

Koordinationsübungen/Feinmotorik am Tisch/Aufmerksamkeit

1. Vor jede Hand in 20 cm Abstand eine leere Streichholzschachtel stellen. Direkt vor dem Kind in der Mitte liegen erst 5, dann 10, dann 20 und mehr als 30 haben sich nicht bewährt, - Streichhölzer. Diese werden dann immer mit beiden Händen je eins greifend in die zur Hand gehörenden Schachtel gelegt, -gleichzeitig. Dabei und bei allen weiteren zu dieser Aufgabe gehörenden Übungen muss das Streichholz immer ganz im Schächtelchen liegen, es darf nicht schräg drin liegen.
2. als Steigerung: nacheinander, abwechselnd die Streichhölzer in die Schachteln legen. Erst rechte, dann linke Hand.
3. wie 14, dann wie 15 aber nun liegen die Streichhölzer direkt vor der jeweiligen Hand; .
4. wie 14; dann 15; aber mit Streichhölzer für eine Hand, die andere hat nun Cent einzulegen. Beide Häufchen liegen auch hier zuerst in der Mitte und dann erst vor jeweils einer Hand. Das wird dann auch getauscht, also Streichhölzer, die von der rechten Hand eingeräumt wurden, werden nun von der linken Hand eingeräumt und die Cent tauschen eben Platz und Hand.
5. wie 17, aber nun tauschen die Häufchen nicht mehr ihre Plätze, also Cent liegen vor der rechten Hand, Streichhölzer vor der linken Hand. Nun muss das Kind überkreuzt und nacheinander die Cent und Streichhölzer einsammeln. BSP: die linke Hand greift über die Mitte ein Centstück, dass auf einem Häfchen vor der rechten Hand liegt und legt es in das linke Streichholzschächtelchen. Dann kommt die rechte Hand, greift über die Mitte und holt von den Streichhölzern eines, dass vor der linken Hand angehäuft liegt und legt es in das rechte Schächtelchen. Erst sehr langsam ausführen lassen, da es recht viel Aufmerksamkeit braucht, dann aber auch steigern lassen. Wichtig auch hier, sauber und sehr genau arbeiten.
6. Es gibt hier weitere Variationen, so z.B. nur noch eine Schachtel in der Mitte haben, die eingeräumt werden muss, allerdings passt da nicht so viel hinein. Man kann auch selber eine Schachtel herstellen, dabei ist aber darauf zu achten, dass diese nicht zu groß ist, denn das präzise, passende Ablegen in die Schachtel ist ebenfalls eine große Leistung der feinmotorischen Fähigkeiten.
7. Auf einem Brett, Tisch, etc. mit flachen Hölzern, (Kapplas, Dominosteine) einen Parkcour bauen. Das Kind bekommt einen Tischtennisball und rollt ihn da durch. Ziel ist, dass so wenig als möglich Dominosteine umfallen. Punkte gibt es für jeden Dominostein der beim Ankommen im Ziel noch steht.

Schwierigkeiten können gesteigert werden, indem man den Parkcour enger gestaltet und die Zeit stoppt. Dabei gilt es immer die vorgegebene Zeit zu überholen, geht auch bei Einzelförderung, indem man einen Plan aushängt, in dem die Zeit und der Name des Kindes eingetragen wird, bzw. es sich selber einträgt.

8. Wie 20 aber mit verschiedenen Gegenständen und Größen; so z.B. mit kleinen Matchboxautos oder Fingerskateboards, oder auch einfach mit den Fingern durchlaufen.
9. wie 20 und 21 aber rückwärts!
10. Wie 20 – 22 aber durch einem langen Strohalm blasend, der muss dann ziemlich dicht an den Gegenständen sein und es darf nur ganz wenig geblasen werden.
11. zum 1x1 lernen, Zählen, Reihenfolgen lernen, etc. hat sich das Ballzuwerfen bewährt. Ein leichter Schaumstoffball wird sich zugeworfen, indem zB der dreier geübt wird: 3, den Ball werfen, ich sage 6, werfe den Ball zurück, das Kind sagt 9 usw....Auch bei Monaten. Steigern indem man schneller wirft, oder auch nur mit einer Hand fängt. Wenn man den Tisch zwischen sich lässt, wird meist nicht so stark geworfen und man muss sich nicht so häufig bücken!
12. beide Hände bilden mit dem Zeigfinger und dem Daumen eine Raute, eher ein schiefes Rechteck... und zwar so, dass der Daumen der rechten Hand und der Zeigfinger der linken Hand miteinander zusammenkommen und analog dazu der Daumen der linken Hand mit dem Zeigfinger der rechten Hand. Nun wird immer unten der Zeigfinger und Daumen geöffnet und nach oben außen gedreht und dann oben wieder geschlossen. Dabei ist darauf zu achten, dass die Hände immer an der gleichen Stelle bleiben und nicht nach oben wandern.
13. Schwungübungen auf einem großen Papier, z.B. eine alte Tapetenrolle an die Wand hängen und darauf malen; an der Tafel; in der Sandwanne oder aber später auch auf einem Din A 4 Papier: Für Kinder, die laut, lärmend hereinkommen, oder einfach nur ganz unkonzentriert sind, lasse ich die Schwungübung vom großen zum kleinen machen. Bewährt haben sich Spiralen von außen nach innen, von oben nach unten; liegende Achterschwünge immer von außen nach innen gehend; gleichmäßige geschlossene Kreise, die im Abstand zum nächsten Kreis gleichmäßig sein sollten. Ich wende keine geraden Linien in dem Fall an, sondern immer nur weichgeschwungene Formen, die sich schließen lassen.
14. Wie 26 aber genau anders herum, bei Kindern, die sich verzagt zeigen, arbeite ich von innen nach außen. Sie beginnen

sowieso von alleine ganz klein und brauchen auch bis ihre Bewegung größer und freier wird.

15. Viele Kinder kommen mit einer Menge an Problemen hier an, oder was sie alles noch zu erledigen hätten; eine meiner Lieblingsübungen, die ich auch selber hin und wieder anwende ist folgende: Am Tisch die Ellebogen aufstützen und sich vorstellen die Hände sind eine Blume, Hände sind geschlossen(viele suchen sich gerade die Tulpe aus), oder eine Muschel, oder ein Luftballon der leicht aufgeblasen ist: Einatmen, dabei öffnet sich die Blume, Muschel...- die Hände gehen auf nun werden die Gedanken da hineingelegt, die stören: z.B. muss noch Hausis machen, Badputzen, Ordner suchen. Das darf das Kind dann auch jeweils sagen, wenn es möchte. Dann wird die Blume geschlossen, indem ich ausatme und die Hände wieder schließe. (Zwischen dem Ein- und Ausatmen liegen natürlich normale Atemzüge) und die Blume wird zur Seite, gelegt, so dass der Kopf nun frei ist. Wichtig ist dabei, dass nach der Stunde die Blume wieder aufgenommen wird und die Gedanken wieder da sind; denn die Aufgaben bleiben ja wichtig und sollten auch erledigt werden..
Beim Luftballon werden die Gedanken in die Hände geblasen und in der Fantasie mit einem Schnürle zugebunden, der Ballon wird an die Decke geschickt und kann dann am Schnürle nach der Stunde wieder geholt werden.

Wenn die Sinne nachlassen....: Kinderverse aus meiner eigenen Kindheit.

16. Der Text: „Mein Hut der hat drei Ecken, drei Ecken hat mein Hut. Und hätt er nicht drei Ecken, dann wär's auch nicht mein Hut.“ Wird rhythmisch gesprochen. Dann wird eine Handbewegung zugeteilt:
- „Mein“: mit der flachen Hand auf die Brust tippen
 - „Hut“: mit der flachen Hand an die Schläfe, bzw. an den Kopf tippen
 - „drei“: mit Zeigefinger, Daumen und Mittelfinger die drei zeigen
 - „Ecken“: mit beiden Händen ein Dreieck bilden, dabei in der Mitte oben beginnen, nach außen und vor dem Körper mittig schließen.
- Den Text nun als erstes mit den dazugehörigen Handbewegungen gut lernen.
Dann wir im ersten Durchgang (Es wird immer der ganze Text gesprochen) nur das Wort „Mein“ nicht gesprochen, sondern mit der Handbewegung ersetzt; klappt das, kommt der „Hut“ dazu usw. bis alle Wörter ersetzt sind und wenn das dann alles fehlerfrei klappt, gibt es einen Superapplaus!!!

17. Wie 20 aber als Vereinfachte Form; ich mache das vor und das Kind sagt welches Wort gezeigt wird. Hier mache ich allerdings als Steigerung nicht alles der Reihe nach, sondern durcheinander. Das geht auch andersherum. Das Kind zeigt in dem Fall die Handbewegung und ich sage um was es sich handelt.
18. Auf- und Abbau im Lesen, Schreiben und Sprechen:

„Auf der Mauer, auf der Lauer sitzt ne kleine Wanze, sieh dir mal die Wanze an, wie die Wanze tanzen kann, auf der Mauer auf der Lauer sitzt ne kleine Wanze.“ Diesen Text auswendig lernen.

Dann soll das Kind erst im herkömmlichen Sinn immer bei Wanze einen Buchstaben weglassen, also: auf der Mauer, auf der Lauer sitzt ne kleine Wanz. Dann das z, das n, das a und zum Schluss wird nichts gesagt bei Wanze. Klappt das nimmt man ein weiteres Wort dazu: Lauer oder Mauer; klappt das, nimmt man alle drei Wörter : Mauer, Lauer, Wanze.
19. das selbe aber nun wieder von ‚nichts‘ sagen aufbauen bis alle Wörter wieder vollständig sind.
20. Das selbe, aber das Weglassen der Buchstaben beginnt vorne: Wanze wird anze, nze, ze, e, .. und andersherum
21. Zum Lesen eignet sich der Text, wenn er genau so geschrieben ist, wie das Kind es lesen soll: Also, beim abbauenden Lesen steht dann auch in der vorletzten Zeile: Auf der L auf der M sitzt ne kleine W,; es hat sich nicht bewährt, den Text ‚ganz ‚ zu lassen, da vor allem bei jüngeren Kindern hier wenig Erfolg zu verbuchen ist, weil sie ja dann doch das Wort ganz lesen, obwohl schon z.B. drei Buchstaben abgebaut sind.
22. Der Text wird gesungen oder rhythmisch gesprochen:
„Drei Chinesen mit dem Kontrabass, saßen auf der Straße und erzählten sich was, da kam die Polizei und sagt: „was ist denn das?“ – Drei Chinesen mit dem Kontrabass.“
Nun werden immer die Vokale durch andere ersetzt und zwar den ganzen Text durch:
Mit A: dra Chanasan mat dam Kantabass....
Mit E: dre Chenesen met dem Kentrebess.....
Mit I: dri Chinisin mit dim Kintribiss....
Mit O: dro Chonoson mot dom Kontroboss...
Mit U: dru Chunusun mut dum Kuntrubus...
Geht auch mit Umlauten:
Mit Ä: drä Chänäsäsän mät däm Käntäbäs....
Mit Ö: drö Chönösön möt döm Köntröböss....

Mit Ü: drü Chünüsün müt düm Küntrübüss...

Kinder die in der Mundmotorik Schwierigkeiten haben, trainieren so ihre Muskulatur; aber auch bei Kindern die gerne o und u verwechseln wird klar, dass es doch ein gewaltiger Unterschied ist, ob ich was mit o oder mit u ausspreche, bzw. höre. Es ist übrigens gar nicht so einfach das Lied komplett durch mit einem Vokal fehlerlos durch zu singen!