

Liebe Eltern,

gerade in der Schuleingangsphase (Klasse 1/2) ist es wichtig, dass die Kinder den richtigen und sicheren Umgang mit dem Bleistift erproben. Dafür ist es notwendig, dass der Stift in der Schreibhand zwischen dem Daumen und dem Zeigefinger liegt und das Stifende im Handbett aufliegt. Dies ist für eine gute Schreibmotorik und späteres Schriftbild maßgeblich.



Eine gute Schreibhilfe zur Orientierung für die Finger kann hier der „Satler Trip“ zum Aufstecken auf dem Stift sein. Außerdem sind zum richtigen Schreiben lernen, dicke Dreikant Blei- und Buntstifte empfehlenswert, z.B. der „Easygraph“-Stift mit den Einkerbungen zur Unterstützung der richtigen Stifthaltung. Dünne Blei- und Buntstifte sind anfangs eher ungünstig.

Zur Stärkung und Verbesserung der Finger- und Handmuskulatur bieten sich diese Übungen an:



1. Murmeln mit der Wäscheklammer transportieren, z.B. in ein kleines Gefäß von A nach B (wichtig ist hierbei ohne Handwechsel und nur mit der Schreibhand)

2. Der Pinzettengriff: mit der Pinzette Bohnen oder Erbsen auf einen kleinen Platzhalter ablegen üben (hier auch ohne Handwechsel und mit der Schreibhand);

3. Fingerspiele zur Auflockerung der Hände;

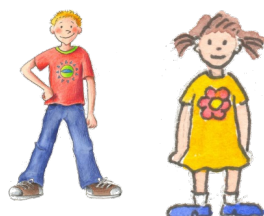
4. Stretching und auftippen der Finger auf verschiedenen Ebenen, z.B. Kopf, Bauch, Tisch, Wand, Hände falten, jeden Finger einzeln weg strecken, jeden Finger mit dem Daumen abwechselnd berühren üben;

5. Feinmotorische Übungen mit verschiedenen Materialien (je nach Interesse des Kindes), z.B. Knete, Lego, Kinetik-Sand, Perlen auffädeln...;

6. Körperkordinatorische Übungen (Körpermitte überkreuzen) zur besseren Vernetzung der beiden Gehirnhälften in motorischer und kognitiver Leistung, z.B. linke Hand an rechtes Ohr oder umgekehrt, rechte Hand auf linkes Knie oder umgekehrt, eine liegende acht in die Luft malen, einen Regenbogen von rechts nach links malen, etwas von rechts nach links oder umgekehrt auftürmen (wichtig dabei, nur mit der stärkeren und öfter benutzen Hand ausführen lassen)



Die Übungen auch gerne im Stehen durchführen, um für eine bessere Körperhaltung- und Spannung zu sorgen (ohne anlehnen bzw. abstützen an Möbeln o.ä.).



Für Kinder mit starken feinmotorischen Schwierigkeiten empfiehlt es sich, täglich mindestens zehn Minuten der genannten Übungen in den Alltag einzubauen.

Bei weiteren Fragen kontaktieren Sie mich gerne unter:

tobsch@gsv-weser-wiehen.de



Viele Grüße
Tobias Schilke

-Sozialpädagogische Fachkraft in der Schuleingangsphase-