

## TONUS- UND KRAFTANPASSUNG bei fein- und grafomotorischen Tätigkeiten

Wie Kinder ihre Kraft spüren und dosieren lernen

Beim Werken, Kritzeln, Zeichnen und Schreiben ist die Muskelspannung (Tonus) in Schreibarm, -hand und -fingern von Bedeutung. Der Tonus darf weder zu tief noch zu hoch sein. Hält das Kind den Stift oder ein anderes Werkzeug zu locker, kann durch Übungen die Muskelkraft aufgebaut werden. Bei übermässiger Verkrampfung hingegen sind Aufgaben zur Druckverminderung angezeigt. Die Kinder sollen ein Bewusstsein für einen angemessenen Krafteinsatz entwickeln können. Am wirkungsvollsten gelingt dies durch experimentelles Erfahren und Erforschen.

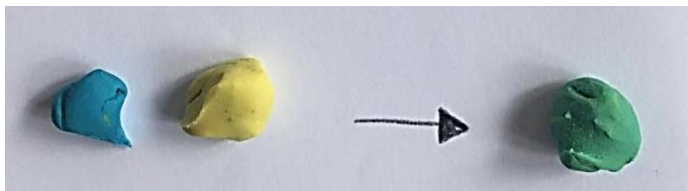
### Ideen für den Unterricht

#### Farben mischen (Einzelarbeit)

*Material:* Knete in zwei unterschiedlichen Farben

*Spiel:* Das Kind erhält jeweils ein kleines Stückchen Knete von zwei unterschiedlichen Farben und versucht, mit einer Hand (ohne Hilfe der anderen Hand oder der Tischplatte) die beiden Knetstücke so zusammenzudrücken und zu vermischen, dass eine neue, dritte Farbe entsteht.

*Variante:* Aus der neuen Farbe werden (ebenfalls ohne Hilfe der anderen Hand oder der Tischplatte) kleine Kugeln geformt.



#### Watteblasen (Gruppenarbeit)

*Material:* Leere Leimtuben oder Shampooflaschen, Wattebausch, grosses Papier mit verschiedenen gross aufgezeichneten Inseln

*Spiel:* Das Kind, das an der Reihe ist, versucht, seinen Wattebausch von der Startlinie aus mit der Leimtube exakt auf eine der Inseln zu blasen.

*Variante:* Anzahl Punkte auf die Inseln schreiben (kleine Inseln höhere Punktzahl als grosse Inseln), jedes Kind schreibt seine Punkte auf

#### Wer findet den Weg (Partnerarbeit)

*Material:* Papier, Klebeband, Bleistifte

*Spiel:* Ein Kind klebt mit Klebeband einen Weg aufs Papier. Das andere Kind versucht nun, blind mit dem Bleistift dem Weg zu folgen.



**Pipetten** (Einzelarbeit)

**Material:** Pipette, (eingefärbtes) Wasser, unterschiedliche Saugnäpfe

**Spiel:** Die Saugnäpfe werden auf den Kopf gestellt (allenfalls mit Knete befestigen, sollten sie nicht alleine stehen). Das Kind füllt nun mithilfe der Pipette die einzelnen Saugnäpfe auf, ohne diese zum Überlaufen zu bringen.



**Malen von 1 – 6** (Einzelarbeit)

**Material:** Kraftbarometer (siehe Kopiervorlage), 1 Farbstift

**Spiel:** Die Kinder malen die sechs Felder des Barometers mit immer mehr Druck aus (1 = ganz fein, 6 = dunkel, mit viel Krafteinsatz)

**Varianten:** Glattes Zeichenpapier A4 kreuz und quer falten, Faltung immer wieder öffnen, es entstehen viele kleine Felder. Die Felder mit den Stärken 1 – 6 ausmalen. Wörter / Sätze mit den verschiedenen Stärken schreiben, diskutieren, was Vorteile / Nachteile der verschiedenen Druckstärken sind, sich im Alltag beim Schreiben diesbezüglich beobachten.



**Rubbelbilder mit Klebepunkten** (Partnerarbeit)

**Material:** Papier, Klebepunkte, Farbstifte

**Spiel:** Ein Kind klebt übers ganze Blatt verteilt Klebepunkte auf (diese können als Schätze, Eislöcher, Vogelnerster, Futternäpfe usw. benannt werden). Das Blatt wird nun mit den Klebepunkten nach unten auf die Tischplatte gelegt. Das zweite Kind versucht, die Klebepunkte zu finden, indem es mit feinen Stiftbewegungen übers Papier fährt und so die Klebepunkte errubbelt.

**Variante:** Die Klebepunkte in einer Linie aufkleben, damit einem Weg / einer Spur gefolgt werden kann.



**Hinweis zum Schreibwerkzeug:** Das richtige Schreibwerkzeug kann bei der Tonus- und Kraftanpassung unterstützend wirken. So lassen sich Filzstifte mit wenig Druck übers Papier führen und eignen sich somit für Kinder, die wenig Kraft aufbauen können. Blei- oder Farbstifte erzeugen mehr Widerstand auf dem Blatt und erfordern bei der Stiftführung mehr Krafteinsatz. Bei Bleistiften gilt: Je höher der Schreibdruck beim Kind, desto härter darf die Mine sein.

**Gesellschaftsspiele zum Thema:**

