

## Kaugummiturnen: Zungenakrobatik für eine gute Artikulation



Foto Pixaby

### Training der Mundmotorik

Die meisten Kinder lieben Kaugummi und mögen die Aromen von Tutti Frutti bis Pfefferminze. Meist ist es in den Schulen aber nicht erlaubt, Kaugummi zu kauen. Es lohnt sich aber, einmal eine Ausnahme zu machen, denn mit der zähen Masse können wir einige Übungen zur Förderung der Mundmotorik machen.

Diese Übungen helfen den Kindern, den Mundraum besser kennen zu lernen und wahrzunehmen. Sie verbessern die Beweglichkeit und Geschicklichkeit des Mundes, der Lippen und der Zunge. Dadurch wird die genaue Artikulation gefördert, was sich beim Singen und Sprechen als hilfreich erweist. Ideal also für sprechfaule Schüler und Schülerinnen.

### Kaugummi und Gesundheit

Ist Kaugummi kauen auch allgemein gesund oder ungesund? Verschieden Untersuchungen sind sich nicht einig, aber die ständigen Kaubewegungen verbessern die Blut- und Sauerstoffversorgung des Gehirns, was die Konzentration steigern soll. Auch Stressabbau wird dem Kaugummikauen nachgesagt und es kann Heißhungerattacken überbrücken. Der erhöhte Speichelfluss neutralisiert zudem die für die Zähne schädlichen Säure. Dies gilt nur für zuckerfreien Kaugummi. Beim Kauen wird die Ohrtrompete durchlüftet, so nimmt der Kaugummi den Druck von den Ohren, was praktisch beim Bergbahnfahren oder Fliegen ist.

### Das Kaugummiturnen: Die Miniturnhalle im Mund

Nun beginnt das Kaugummiturnen, es ist eine spezielle Turnstunde: Die Turner und Akrobatinnen sind verschiedene zuckerfreie Kaugummis in verschiedenen Formen und Aromen. Die Kinder wählen einen aus und bekommen zusätzlich einen Zahnstocher dazu. Die Turner und Turnerinnen gehen nun in eine Miniturnhalle, in unseren Mund hinein. (Kinder, die eine Zahnspange tragen oder aus einem anderen Grund keinen Kaugummi kauen wollen, machen die Übungen mit den Händen und gewöhnliche Knetmasse mit).



(Fotos: Ch. Schnedl)

Die kleinen Gummiturner sind anfänglich noch etwas steif und ungelenkig, wir schicken sie in die Miniturnhalle, in unseren Mund hinein:	<i>Kaugummi in den Mund stecken und weich kauen.</i>
Dort turnen die Akrobaten zuerst ganz wild und laut herum, von der linken Seite der Halle zur rechten Seite. Man hört ihren Lärm bis nach draussen:	<i>Kaugummi von der einen Backenseite zur anderen schieben und wild kauen, man darf das Schmatzen hören. Wo ist links und wo ist rechts?</i>
Die Nachbarn beschwerten sich über den Lärm, die Turner und Turnerinnen müssen sich ruhiger bewegen:	<i>Mit geschlossenem Mund ruhig und langsam kauen. Wie geräuschlos können wir kauen?</i>
Den Akrobaten wird es langsam etwas warm, sie öffnen das Fenster und schauen hinaus:	<i>Mund öffnen und den Kaugummi zwischen den Zähnen festhalten und zeigen, er darf nicht herausfallen. Kaugummi auch auf der Zungenspitze balancieren, die Hände bilden ein Fangnetz darunter.</i>
Jetzt spielen sie mit dem Ball:	<i>Kaugummi im Mund zu einer Kugel formen, mithilfe des Zahnstochers herausnehmen und zeigen.</i>
Der Ball rollt in der Halle herum:	<i>Kaugummikugel im Oberkiefer am Wangeninneren über die Zähne gleiten lassen, über den Schneidezähnen stoppt sie, dies verformt die Mimik der Lippen und es sieht lustig aus, wenn wir im Klassenverband herumschauen und alle eine kleine Ausbuchtung an der Oberlippe haben. Dasselbe im Unterkiefer machen.</i>
Der Ball ist plötzlich verschwunden:	<i>Kugel hinter den Schneidezähnen plattdrücken und verstecken, den Mund öffnen, Zunge herausstrecken und den anderen beweisen, dass die Kugel nicht mehr da ist. Den Kaugummi zu einem ganz dünnen Plättchen zerdrücken. Gibt es noch andere Verstecke? Z.B. Unter der Zunge.</i>
Zum Ende der Turnstunde erklingt ein Lied oder ein Witz wird erzählt:	<i>Mit dem Kaugummi im Mund versteckt, schön und deutlich ein Lied singen. Den Kaugummi nochmals zwischen den Schneidezähnen festhalten und mit überdeutlicher Artikulation einen Witz erzählen. Z.B. einen Kaugummiwitz. *</i>
Nach der Turnstunde sind alle hungrig:	<i>Mit Hilfe der Zunge aus dem Kaugummi eine Banane formen. Gelingen uns auch andere Formen? Auf den Zahnstocher spiessen und einander zeigen. Weitere Ideen der Kinder aufgreifen, z.B. Kaugumiblasen bilden.</i>

\*Ein Mädchen sitzt im Zug und kaut schweigend an seinem Kaugummi. Es sitzt einer älteren Dame gegenüber. Diese meint: „Liebes Mädchen, es ist ja sehr freundlich von Dir, mir so viel zu erzählen, aber leider bin ich schwerhörig und kann dich nicht verstehen.“

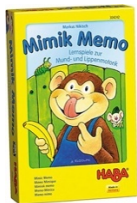
Der Flight Attendant verteilt im Flugzeug Kaugummi. „Das ist gut für die Ohren.“  
 Nach einigen Stunden meint ein älterer Herr: „Wie bringt man denn das Zeug wieder aus den Ohren heraus?“

### Weiter im Thema

Es gibt auch Spiele zum Kaufen, welche die Mundmotorik stärken und trainieren, z. B.:

#### Mimikmemo, Verlag HABA

Die Kinder müssen die Grimassen auf den Karten nachmachen, erkennen und wiederfinden. Sie decken zuerst eine Tier-Karte auf und machen die abgebildete Grimasse nach. Dann versuchen sie, die identische Tier-Karte zu finden. Bei jedem Fehler darf Anton, der freche Affe, ein Feld weiterlaufen. Sind die Kinder schneller als Anton?



#### Mi-Ma-Mundmotorik, Verlag an der Ruhr ISBN 978-3-8346-2446-8

Die 56 bunten Spielkarten liefern selbsterklärende Sprechübungen mit einfachen Ideen rund um Einatmen und Ausatmen, Gesichtsbewegungen und Mimik, Lippenbewegungen und Zungenmotorik sowie Kommunikationsfähigkeiten und Singen.

D.3 A	<b>Sprechen</b> <b>Grundfertigkeiten</b>	<a href="#">Herunterladen</a>
▶	<b>1 Die Schülerinnen und Schüler können ihre Sprechmotorik, Artikulation, Stimmführung angemessen nutzen. Sie können ihren produktiven Wortschatz und Satzmuster aktivieren, um angemessen flüssig zu sprechen.</b>	Querverweise EZ MU.1.B.1
MU.1 B	<b>Singen und Sprechen</b> <b>Stimme als Ausdrucksmittel</b>	<a href="#">Herunterladen</a>
◀ ▶	<b>1 Die Schülerinnen und Schüler können ihre Stimme und deren klanglichen Ausdruck wahrnehmen, entwickeln und formen.</b>  <i>Sprechen</i> <b>MU.1.B.1 Die Schülerinnen und Schüler ...</b>	Querverweise D.3.A.1 EZ EZ
2d » können beim Sprechen deutlich artikulieren (Wortverständlichkeit).		