

Grobmotorik

„In einem gesunden und mobilen Körper ruht ein gesunder Geist.“

Ihr Kind sollte ein gutes Gleichgewichtsvermögen besitzen, d. h., es sollte auf einem ca. 10 cm breiten Band vorwärts und rückwärts balancieren können. Häufig wird bei den Vorschuluntersuchungen der „Einbeinstand“ überprüft. Grobe Regel: Alter des Kindes = Dauer in Sekunden (5 J. = 5 Sekunden)

Eine gute Koordination ist die beste Voraussetzung, um in der Schule zurechtzukommen. Erinnern Sie sich daran, wie ihre ersten Fahrstunden verliefen? Kupplung treten, Gang einlegen, Blinker setzen... oh je, war das ein Stress. So geht es Ihrem Kind bei den ersten Schreibversuchen: Hand bewegen, auf dem Po sitzen bleiben, Zunge bleibt im Mund, denken, was hat die Lehrerin gesagt?

Ab dem sechsten Lebensjahr sollte Ihr Kind Rad fahren können, einen Ball sicher mit beiden Händen aus unterschiedlichen Richtungen fangen können und eine Zielscheibe mit dem Ball treffen.

Ihr Kind sollte mindestens einmal wöchentlich in ein Kinderturnen gehen. Nutzen Sie Bordsteinkanten zum Balancieren, gehen Sie in den Wald; das Laufen auf Waldwegen schult den Gleichgewichtssinn Ihres Kindes. Ab dem 6. Lebensjahr können Sie mit Ihrem Kind den Hampelmann Sprung üben. Spielen Sie Himmel und Hölle, Gummitwist oder machen Sie Fingerspiele. Gehen Sie auf den Spielplatz, lassen Sie Ihr Kind klettern.

Trainieren Sie eher nicht mit Stützrädern, nutzen Sie ein Laufrad. Das Osterfest war und ist häufig ein Anlass, um einen Ball zu verschenken.