



LANDKREIS PEINE

Der Landrat

Gesundheitsamt

Kinder- und Jugendärztlicher Dienst

Maschweg 21 • 31224 Peine

e-mail: gesundheit@landkreis-peine.de

internet: www.landkreis-peine.de

Förderung der Feinmotorik und Koordination

Nutzen Sie so viele **Alltagssituationen** wie nur möglich, Ihrem Kind **Anregungen** zu bieten, es spielerisch einzubeziehen und alle Sinne anzusprechen.

Oft wiederkehrende alltägliche Handlungen verbessern die Feinmotorik und Koordination und sind damit wichtige Voraussetzungen für die Lernfähigkeit.

Geben Sie Ihrem Kind viel Gelegenheit, seine Hände im Alltag zu gebrauchen und **loben** Sie es für seine Bemühungen. Fangen Sie mit einfachen Tätigkeiten an, die ihm Spaß machen.

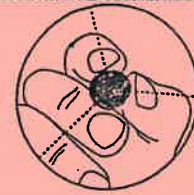
Zum Beispiel:

- ◆ An- und Ausziehen; Verschlüsse bedienen, knöpfen, binden; Haare waschen und kämmen; eincremen; Zahnpasta auftragen
 - ◆ Tisch decken; Brote schmieren und schneiden; Getränke eingießen, Strohalm einstecken; Geschirr abtrocknen, Geschirrspüler ein- und ausräumen
 - ◆ Obst und Gemüse schneiden; Teig rühren, kneten und (Plätzchen)backen
 - ◆ gemeinsames Ausmalen und freies Malen, Kritzeln mit Stiften, Pinsel, Kreide oder Fingern
 - ◆ Würfelspiele, Puzzeln, Mikado, Ministek oder Bügelperlen stecken
 - ◆ mit Knete, Salzteig, Ton etc. werkeln, matschen, formen
 - ◆ Bälle werfen, fangen, prellen; Murmeln rollen
 - ◆ Schuhe, Zimmer oder Auto putzen; Boden fegen und Staub wischen
 - ◆ im Garten Unkraut zupfen; Blätter fegen; harken und graben
 - ◆ Holz schmirgeln, streichen, schrauben, hämmern
 - ◆ mit Legos, Playmobil, Bausteinen spielen; Puppenkleidung an- und ausziehen, mit der Hand waschen; Wäsche mit Klammern aufhängen und falten
- ◆ mit Papier einwickeln, falten, (aus)schneiden, reißen und kleben; Basteln; Fäden knoten, binden, flechten, häkeln; Perlen auffädeln

Wir wünschen viel Spaß und Freude bei den gemeinsamen Spielen und Tätigkeiten !

Ideen zum Malen und zur Förderung der „Malfreude“

- Achten Sie auf die richtige Stifthaltung (drei Finger am Stift)
Dicke oder dreieckige Stifte, Stifte mit Griffmulden oder aufsteckbare Griffhilfen erleichtern das Halten des Stiftes.



- Lassen Sie Ihr Kind:
unterschiedliche Stifte ausprobieren (Buntstift, Wachsmaler, Filzstift...)
selbständig anspitzen, radieren, mit Schablonen und Lineal hantieren
unterschiedlichen Stiftdruck ausprobieren (stark und schwach)
auf weicher und harter Unterlage malen

- Geben Sie **Anreize** zum malen:
Kalenderblätter gestalten
Tagebuch malen (mein schönstes Erlebnis...)
Bilder zu vorgelesenen Geschichten malen
Einladungen, Grußkarten und Wunschzettel gestalten
Abwechselnd malen und Gemaltes erraten („Montagsmaler“)

• Malen Sie mit Ihrem Kind gemeinsam:

- Sie malen vor, Ihr Kind fährt die Linien nach z.B.



„Mondgesicht“



liegende Acht

- Ihr Kind gestaltet den Hintergrund oder malt Ihre Zeichnung mit Farben aus (Blume, Haus, Auto...)

- Sie beginnen eine Zeichnung und Ihr Kind ergänzt z.B.

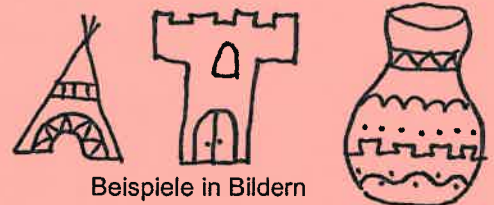


Fenster und Türen



Ende der Schlange

- Sie beginnen Schlangenlinien oder Zickzack, Ihr Kind fährt die Linien nach und führt Sie fort (Schwungübungen) oder Sie bauen die Linien als Wellen oder Muster in ein gemeinsames Bild ein. Z.B.



- In „Vorschulheften“ oder Kinder Zeitschriften gibt es viele geeignete Übungen.

z.B. Wege durch ein Labyrinth einzeichnen



Linien verfolgen und nachzeichnen



Die Übungen sollten **regelmäßig, etwa 10 Minuten täglich**, durchgeführt werden und lassen sich prima in den Alltag „einbauen“. Überbrücken Sie damit zum Beispiel Wartezeiten oder nutzen Sie gemeinsame Fahrten (Auto, Bus...) oder Wege (Spaziergang, Einkauf...). **Loben Sie Ihr Kind immer wieder für alle seine Bemühungen „Prima, wie Du mitmachst!“**