



Fensterkino

Dauer: ca. 10 Minuten

Aufwand: einfach

Sie brauchen:

leises Instrument, z.B. kleine Klangschale oder Triangel, evtl. Kerze/ Windlicht und ein Tuch

Sie unterstützen:

- die Wahrnehmung von Stille
- die Fähigkeit zur auditiven Wahrnehmung
- die Konzentrationsfähigkeit

Fensterkino

Dauer: ca. 10 Minuten

Aufwand: einfach

So geht's:

Als Einstieg in die Stille-Übung „Fensterkino“ empfiehlt es sich, mit dem Kind/den Kindern das Still-Sein zu üben. Mit einem leisen Instrument, z.B. einer Triangel, wird eine Phase des Schweigens und Ohrenspitzens eingeleitet und auch wieder beendet. Zur besseren Fokussierung kann ggf. ein brennendes Windlicht oder eine Kerze als „Stillelicht“ in die Mitte gestellt und beobachtet werden. Bei mehrmaliger Durchführung können die Stillephasen peu à peu verlängert werden. Danach tauschen wir uns darüber aus, was wir gehört haben.

Für das „Fensterkino“ setzt/ setzen sich das Kind/ die Kinder vor ein geöffnetes Fenster. Je nach Alter der Kinder können evtl. zur Verstärkung die Augen verbunden werden – natürlich, ohne die Ohren zu verdecken. Nach dem Schlagen eines Gongs, z.B. mit der Triangel, nehmen die Kinder bewusst wahr, welche Geräusche von draußen durch das Fenster dringen. Die Übung wird mit dem Eingangsgong beendet. Das Kind/ die Kinder öffnet/ öffnen die Augen wieder und berichtet/ berichten, was sie alles gehört haben. Älteren Kindern wird es eher gelingen, die Geräusche bzw. deren Verursacher auch zu benennen; kleinere Kinder können versuchen, die Geräusche nachzuahmen.

