

Hinweise zur Schulung der Hand- und Feinmotorik - für zu Hause

Liebe Eltern,

durch regelmäßiges Training kann die Hand- und Feinmotorik durch spielerische Übungen verbessert werden. Hier ein paar Anregungen dazu.

- Lassen Sie Ihr Kind häufig Mandarinen schälen. Das verbessert die Handgeschicklichkeit.
- Vielleicht kann Ihr Kind beim Backen helfen, denn das Teigkneten ist eine wunderbare motorische Förderung.
- Machen Sie Ihrem Kind häufig Malangebote mit verschiedenen Stiften auf unterschiedlichen Maluntergründen.
- Häufiges Malen mit Pinsel und Farbe ist wichtig für den sicheren Umgang mit diesen Materialien, fördert aber auch die Beweglichkeit des Handgelenkes und Ihr Kind lernt, gezielt den entsprechenden Druck auszuüben.
- Falten Sie mit Ihrem Kind z.B. Servietten.
- Lassen Sie Ihr Kind Bilder oder Muster ausschneiden. Achten Sie dabei auf die Schneidrichtung (nach vorn). Die Hand sollte nicht abknicken.
- Geben Sie Ihrem Kind Schwämme zum auswringen.
- Bauen Sie mit ihrem Kind mit Bausteinen oder Schüsseln aus der Küche.
- Lassen Sie Ihr Kind öfters leere Flaschen und Gläser öffnen. Das fördert die Rotation bzw. die Drehbewegung der Hand.
- Puzzeln schult die Handgeschicklichkeit und die Wahrnehmung.
- Aus Blumendraht lassen sich Figuren formen.
- Und auch die Grobmotorik darf nicht fehlen: Schwimmen, Bälle fangen und werfen, Hindernisse mit einem oder beiden Beinen überspringen, Seilspringen, laufen - vorwärts und rückwärts ...