

6. Spielerische Übungen zu den einzelnen Teilaspekten

Die aufgeführten Übungen sind jeweils einem Teilaspekt der Handgeschicklichkeit zugeordnet, obwohl durchaus mehrere Teilaspekte beübt werden.

In der Realität setzt sich eine feinmotorische Störung aus mehreren Teilaspekten zusammen. Aus diesem Grund wurden bei den sich anschließenden Spielgeschichten mehrere Teilaspekte kombiniert. Natürlich kommen Störungen der Fein- und Grafomotorik auch in anderen Kombinationen vor, als hier aufgeführt; unter Umständen müssen diese Kombinationen der Teilaspekte und Übungen individuell für das jeweilige Kind vom Therapeuten abgewandelt und entsprechend der Therapieziele gewichtet werden.

Erläuterung der Rubriken für die einzelnen Spielideen:

Material = benötigtes Material, wobei Stifte und normales Papier in DIN A3 / DIN A4 nicht jedesmal aufgeführt werden

Beschreibung = Beschreibung des Spiels / der Übung

Variation = Variation des Spiels / der Übung

Spielidee = Spielvorschlag

Alltag = Umsetzung in alltägliche Verrichtungen

- Alle Spiel-, Bastel- und teilweise auch die Werkarbeiten sollten innerhalb jeder Therapiestunde in Kombination mit Bewegungsunterbrechungen, feinmotorischen Übungen oder kognitiven Inhalten kombiniert werden. Dies könnte z. B. sein: Mit dem Rollbrett einen Farbstift in der gewürfelten Farbe holen und anschließend in der gewürfelten Häufigkeit eine Nachspurübung durchführen.
- Einhändige Übungen sollten grundsätzlich mit der dominanten Hand ausgeführt werden.
- Die Arbeitsrichtung sollte immer von links nach rechts und von oben nach unten, das heißt in der Lese-Schreibrichtung durchgeführt werden.
- Zur Vertiefung der Übungsinhalte aus der Therapiestunde werden dem Kind Übungen für Zuhause mitgegeben.
- Malübungen oder Übungen zur Grafomotorik sollten immer in einer ergonomischen Sitzhaltung am Tisch durchgeführt werden.

- Die angebotenen Stifte sollten gut gespitzt und dick sein. Bei Bedarf kann mit einer Griffadaption gearbeitet werden.
- Beim Schneiden mit Scheren sollte vorher abgeklärt sein, ob das Kind eine Rechts- oder Linkshänderschere benutzt und mit welcher Hand es schneidet.
- Bei Spielen oder Übungen mit Nahrungsmitteln müssen im Vorfeld unbedingt die Eltern wegen bestehender Allergien oder möglicher anderer Hinderungsgründe befragt werden.
- Bei Spielen und Übungen mit Bleischnüren muss unbedingt darauf geachtet werden, dass diese am Ende gut verschweißt sind.

6.1 Schulter- und Ellenbogengelenkbeweglichkeit

Schätze sammeln (Gruppenspiel)

- Material:** Tennisbälle
- Beschreibung:** Kinder stehen mit etwas Abstand nebeneinander und geben die Bälle als Schätze auf unterschiedliche Art weiter, z. B. über dem Kopf, hinter dem Rücken oder unter dem hochgezogenen Bein durch
- Das letzte Kind legt die Bälle in eine Kiste (Schatztruhe). Zwischendurch wechseln die Kinder die Position, damit jedes einmal neben der Schatztruhe steht
- Variation:** Jedes Kind wirft „vor Freude“ den Schatz erst einmal hoch und fängt ihn wieder auf, bevor es ihn weitergibt

Stechmücken

- Material:** Krepp-Klebeband
- Beschreibung:** Therapeut/in beklebt die Kleidung des Kindes (auch hinten) mit Stücken des Klebebandes. Das Kind versucht, die „Mückenstiche“ wieder zu entfernen

Richtungs- oder Formenschwingen

- Material:** Flugbälle / Pois / Schwungbänder
- Beschreibung:** Die Flugbälle / Pois / Schwungbänder, unter Umständen mit Musik, vor, neben oder über sich hin und her schwingen bzw. große Formen wie Kreise, Wellen oder Achten schwingen
- Variation:** Chiffontücher kraftvoll hochwerfen / kleine Jongliernummer mit zwei Tüchern probieren / Chiffontücher von Hand zu Hand, um den Rumpf oder um den Kopf von einer in die andere Hand übergeben
- Anleitung zur Herstellung der Flugbälle:
- Stoffrest, ca. 30 × 30 cm, zuschneiden, einen Tennisball darauf legen, die Enden zusammenfassen und mit einer Schnur zusammenknoten. Eine ca. 80 cm lange Schnur zusammen mit vier farbigen, 1 m langen Krepppapier- oder Stoffstreifen anknöten

Zielwerfen

- Material:** Verschiedene Materialsäckchen / aufgehängter Reifen / Zielscheibe / Kastanienschleuder
- Beschreibung:** Säckchen durch den Reifen oder auf eine Zielscheibe werfen
- Variation:** Turm aus leeren Dosen / Schachteln bauen und mit Materialsäckchen / Tennisbällen umwerfen
- Spielidee:** Die Säckchen sind Tiger im Zirkus, die durch den Reifen springen
- Anleitung zur Herstellung einer Kastanienschleuder:
Kastanien mit einem Handbohrer durchbohren, Krepppapierstreifen mit einer Nadel durchziehen und damit Wurfspiele durchführen

Pezziball prellen

- Material:** Pezziball
- Beschreibung:** Ball zu bestimmten Punkten im Raum prellen
- Spielidee:** Bissigen Hund vertreiben

Werktechniken und käufliche Spiele

Werken: Großräumiges Schleifen von Holz ▪ Sägen mit einer Bügelsäge zu zweit ▪ Weben am Hochwebrahmen

Spiele mit Schlägern: Federball / Family-Tennis / Jokari (Schläger mit Gummischnur) / Eishockey

Spiele: Dartspiel ▪ Verschiedene Wurfspiele mit Bällen ▪ Schwungübungen mit Chiffontüchern, Geräuschkäufen, Schwungball ▪ Springseile ▪ Drachen steigen lassen

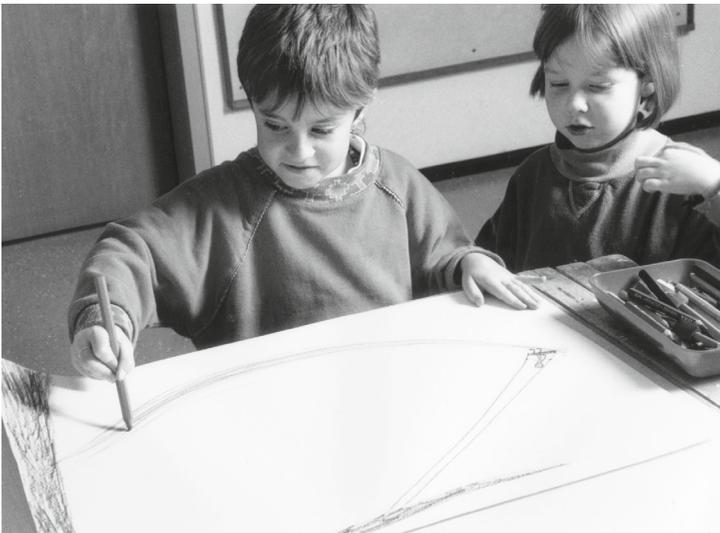
Grafomotorische Spielideen

Großräumiges Arbeiten in verschiedenen Ausgangspositionen:
Sitzen, stehen, am schrägen Tisch (Blatt festkleben / aufhängen)

Pendelschwingen

Beschreibung: Mit wechselnden Farben einen großen Regenbogen oder ein Nest / eine Schüssel entstehen lassen

Variation: Tafel und Kreide verwenden / mit Musik arbeiten



Beidhändiges Malen

Beschreibung: Stift in gefalteten Händen halten und so schwungvoll Achten und andere große Formen in sämtlichen Richtungen malen

Zoo

Beschreibung: Großräumig vorgezeichnete Tierkonturen schwungvoll wiederholt nachfahren

Spielidee: Tieren ein dickes Winterfell malen

6.2 Handgelenkbeweglichkeit

Ball prellen

Material: Sprungfähige Bälle

Beschreibung: Ball zu einem bestimmten Ziel prellen

Variation: Luftballon (Riesenluftballon) verwenden und diesen möglichst lange in der Luft halten

Klatschspiele

Material: Keines

Beschreibung: Im Rhythmus eines Reims Klatschspiele durchführen

Variation: Im Wechsel auf die eigenen Oberschenkel (verschiedene andere Körperteile) und die Hände des Gegenübers klatschen



Pizzabäcker

Material: Kleine, mit verschiedenen Materialien gefüllte Säckchen oder Bälle

Beschreibung: Säckchen auf den Handrücken legen und in die Luft schleudern / versuchen, das Säckchen im Fall aufzufangen

Variation: Gegenseitig zuwerfen und fangen / einfache Jonglierübung mit 2 Säckchen durchführen

Wattebäusche wegwedeln

- Material:** Zeitungen, Wattebäusche
- Beschreibung:** Zeitung wie zu einem Schläger mehrfach zusammenfalten und durch hin- und herwedeln die auf dem Boden liegenden Wattebäusche durch den Raum „treiben“
- Variation:** Luftballons verwenden
- Spielidee:** Vieh treiben / „Frau Holle“ spielen

Handschleuder

- Material:** Kleine Materialsäckchen / Tennisbälle
- Beschreibung:** Mit einer Extensionsbewegung im Handgelenk kleine Materialsäckchen über den Tisch schleudern (unter Umständen den Unterarm dabei festhalten) / Tennisbälle vom Tisch schleudern

Wollknäuel aufwickeln

- Material:** Vorgefertigtes Wollknäuel in Kinderfaustgröße
- Beschreibung:** Wollknäuel weiter aufwickeln
- Variation:** Ein Ende einer Schnur an einen Stab, das andere an ein Spielauto binden und durch Aufwickeln das Auto zu sich heranholen
- Spielidee:** Fische angeln: An das Ende der Schnur einen Spielfisch binden

Rieselspiele

- Material:** Sand, Bohnen, Kastanien, Linsen
- Beschreibung:** Material auf eine Hand geben und durch eine kleine Öffnung der gefausteten Hand in die andere Hand rieseln lassen
- Variation:** Material mit Bechern umfüllen / Material in eine Flasche einfüllen
- Spielidee:** Bagger, Kaufladen, Kochen spielen
Aschenputtel: Mit 1 oder 2 Löffeln „durcheinander geratene“ Materialien sortieren und in Gefäße füllen



Schätze sammeln

- Material:** Kiste mit Schloss und Schlüssel / verschiedene kleine Gegenstände (Würfel / Spielfiguren / Glasnuggets)
- Beschreibung:** Kind würfelt und verstaut eine entsprechende Anzahl von den kleinen Gegenständen als Schätze in der Kiste, die es aus „Angst vor Räubern“ jedes Mal zuschließt
- Variation:** Von mehreren Vorhängeschlössern den passenden Schlüssel finden

Werkstatt

Material: Große Schrauben und Muttern, Baufix, verschiedene aufziehba-re Spielsachen oder Uhren

Spielidee: Handwerker / Mechaniker spielen

Schnecken drehen

Material: Bleischnüre

Beschreibung: Durch Drehung, anfangs mit den Fingerspitzen und im weiteren Verlauf mit der flachen Hand, die Bleischnüre zu Schnecken auf-drehen

Variation: Schnecke von beiden Seiten mit beiden Händen gleichzeitig auf-rollen

Alltag: Teigschnecken herstellen



Kleister anrühren

Material: Schneebeesen, Eimer, Kleisterpulver

Beschreibung: Kleister mit Schneebeesen anrühren

Alltag: Pudding kochen, Quark anrühren

Wäsche waschen

- Material:** Mehrere Wischlappen, Schüssel mit warmem Wasser, Wäscheleine, Wäscheklammern
- Beschreibung:** Kind „wäscht“ die Lappen, wringt sie gut aus und hängt sie anschließend auf die Leine
- Alltag:** Puppenkleider waschen, beim Putzen helfen



Werktechniken und käufliche Spiele

Werken: Papierflechten ■ Flechtweben ■ Prickeln

Spiele: Memory ■ Schnipp-schnapp ■ Spiele mit Würfeln ■ Schraubspiele wie Baufix ■ Tischfußballspiel ■ Jojo

Grafomotorische Spielideen

Schraffieren

- Beschreibung:** Eine Fläche systematisch ausmalen oder übermalen; Papier dazu festkleben. Die Bewegung in verschiedene Richtungen erfolgt aus dem Handgelenk, der Körper soll nicht gedreht werden
- Spielidee:** Eine zart aufgemalte Form durch Überschraffieren verschwinden lassen
- Variation:** Tesakrepp-Stücke / gepresste Blätter / ausgeschnittene Formen auf den Tisch kleben (Blätter und Formen durch Ringe aus Klebeband oder doppelseitiges Klebeband auf den Tisch kleben). Ein zweites Papier darüber legen und am Tisch festkleben. Durch Schraffieren „die Schätze“ unter dem Papier aufspüren

6.3 Fingerbeweglichkeit

Fingerbesuch

- Material:** Keines
- Beschreibung:** Zeige- und Mittelfinger „laufen“ über den Tisch und besuchen die Finger des Partners / zur Begrüßung streicheln sich die einzelnen Finger / die Finger begrüßen sich mit ihrem Namen
- Variation:** Die Finger laufen auf einer vorgezeichneten Strecke zu einem bestimmten Ziel

Einkremen

- Material:** Handcreme
- Beschreibung:** An die Kuppen von Finger 2-5 wird ein kleiner Klecks Handcreme aufgetragen. Mit dem Daumen die Creme auf den Fingern verteilen

Trommeln

- Material:** Trommeln (oder auf den Tisch trommeln)
- Beschreibung:** Mit wechselnden Fingern in unterschiedlichen Rhythmen und Lautstärken trommeln
- Variation:** Therapeut und Kind geben im Wechsel mit einzelnen / mehreren Fingern einen Rhythmus vor, der nachgemacht wird