiviert werden. So wird die Musik, die beim Heiratsantrag lief, immer diese schöne Situation in Erinnerung bringen, sobald sie wieder erklingt.



© svetamart – Fotolia.com



Auch unsere Erwartungen nehmen Einfluss auf die Bewertung der Töne, die wir hören. Haben wir zu Hause eine Baustelle nebenan, nehmen wir die Geräusche meistens gelassen, da sie nur eine begrenzte Zeit da ist. Ist eine ähnliche Baustelle direkt neben unserem Urlaubshotel, ja auch zeitlich begrenzt, werden die Geräusche wesentlich stärker wahrgenommen und wir ärgern uns über den „Lärm“.

Wie stark sind wir in ein soziales Netz eingebunden? Kennen wir alle Mitbewohner im Haus? Dann werden laute Töne wesentlich eher akzeptiert als bei unbekanntem Nachbarn, die wieder einmal so unverschämte laut in ihrer Wohnung die Türen schlagen oder feiern.

Vertraute Laute sind für Kinder, aber auch für viele Erwachsene eine gute Einschlafhilfe. Kleine Kinder können bei kompletter Stille manchmal nicht einschlafen, da sie ihnen vermittelt, dass sie allein sind. Da wird dann schon durch Schreien oder Aufstehen kontrolliert, ob noch jemand in der Wohnung ist.

Die Geräuschkulisse, der wir heute ausgesetzt sind, ist deutlich größer als vor Jahren: ständiges Summen elektronischer Geräte, permanente Musikkulisse im Hintergrund und über allem vielleicht noch die Geräusche der Straße. Die gesundheitlichen Folgen von Tönen, die permanent da sind und dann vielleicht noch als „Lärm“ wahrgenommen werden, können gravierend sein: Der Blutdruck steigt, die Pupillen erweitern sich, die Atem- und Herzfrequenz steigen, Hirnströme verändern sich, Magensaft- und Speichelproduktion reduzieren sich, meistens verursacht durch die Zunahme der Stresshormone Noradrenalin und Cortisol. Konzentrationsprobleme, Gereiztheit und Nervosität können als weitere Folgen genannt werden.

Schlecht schallisolierte Räume, aufregendes Spiel, Streit oder laute Freude führen bei einer größeren Anzahl an Kindern dazu, dass der Geräuschpegel recht hoch sein kann. Sowohl für pädagogische Fachkräfte als auch für Kinder ist es wichtig, täglich geräuscharme Zeiten zu haben, damit sich das Gehör entspannen kann.

Schaffen Sie immer wieder Ruheinseln im Alltag, wie z. B.

- Vorlesegeschichten
- Kuschelzeit
- konzentriertes Malen von Bildern
- Basteleien
- stillere Spiele am Tisch wie Memory oder Puzzle
- Flüsterübungen wie stille Post oder Ablesen vom Mund
- Entspannungseinheiten wie Yoga oder eine Traumreise
- gegenseitige Massagen
- Hörspaziergänge in der Natur
- regelmäßige Pausenzeiten für pädagogische Fachkräfte
- 5-Minuten-Pausen zwischendurch
- Verzicht auf Geräusche aus Radio, Fernsehen, ...

... und sicherlich gibt es noch viele andere Möglichkeiten, damit sich das Ohr regenerieren kann.

Es gibt vielerlei Lärm. Aber es gibt nur eine Stille.

*(Kurt Tucholsky)*