

- 1** NASENBEIN
- 2** KNORPEL
- 3** NASENHÖHLE
- 4** NASENHÄRCHEN
- 5** NASENMUSCHELN  
Sie erwärmen die Luft und feuchten sie an.
- 6** RIECHKOLBEN  
Er sendet Infos über den Geruch an das Gehirn.



## 2

### die nase

Sie befindet sich mitten im Gesicht und wird meistens nur auf ihr Äußeres reduziert: unsere Nase. Dabei spielt dieses Sinnesorgan eine sehr wichtige Rolle in unserem alltäglichen Leben. Unser Geruchssinn warnt uns: Er schützt vor verdorbenen Speisen, giftigen Gasen oder Rauch. Und ohne den Geruchssinn würden wir auch nicht schmecken und genießen können. Denn während die Zunge gerade einmal fünf Geschmacksrichtungen erkennen kann, unterscheidet die Nase mehr als 10.000 unterschiedliche Duftnoten, die das Geschmacksempfinden mitprägen.

#### ARBEITSANREGUNG

Notiere auf einem Zettel, welche Düfte dir begegnen. Beginne dein Protokoll direkt nach dem Aufstehen und notiere den letzten Duft kurz bevor du zu Bett gehst. Hier ein Protokollbeispiel:

Datum, Uhrzeit	Intensität	Wonach?	Emotion	Erinnerung
02.09., 09:13	6 von 10	Haferkeks	Freude	Skifahren

### geruch und duft

Die Nase ist das einzige Sinnesorgan, das seine Impulse direkt ins Gehirn leitet, ohne dass noch andere Nervenzellen dazwischengeschaltet sind. Einer der Informationswege führt vom Riechhirn zum sogenannten limbischen System, welches für die Emotionen zuständig ist. Dort erzeugen die eintreffenden Duftinformationen blitzschnell ein Gefühl. Je nach Geruch, kulturellem Hintergrund und individuellen Erfahrungen kann das z. B. Freude sein, aber auch Angst oder Ekel. Kaffeeduft erzeugt bei den meisten Menschen ein wohliges Gefühl, Zitrusfrüchte gelten als erfrischend und belebend.

### duftothek!

#### SPIELANREGUNG

Findet euch in Dreiergruppen zusammen. Eine Person hat den Geruchssinn verloren, die anderen Personen versuchen nun durch Beschreibung verschiedener Düfte einen Ort darzustellen, ohne jedoch den Ort zu nennen.

**Beispiel:** Freibad. **Duftbeschreibung:** Chlor, Gras, Pommes, Sonnencreme, Schweiß, Shampoo.