

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Einleitung: Aus der Praxis – für die Praxis	7
I. Theorieteil – Biologische Grundlagen als Voraussetzung für erfolgreiches Lernen	10
1. Das Gehirn in der modernen Gehirnforschung	10
1.1 Die große Schaltzentrale	10
1.2 Die exekutiven Funktionen	14
1.3 Das vegetative Nervensystem – „Auf der Flucht lesen Sie ja auch kein gutes Buch“	25
2. Frühkindliche Reflexe	27
3. Wahrnehmung	29
3.1 Die visuelle Wahrnehmung	30
3.2 Die auditive Wahrnehmung	39
3.3 Kombination von auditiven und visuellen Wahrnehmungsstörungen	41
4. Zusammenspiel der Bereiche	41
5. Gutes Setting – Der Trick, wie Lernen gelingt	45
II. Praxisteil	50
1. Allgemeines: Umgang mit der Arbeitsmappe, den Erklärvideos und die Integration in den pädagogischen Alltag	50
2. Das muss ich beachten: vor, während und nach den 33 gezielten Beschäftigungen des Vorschul- und Grundschulprogramms	52
2.1 Rahmenbedingungen	52
2.2 Übungen zur Vorbereitung – Gehirnaktivierungsübungen	54
2.3 Tipps und Tricks während des gezielten Angebotes	63
2.4 Übungen zur Nachbereitung – Entspannungsübungen	64
2.5 Beobachtungen	66
III. Mit 33 gezielten Beschäftigungen durch ein ganzes Jahr	67
Merkblatt	67
Vorschul- und Grundschulprogramm: 33 Gezielte Beschäftigungen im Vorschuljahr oder in der Grundschule	69
1. Einführung in das Programm – Förderung der Feinmotorik	70
2. Förderung der Feinmotorik – Schwungübung: Wolle wickeln	73
3. Sprachförderung – Phonologische Bewusstheit: Reimen	76
4. Sprachförderung – Phonologische Bewusstheit: Silben segmentieren und unterschiedliche Wortlängen erkennen	80
5. Mathematische Bildung – Gehen auf Teppichfliesen Teil 1	83
6. Mathematische Bildung – Gehen auf Teppichfliesen Teil 2	85
7. Naturwissenschaftliche Bildung – Experiment: Was ist leichter?	87
8. Natur und Umwelterziehung: Bäume	89
9. Förderung der visuellen Fähigkeiten: Spielestunde Teil 1	91
10. Förderung der visuellen Fähigkeiten – Nikolausplätzchen	95
11. Bewegungserziehung mit kognitiven Aufgaben (mit Life-Kinetik®-Fun-Übungen): Luftballonspiele und Achterlauf	98

12. Bewegungserziehung mit kognitiven Aufgaben (mit Life-Kinetik®-Fun-Übungen): Linienspiele mit Zielfixierung	102
13. Musikalische Bildung – Einstieg in „Spielen mit Musik“	106
14. Musikalische Bildung – Rhythmusarbeit und Improvisation.....	110
15. Förderung der Feinmotorik – Schreibrhythmische Übungen: Känguru-Sprünge und Fische ..	114
16. Förderung der Feinmotorik/Logisches Denken: Häuser	116
17. Förderung der Feinmotorik/Sprachförderung – Basteln eines Klatsch-Spieles (Silben segmentieren)	119
18. Sprachförderung – Phonologische Bewusstheit im engeren Sinn	122
19. Sprachförderung: Bildergeschichte.....	125
20. Mathematische Bildung – Erste Mengenerfassung: Spielen mit Eierkartons	127
21. Mathematische Bildung – Geld-Zähl-Spiel: Jahrmarkt.....	130
22. Förderung der visuellen Fähigkeiten – Spielestunde 2. Teil.....	132
23. Förderung der visuellen Fähigkeiten: Symbole finden und ausmalen	136
24. Bewegungserziehung mit kognitiven Aufgaben (mit Life-Kinetik®-Fun-Übungen): Koordinationsleiter	138
25. Bewegungserziehung mit kognitiven Aufgaben (mit Life-Kinetik®-Fun-Übungen) – Bierdeckelstunde	142
26. Musikalische Bildung – Rhythmusarbeit und Geheimsprache.....	145
27. Musikalische Bildung – Rhythmusarbeit und Geheimschrift.....	149
28. Förderung der Feinmotorik – Beidhändigkeit.....	153
29. Sprachförderung – Phonologische Bewusstheit im engeren Sinn	155
30. Mathematische Bildung – Spielen mit den Zahlen 1–12 am Beispiel der Uhr (1. Teil)	157
Bonus: Mathematische Bildung – Spielen mit den Zahlen 1–12 am Beispiel der Uhr (2. Teil).....	160
Bonus: Mathematische Bildung – Spielen mit den Zahlen 1–12 am Beispiel der Uhr (3. Teil).....	163
31. Förderung der visuellen Fähigkeiten – Kontrast- und Farbsehen	166
32. Bewegungserziehung mit kognitiven Aufgaben (mit Life-Kinetik®-Fun-Übungen): Ziele – Parcour und Kegeln	168
33. Musikalische Bildung – Rhythmusarbeit und „Lieder zu Opern“: Jahrmarktlied	172
Bonus: Musikalische Bildung – Lieder zu Opern: „Auf dem Jahrmarkt“	177
Literaturverzeichnis	180
Weiterführende Literatur- und Fortbildungsempfehlungen	181
Anhang: Beobachtungsbogen.....	182
Anhang: Übersicht Arbeitsblätter.....	183
Die Autorin.....	184
Danksagung	185

Die Benutzerhinweise zum Download des Zusatzmaterials und den entsprechenden Zusatzcode finden Sie am Ende des Buches.





Vorwort

Sie haben sich vielleicht gefragt, warum es jetzt noch eines Handbuchs für Vorschul- und Grundschulkindern bedarf. Bei den vielen Angeboten auf dem Büchermarkt ist dies eine berechtigte Frage. Gibt es denn nicht schon alles, was man braucht? Allerdings haben Sie diese Arbeitshilfe gekauft – das heißt, Sie waren auf der Suche nach etwas Neuem, Innovativem, vielleicht auch nach einem konkreten, auf sich aufbauenden Konzept.

Mir ging es genauso, und deshalb habe ich in Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen aus unterschiedlichen Fachgebieten dieses Handbuch als Arbeitshilfe für Sie zusammengestellt.

Als Erzieherin und Leiterin eines Evangelischen Kindergartens über einen Zeitraum von 28 Jahren hat sich das Vorschulkonzept in meiner Laufbahn immer mit- und weiterentwickelt, sodass es genauso in der Grundschule Anwendung finden kann. Entscheidend beeinflusst wurde es jedoch in den letzten sieben Jahren durch meine Zusatzausbildungen zur Visual-, Life-Kinetik- und Neuroathletiktrainerin. Inhalte aus der modernen Gehirnforschung und der visuellen Wahrnehmung nahmen einen immer größeren Stellenwert ein und haben sich in der Praxis so gut bewährt, dass sie über die Jahre fester Bestandteil im Alltag mit den Kindern geworden sind. Die Vorschularbeit hat sich dadurch mit großem Erfolg spürbar verändert. Das Konzentrationsvermögen, die Aufmerksamkeit, die kognitiven Fähigkeiten, die Auge-Hand-Koordination und die Feinmotorik, um nur einige zu nennen, haben sich bei den Kindern stark verbessert. Da Bewegung in diesem Konzept eine große Rolle spielt, galt dies auch für die grobmotorischen Fähigkeiten.

Ziel dieses Handbuchs ist es, mein Wissen und die Erfahrung mit Kindern im Vorschul- und frühen Grundschulalter praxisnah weiterzugeben. Der große Wert dieses Handbuchs liegt in dem Wissen erfahrener Kolleginnen, Wissenschaftlerinnen und Fachleute, das mit eingeflossen ist. An dieser Stelle möchte ich zwei Personen besonders hervorheben. Zum einen Stefanie Hennigfeld von Dynamic Eye, bei der ich die Ausbildung zu Visual- und Kognitionstrainerin gemacht habe, und zum anderen Horst Lutz, der mich zum Schul- und Kitacoach für *Life Kinetik*® ausgebildet hat. Mein Verständnis über visuelle Wahrnehmung und der Zusammenhang zwischen Bewegung, Kognition und moderner Gehirnforschung wurde stark von beiden geprägt. Meine späteren Ausbildungen, die 28-jährige Berufserfahrung im Kindergarten, der Umgang und die Arbeit mit den Kindern, deren Eltern, Fachliteratur sowie der rege Austausch mit Dagmar Schliwa (Visual- und Kognitionstrainerin und Schul- und Kitacoach für Life-Kinetik), Claudia Holz (Sprachtherapeutin), Barbara Kronthaler (Sozial- und Theaterpädagogin), Peter Schuhmann (Musiklehrer und Ausbilder für die Methode „Spielen mit Musik“ von Pierre van Hauwe), Bettina Bäumler (Musiklehrerin für die Methode „Spielen mit Musik“) und Heike Ringler-Hoernisch (Sozialpädagogin und Yogalehrerin) haben zu den Inhalten dieses Handbuchs geführt.

Dieses Handbuch soll **kein weiteres wissenschaftliches Buch** sein. Ich habe versucht, den Theorie- teil möglichst kurz zu gestalten und den **Schwerpunkt auf die Praxis** zu legen. Dennoch ist es wichtig, sich mit diesem vertraut zu machen, denn nur wer versteht, wie großartig das **Wissen um die moderne Gehirnforschung die visuelle Wahrnehmung** ist, wird die Inhalte auch wirklich umsetzen. Die im Theorieteil beschriebenen Buchempfehlungen sind mir heute noch eine große Hilfe und führen zu vertieftem und detailliertem Basiswissen. Die Fachgebiete Gehirnforschung und visu-



elle Wahrnehmung werden ständig weiter erforscht, sodass wir uns noch über viele weitere Kenntnisse in Zukunft freuen dürfen.

Für mich war die Beschäftigung mit diesen Themen wie die Entdeckung einer neuen Welt. Die Begeisterung darüber hat meinen Alltag, meinen Beruf und auch meine sportliche Karriere geprägt und nachhaltig verändert. Mittlerweile habe ich zusammen mit Dagmar Schliwa die Firma Move for Brain GbR gegründet. Wir bieten neben Visual- und Kognitionstraining, Life-Kinetik-Angeboten (Wahrnehmung- und Gehirntraining mit Bewegung), auch ViKo-Kurse (Schwerpunkt visuelle Wahrnehmung) und individuelles Training an. Nähere Informationen können Sie unserer Homepage www.moveforbrain.de entnehmen oder über den direkten Kontakt mit uns: info@moveforbrain.de.

Ich bin überzeugt, dass Sie im Umgang mit dem Handbuch schnell vertraut werden, und würde mich freuen, wenn Sie auch in Ihrem Alltag davon profitieren können. Lassen Sie sich nicht entmutigen, wenn es anfangs etwas holpert und noch nicht gleich funktioniert. All die Gefühle kenne ich sehr gut, aber mit ein bisschen Übung werden die ersten Erfolge schnell spürbar. Die Umsetzung in die Praxis wird Ihnen Klarheit und Sicherheit bringen und die Videosequenzen helfen, das Gelesene schneller nachzuvollziehen. Viel Freude damit!

Ihre Anja Knaub

P.S. Viele der Übungen im Handbuch werden durch **kurze Videoanleitungen** ergänzt. Alle Erklärungsvideos sind unter <https://www.moveforbrain.de/adpfs-start> zu finden.

Im **Login Bereich** „Auf die Plätze, fertig, schlau!“ geben Sie bitte folgenden Code ein: **ADPFS2022**.



VORSCHAU





II. Praxisteil

Ein Buch aus der Praxis für die Praxis!

Wenn Sie es bis hierhergeschafft haben, dann haben Sie den schwierigsten Teil, den Theorieteil, gut hinter sich gebracht. Ab jetzt geht es um die Umsetzung in die Praxis.

1. Allgemeines: Umgang mit der Arbeitsmappe, den Erklärvideos und die Integration in den pädagogischen Alltag

Das gute Zusammenspiel der im Theorieteil beschriebenen Punkte (Gehirn, visuelle Wahrnehmung, Bewegung, Motivation, frühkindliche Reflexe) entscheidet darüber, wie gut die Kinder auf die Schule vorbereitet werden. Der Mensch, das Kind, muss in seiner Persönlichkeit gesehen werden – die Stärken gestärkt und die Schwächen geschwächt werden. Hierbei ist es wichtig zu erkennen, dass alle genannten Bereiche ineinandergreifen und in Zusammenhang stehen. Deshalb sollen auch alle unten genannten Basisbereiche in das Vorschul- und Grundschulprogramm einfließen.

Wenn Sie mit meiner Hilfe die Wichtigkeit des ganzheitlichen Ansatzes verstanden haben, können Sie diese auch auf eigene Ideen übertragen, und es können eigene Beschäftigungen entstehen.

Die ausgearbeiteten Angebote können Sie **das ganze Jahr über** begleiten. Sie folgen einem **strukturierten Ablauf**, welcher sich in der Praxis sehr bewährt hat: Einführung in das Programm, Förderung der Feinmotorik, Sprachförderung, mathematische Bildung, naturwissenschaftliche Bildung, Förderung der visuellen Wahrnehmung, Bewegungserziehung und musikalische Bildung. Jeder Basiskomplex wird die Woche darauf wiederholt, bevor es in einen neuen Bereich wechselt. Sollten Sie in Ihrer Einrichtung nicht die Möglichkeit haben, wöchentlich mit den Kindern zu arbeiten, können Sie auch jeweils einen Basiskomplex durchführen und dann in den nächsten wechseln. Es wäre jedoch sehr gut, wenn alle Basiskomplexe regelmäßig im Programm durchgeführt werden, da hier **alle schulrelevanten Voraussetzungen** geschaffen werden.

Da dieses Handbuch auch noch in der **Grundschule** Verwendung finden kann, sind die Inhalte der ausgearbeiteten einzelnen Beschäftigungen so gewählt, dass sie gewisse Vorschulkompetenzen voraussetzen und zum Teil ein anspruchsvolleres Niveau haben (Beispiel mathematische Kompetenz: Spielen mit der Uhr – besonders die Teile 2–3). Anhand dieser Beispiele soll aufgezeigt werden, wohin die „Reise“ gehen kann, wenn das Wissen um moderne Gehirnforschung, visuelle Wahrnehmung, Motivation etc. schon bei Eintritt in den Kindergarten eine Rolle spielt und dort schon in Teilbereichen umgesetzt wurde. Dann haben die Kinder oft schon die Voraussetzung, dass sie die nötige Ausdauer, Konzentration, Lernbereitschaft und Freude mitbringen, um neues Wissen zu generieren. Konzepte der Einrichtung, Rahmenbedingungen (Anteil von Kindern mit Migration, Inklusion, ausreichend Personal etc.) spielen auch eine entscheidende Rolle und müssen dringend berücksichtigt werden. Es ist wichtig, die Inhalte und Vorschläge dieses Handbuchs an **die Voraussetzungen der Einrichtung anzupassen**, damit es für alle Beteiligten hilfreich ist. Beschäftigungen, die zu schwierig sind, können vereinfacht werden oder auch auf zwei Vorschultage aufgeteilt werden. Entscheidend ist, für alle einen guten Rahmen zu schaffen, in denen die Lust, die Freude und die praktische Umsetzung möglich sind. Nur so kann gutes Lernen gelingen. **Mut zur Lücke ist absolut erlaubt!**



In Bezug auf den eigenen Umgang mit dem Handbuch und den daraus resultierenden Fragen ist zu sagen, dass sich vieles durch **aktives Ausprobieren** erklären wird, also durch Learning by Doing. Sind Beschreibungen anfangs noch etwas unklar, werden sie zunehmend verständlicher, wenn diese in die Praxis umgesetzt werden. Die Erklärvideos sollen den Prozess begleiten und können bei der Umsetzung helfen. **Sie geben den Weg vor und entscheiden, was und wie viel Sie aus den „Vorschlägen“ nehmen wollen.** Deshalb müssen Sie sich nicht sorgen, wenn ihr Ergebnis anders ausfällt. Auf dem Weg dorthin waren sicher viele wirkungsvolle Schritte dabei, die zur Förderung der Vor- und Grundschulkompetenzen beitragen werden.

Auch die **Eigeninitiative** und die **Selbstständigkeit** bei den Kindern soll gefördert werden. Sie sollen Verantwortung für ihre Materialien und ihr Tun übernehmen und lernen, selbstständig ihre Aufgaben zu Ende zu führen. Wann auch immer es möglich ist, sollen die Kinder an Prozesse und der Umsetzung von Inhalten beteiligt (Partizipation) werden und ihre eigenen Ideen einbringen. Unsere Vorschläge und Planung können und sollen dann in den Hintergrund treten, und vielleicht nimmt dann die Beschäftigung einen anderen Verlauf. Super!

Um mit den Kindern gut in die Stunden zu starten, beginnen diese mit **Gehirnaktivierungsübungen** aus dem Bereich Brain Gym®. Diese Übungen haben das Ziel, bestimmte Gehirnregionen zu aktivieren und besser zu durchbluten – ähnlich wie im Sport, hier sollte der Körper vor Anstrengung auch aufgewärmt werden. Damit sich das Gelernte setzen und integriert werden kann, wird am Ende einer jeden Stunde noch eine Entspannungsübung für die Augen und eine Brain-Gym®-Übung zur Gehirnintegration durchgeführt. Sollte die Konzentration bei den Kindern nachlassen, können Sie eine kurze Trinkpause einlegen und mit Gehirnaktivierungsübungen wie z. B. Überkreuzbewegungen (siehe Kapitel 2.2. ff.) die Stunde weiterführen. Auch zwischenzeitliches Lüften ist sehr hilfreich.

Für jedes gezielte Angebot wurde ein zeitlicher Ablauf von **45 Minuten bis eine Stunde** geplant. Je nach Gruppe und Leistungsniveau kann die Dauer auch angepasst werden. 30 Minuten sollten jedoch immer das Ziel sein. Mit zunehmender Zeit, verbunden mit verbesserter Konzentrationsfähigkeit, kann der Umfang gesteigert werden, sodass die 45 Minuten auch zu einem späteren Zeitpunkt erreicht werden können. Durch die Gehirnaktivierungsübungen zu Beginn der Stunde, die Auflockerung zwischendurch (siehe folgendes Kapitel) und die Entspannung am Ende wird mehr Zeit benötigt als bei üblichen gezielten Angeboten. Ideal wäre es natürlich, dass Wissen aus dem Handbuch in andere Bereiche des Kindergartenalltags zu übertragen und anzupassen, wo immer es möglich ist.

Die **Erklärvideos** sollen Sie gerade anfangs unterstützen, um einen praktischen Einblick in das ganzheitliche Programm mit seinen 33 Übungen zu erhalten. Mit dem QR-Code kommen Sie auf die Webseite: www.moveforbrain.de.





Durchführung:

Um auch eine optimale Voraussetzung für das Denken zu schaffen, sollen mehrmals am Tag mit Bedacht einige kleine Schlucke Wasser getrunken werden. Besonders vor konzentrierten Arbeiten sollten die Kinder aufgefordert werden, vorher zu trinken. Auch währenddessen sollte es den Kindern ermöglicht werden, zu trinken. Es empfiehlt sich, dass Kinder ihre Flasche in der Vorschule oder im Unterricht immer griffbereit haben und sie bei einem Raumwechsel mitnehmen dürfen.

Tipp: Eigene Vorbildfunktion nutzen, selbst immer wieder ein paar Schlucke in der Stunde trinken und Kinder darauf aufmerksam machen, selbst an das Trinken zu denken!

Denkmütze

Eine gute Körpermitte ist die Basis für ein gutes Gleichgewicht. Eine gute Koordination der Augen ist die Voraussetzung, dass die Körpermitte stabil ist und stabil gehalten werden kann. Ist sie nicht stabil, hat dies auch immer Auswirkungen auf die Hals- und Brustwirbelsäule. Defizite sorgen oft für Verspannungen. Da auch ein Zusammenhang zwischen verspannter Nackenmuskulatur und fehlender Aufmerksamkeit besteht, ist es wichtig, diese zu verbessern.⁹¹ Die Denkmütze zielt u. a. darauf ab, Nacken und Schultern zu entspannen, um die Aufmerksamkeit auf das auditive System zu lenken.



Durchführung:

Bei der Durchführung soll darauf geachtet werden, dass der Kopf aufrecht und das Kinn gerade gehalten wird. Die Ohren befinden sich auf einer Linie über den Schultern. Die linke Hand greift das linke Ohr und die rechte Hand greift das rechte Ohr (gleichzeitig). Nun werden die Ohren von oben bis zum Ohrläppchen herab sanft gedrückt/massiert. Dieser Vorgang wird mehrmals wiederholt. Am Ende werden die Ohren von oben nach unten sanft „ausgestrichen“.

Tipp: Die Denkmütze sollte immer wieder Anwendung finden, sie fördert im Bereich Wahrnehmen und Erkennen das Kurzzeit- und Arbeitsgedächtnis und verbessert die auditive Aufmerksamkeit (ablenkende Geräusche von wichtigen Geräuschen trennen).

c) Längungsbewegungen: Wadenpumpe und Eule

Die Längungsbewegungen sollen die Integration von vorne und hinten ermöglichen, d.h. es soll gelernt werden, sich je nach Situation zu beteiligen oder zurückzuhalten. Sie „steuern Kontraktion und Entspannung der Muskeln für die Fertigkeiten der Fortbewegung. Sie unterstützen die Entwicklung von Fokus und entspannter Aufmerksamkeit [...] und die Wahrnehmung von Einzelheiten mit einem Gesamtkontext in Einklang zu bringen.“⁹²

91 Ebd., S. 90

92 Ebd., S. 49



Wadenpumpe

Durch das Dehnen der Wade durch die Wadenpumpe kann die natürliche Länge der Muskeln in Unterschenkel und Füßen wieder hergestellt werden.⁹³



Durchführung:

Die Kinder stellen sich in Schrittstellung auf. Beide Beine sind leicht gebeugt. Die Fußspitzen zeigen nach vorne. Die Blickrichtung geht nach vorne. Das vordere Knie schiebt sich nach vorne – dabei verlagert sich das Gewicht auch etwas nach vorne. Das Knie sollte jedoch nicht über das vordere Bein hinauszeigen! Jetzt wird das hintere Bein sanft zum Boden gedrückt, das vordere Bein soll dabei ruhig stehen. Der hintere Fuß kann mehrmals mit der Ferse nach oben genommen werden und dann gleich wieder in den Boden gedrückt werden. Wichtig: Es arbeitet nur der hintere Fuß. Der Rest des Körpers bleibt ruhig stehen. Ca. 5–10 Wiederholungen. Dann erfolgt der Beinwechsel.

Tipp: Wenn Kinder die Ausgangsposition erreicht haben, kann man ihnen erzählen, dass man wie mit einem Blasebalg eine Luftmatratze aufpumpt. Wenn es Balanceschwierigkeiten gibt, kann man sich an der Wand festhalten. Wichtig: keine hektischen Bewegungen, aber maximale Dehnung. Hier wird die Zusammenarbeit der hinteren und vorderen Gehirnhälfte verbessert.

Eule

Die Eulenübung sorgt u. a. dafür, dass sich die Nacken- und Schultermuskulatur wieder dehnt und wieder ihre „Länge“ erhält. Der Bewegungsradius wird so wieder hergestellt, Spannungen werden gelöst und Stress, der auf die Region durch Lesen oder zusammengesunkenes Sitzen entstanden ist, wird aus der Region genommen. So können die Fertigkeiten des Sehens, Hören und Kopfdrehens wieder verbessert werden.⁹⁴



Durchführung:

Die Kinder stellen sich hüftbreit hin. Dabei greifen sie mit der rechten Hand von oben in die gegenüberliegende Schulter hinein und drücken den Muskel fest zusammen. Der Kopf wird langsam über die linke Schulter gedreht und blickt nach hinten. Dabei ganz ausatmen und gleichzeitig einen Eulenlaut – Uhuuuuu – hören lassen. Die Schultern werden dabei nach hinten gezogen und die Brust öffnet sich. Der Muskel wird weiter zusammengedrückt, während der Kopf zur anderen Seite gedreht wird. Dann wird erneut der Blick über die Schulter nach hinten geführt. Bei einem erneuten Uhuuuuu wird der Kopf auf die Brust entspannt nach unten gesenkt. Das Kinn wird dabei leicht nach hinten gezogen, die Schultern sinken entspannt nach unten hinten. Auf jeder Seite wird die Übung drei Mal durchgeführt.

⁹³ Ebd., S. 106

⁹⁴ Vgl. ebd., S. 98



Tipp: Mit Kindern können beim Bewegen des Kopfes zur Seite, kleine Nickbewegungen eingebaut werden. Dabei wird gemeinsam das Uhuuuuu gesagt! Hier wird das gute Zusammenspiel von Hören, Sehen und Bewegen, aber auch das Hören in Verbindung mit dem Kurz- und Langzeitgedächtnis und der Denkfähigkeit (in Worten) gefördert.

Anmerkung: Die Eulenübung kann auch als Abwärmübung/Entspannungsübung am Ender der Stunde genutzt werden.

d) Zungenübungen

Zungenübungen sind den allermeisten Menschen noch sehr unbekannt. Diese haben jedoch eine große Bedeutung für die Funktionalität von Gehirn und Nervensystem. Deshalb lohnt es sich sehr, diese vor viele Aktivitäten vorzuschalten, denn „nicht zuletzt verbessern die intensiven Reize, die über die Zunge ins Gehirn weitergeleitet werden, die neuronale Aktivität vieler Hirnareale. Das wiederum führt zu einer erhöhten Anpassungsfähigkeit des Gehirns.“⁹⁵ Das Gehirn wird dadurch besser durchblutet und dementsprechend besser aktiviert.

Außerdem werden bestimmte Gehirnareale aktiviert, die u. a. an der Integration von Gleichgewichtsinformationen beteiligt sind und zu verbesserter Kopf- und Rumpfstabilität beitragen.⁹⁶ Zusätzlich optimieren Zungenübungen die Wahrnehmung und Kontrolle von Augenbewegungen und unterstützen das Gleichgewichtssystem.⁹⁷

Es gibt immer wieder Kinder, die von ihrer Körperhaltung sehr „lasch“ wirken und wenig Körperspannung aufbauen können. Eine gute Haltung und Spannung im Körper ist für die kindliche Entwicklung sehr wichtig. Ein gut funktionierendes Gleichgewichtssystem und auch das visuelle System sind abhängig von einer guten Körpermitte und Körperspannung. Diese sorgen dafür, den Körper aufrecht und mittig zu halten. „Über die Zungenübungen können zusätzlich wichtige Hirnbereiche wie die Inselrinde und das Kleinhirn aktiviert werden, die an der Integration von Gleichgewichtsinformationen beteiligt sind, sowie Hirnareale wie das Stammhirn als auch fasziale Verbindungen, die beide für eine verbesserte Kopf und Rumpfstabilität sorgen.“⁹⁸ In der Arbeit mit den Kindern haben sich folgende Zungenübungen besonders bewährt:

Zungenkreisen⁹⁹

Vor allem das sogenannte Zungenkreisen ist eine wertvolle Übung für einen optimierten Informationsfluss.

Wichtig ist es, sich entspannt hinzustellen. Der Kiefer wird jetzt leicht geöffnet und die Lippen bleiben geschlossen. Jetzt kreist die Zungenspitze **vor** den Zähnen entlang, hinter den geschlossenen Lippen. Zunächst 10-mal im Uhrzeigersinn und 10-mal in die andere Richtung.



95 Lienhard, Lars; Schmid-Fetzer, Ulla; Cobb, Eric (2020): Neuronale Heilung. Mit einfachen Übungen den Vagusnerv aktivieren – gegen Stress, Depressionen, Ängste, Schmerzen und Verdauungsprobleme. Originalausgabe. München: riva. S. 185

96 Lienhard, S. 54

97 Lienhard et al., S. 185

98 Lienhard, S. 54

99 Lienhard, S. 56



beiden Füßen gleichmäßig verteilt sein. Die Zunge wird an den Gaumen gedrückt und der Atem soll entspannt fließen. Wer möchte, kann die Augen schließen. Achtung: Es kann dabei zu Balance-Schwierigkeiten kommen! Dauer ca. 30 Sekunden, danach wird alles aufgelöst und die andere Seite „verknüpft“. Das heißt, der rechte Fußknöchel wird über den linken gelegt etc. (wieder 30 Sekunden).

Im zweiten Teil der Übung stehen die Füße nebeneinander. Die Fingerspitzen beider Hände werden langsam vor der Brust zusammengeführt. Nach der Zusammenführung bleiben die Kinder so noch ca. 30 Sekunden bis eine Minute stehen. Dabei wird ruhig tief ein und ausgeatmet und die Zunge wird erneut flach gegen den Gaumen gedrückt!

Tip: Hook-ups können im Liegen (dann sollten sich die Kinder im zweiten Teil der Übung aufsetzen), Sitzen oder Stehen gemacht werden. Besonders beim Einüben können die Kinder auch sitzen und liegen. Je besser die Kinder die Ausführung beherrschen, desto eher funktioniert die Übung im Stehen. Diejenigen Kinder, die Schwierigkeiten beim Kreuzen der Arme haben, lassen die Arme einfach auf der Brust ruhen. Durch das Verknüpfen der beiden Körperseiten wird ein Verknüpfen aller Gehirndimensionen erreicht und die Aufmerksamkeit verbessert.

Augenübungen

Das gezielte Anwenden der Augenübungen soll vor allem dafür sorgen, dass sich die Augenmuskulatur nach gezielter Naharbeit entspannen kann. Hier helfen v.a. diese Übungen: Schnelles Blinzeln (sie sorgt v.a. dafür, dass sich Tränenflüssigkeit durch aktives, festes Bewegen bilden kann), Palmieren (dies sorgt für totales Entspannen der Augenmuskulatur) und den Blick in die Ferne richten. Für die richtige Durchführung aller Augenübungen empfiehlt es sich, den **QR-Code** zu verwenden und sich das Video dazu anzuschauen.



Schnelles Blinzeln

Die Kinder sitzen oder stehen. Jetzt ist die Devise: Blinzeln was das Zeug hält, d.h. die Augenlider werden so schnell und locker wie möglich auf und zu geschlagen. Neben der Augenentspannung wird auch der positive Effekt erzielt, dass sich ein feiner Tränenfilm über die Augen legt. Das ist allgemein sehr wohltuend.



Blick in die Ferne richten

Nach jeder konzentrierten Naharbeit sollte sich im Anschluss der Blick in die Ferne richten. Naharbeit ist für die Augen besonders anstrengend und führt zur Verkrampfung der Augenmuskulatur. Dem kann man entgegenwirken, in dem man regelmäßig – am besten alle 15 Minuten – den Blick auf ein wirklich fern gelegenes Ziel richtet. Mit den Kindern schaut man gemeinsam aus dem Fenster und sagt den Kindern, wo sie genau hinschauen sollen. Dabei werden möglichst weit weg liegende Ziele bevorzugt. Besonders hilfreich ist es, sich „grüne“ Ziele auszusuchen (Baum, Hecke). Die Farbe Grün entspannt besonders.





Palmieren

Für diese Entspannungsübung braucht es eine ruhige Atmosphäre und genügend Zeit. Die Kinder setzen sich entspannt und bequem auf einen Stuhl. Brillenträgerinnen nehmen ihre Brille ab. Alle reiben ihre Handflächen aneinander, bis sie das Gefühl haben, dass „Wärme“ entsteht. Die Handflächen werden jetzt ineinander und auf die Augen gelegt. Dabei ist es wichtig, die Augen vollständig abzudichten, ohne dabei auf die Augen zu drücken. Die Nase muss frei bleiben. Jetzt können die Augenlider geschlossen werden. Somit können die Augenmuskeln völlig loslassen und sich entspannen. Die Kinder atmen ruhig ein und aus. Bei Kindern ist es hilfreich, sich eine Geschichte zu überlegen, da sie ansonsten den Zustand der Ruhe nicht lange aushalten werden. Sie können zum Beispiel einen Kinobesuch den Kindern beschreiben, z. B.: „Stell dir vor, du gehst mit deinen Eltern und Geschwistern ins Kino. Im Kino angekommen setzt du dich gemütlich und bequem in den Kinossessel. Nach einer Weile wird es im Kino immer dunkler, weil bald der Film losgeht. Plötzlich wird es ganz schwarz im Raum, weil die Lichter kaputtgegangen sind. Siehst du, wie schwarz es plötzlich ist ...“ Das Ende der Geschichte wird langsam eingeleitet, indem man die Kinder auffordert, zunächst die Hände vor den Augen zu lassen, aber dabei die Augen wieder zu öffnen. Dann dürfen sie die Finger immer mehr „auffächern“, sodass erste Lichtstrahlen durchkommen. Am Ende nehmen die Kinder die Hände komplett von den Augen weg. Es darf wieder aktiv schnell geblinzelt werden und danach nochmals der Blick in die Ferne gerichtet werden.



2.5 Beobachtungen

Beobachtungen, die Sie in der Vorschul- oder Grundschulgruppe machen, sollten Sie unbedingt notieren, denn diese können neben den Beobachtungsinstrumenten **Seldak**, **Sismik**, **Kompik** und **Perik** als Grundlage für das Einschulungsgespräch mit den Eltern dienen. Sie können hierfür den Übersichtsplan aus diesem Handbuch verwenden oder Ihren eigenen, bewährten. Wichtig ist, sich zu notieren, wie Arbeitshaltung, Arbeitstempo, Ordentlichkeit, Konzentration, Merkfähigkeit, Beteiligung, Inhibition, Phonologisches Bewusstsein, Wortschatz, Grammatik und themenspezifische Schwerpunkte z. B. mathematische Kompetenz (Mengenerfassung) etc. gegeben waren.

Übersichtsplan: Beobachtung

Diese Übersicht hilft, die Kinder im Vergleich miteinander zu sehen und schafft einen schnellen Überblick, wo das Kind in den einzelnen Bereichen in Bezug zu den anderen steht.

Beobachtung einzelnes Kind

Da der Übersichtsplan nur die wichtigsten Kompetenzen abfragen kann, ist es wichtig, gezieltere Beobachtungen des einzelnen Kindes mit detaillierten Ausführungen im Anschluss zu notieren. Hilfreich ist es, sie dann sofort in die diversen Beobachtungsbögen zu übertragen.



III. Mit 33 gezielten Beschäftigungen durch ein ganzes Jahr

Merkblatt

Das Wissen über das menschliche Gehirn, seine Fähigkeiten und die Zusammenhänge für optimales Lernen haben Einfluss genommen auf meine Arbeit. Mit dem Ziel, die Kinder ideal auf das Lernen in der Schule vorzubereiten, habe ich ein Vorschul- und Grundschulkonzept entwickelt. Es beinhaltet 33 gezielte Beschäftigungen und eignet sich perfekt für ein Vorschul- oder Schuljahr. Für den Einstieg möchte ich Ihnen vorab noch ein paar Anmerkungen und Hinweise mit auf den Weg geben:

- Die **Basiskomplexe** sind so gewählt, dass alle vorschul- und unterrichtsrelevanten Fähigkeiten gefördert werden. Alle Beschäftigungen folgen einem **festen Ablauf** und können in ihrer Gänze oder auch teilweise übernommen werden. Alle folgenden Beschäftigungen sind Vorschläge, die vom Umfang und der Dauer so ausgearbeitet sind, **dass möglichst viele Inhalte vermittelt werden.**
- **„Weniger ist mehr“** Sollten Sie das Gefühl haben, dass Ihre Kinder den Aufgaben nicht gewachsen sind, vereinfachen Sie Inhalte oder teilen Sie die Beschäftigung auf. Das Gruppenniveau spielt dabei eine große Rolle: Mut zur Lücke. **Die Kinder geben den „Takt“ vor. Die Rahmenbedingungen sind wichtig. Vielleicht helfen Ihnen die folgenden Leitfragen für eine Einschätzung:**
 - Kann die Gruppe 45 Minuten bis zu einer Stunde gezielt diese Konzentrationsarbeit leisten?
 - Sind die räumlichen Voraussetzungen geschaffen? Gibt es einen Intensivraum? Haben Sie einen Turnraum? Sind die Materialien vorhanden?
- **Nutzen Sie den QR-Code!** Dahinter verbergen sich Erklärvideos zu einigen Beschäftigungen, in denen die Übungen nochmal erklärt und vorgemacht werden. Die Beschreibungen sind detailliert und wirken vielleicht oft anspruchsvoller als sie sind. Wenn Sie die Anweisungen sehen und hören, werden sie merken, dass einige Übungen einfacher sind als zunächst angenommen.
- **„Learning by Doing“** Lassen Sie sich auf neue Aufgaben ein. Die Kinder werden es Ihnen danken. **„Sie können nichts falsch machen!“** Sie entscheiden, was Sie leisten können und wollen. Der Weg ist das Ziel. Sie werden den Kindern viel Spaß machen und wichtige Inhalte vermitteln, die zur Stärkung der Vorschul- und Schulkompetenz beitragen!
- **Integrieren Sie Ihre eigenen bewährten Vorschul- oder unterrichtsbegleitenden Beschäftigungen:** Verwenden Sie **Teilbereiche** und verknüpfen Sie diese mit Ihren eigenen Ideen.
 - Gehirn-Aktivierungsübungen lassen sich ganz einfach in jedes Angebot übernehmen.
 - Denken Sie daran, wenn Kinder sich bei Aufgaben bewegen, ist der Lernerfolg höher. Durch das Bewegen wird die Gehirnleistung verbessert und das Gehirn schafft so neue Verbindungen (Kapitel 1).
- **Durch Herausforderungen lernen wir besser:** Muten Sie sich und Kindern zu, dass es anfangs etwas schwierig sein kann. Besprechen Sie mit den Kindern, dass man nicht immer gleich alles können muss.
 - Das Gefühl, etwas geschafft zu haben, ist umso schöner, wenn eine Übung anfangs eine Herausforderung war.
 - Durch Herausforderungen bindet das Gehirn neue Nervenzellen ein und es kommt zu mehr Vernetzungen. Anstrengung lohnt sich also!





- **Transferleistungen:** Bleiben Sie geduldig! Lernerfolg stellt sich oft zeitversetzt ein. Die „sensiblen Phasen“ sind bei Kindern unterschiedlich. In Pausen, z. B. Ferien oder Krankheit, verarbeiten Kinder Lernreize.
 - Zwei Schritte vor und dann drei Schritte zurück sind bei der kindlichen Entwicklung normal.
 - Notieren Sie sich Ihre Beobachtungen regelmäßig. Sie können hierfür den Beobachtungsplan (im Anhang) verwenden, um diese dann später in die bewährten Pläne (Seldeak, Sismik, Perik, Kompik etc.) zu übertragen.
- Achten Sie auf **ausreichend Trinken** vor, während und nach der Beschäftigung. Kinder, die dazu neigen, das Essen zu vergessen, sollten vor der (Vor-)Schule etwas gegessen haben. Eine gute Konzentrationsleistung kann nur erzielt werden, wenn dem Körper genügend Energie zur Verfügung gestellt wird.
- **Materialien vorzeitig organisieren, basteln:** Einige Angebote erfordern einen gewissen Zeitaufwand bei der Herstellung und Vorbereitung z. B. das Bemalen von Bierdeckeln. Beteiligen Sie die Kinder bei den Vorbereitungen z. B. beim Bemalen der Bierdeckel.
 - Machen Sie sich eine **Vorschul- oder Übungs-/Lernkiste** und sammeln Sie alle Materialien für das nächste Jahr. So profitieren Sie von Ihrer Arbeit!
 - Der Kindergarten ist eine große „Schatztruhe“: Oft sind Materialien vorhanden. Es lohnt sich sie zu suchen. Beziehen Sie Kolleginnen ein. Bilden Sie Kooperationen mit anderen Kolleginnen. Vielleicht können Sie sich die Arbeit teilen und sie sind auch an dem Programm interessiert.
- **Integrieren und Wiederholen Sie Inhalte und Spiele im Freispiel. Ermuntern Sie die Kinder, eigenständig, Vorschul- und Übungs-/Lerninhalte zu wiederholen. Freude und Spaß stehen im Vordergrund:** Lassen Sie sich nicht entmutigen, wenn etwas nicht funktioniert. Nehmen Sie sich Zeit! „Rom ist auch nicht an einem Tag erbaut worden!“

Aufbau der 33. gezielten Beschäftigungen nach Fachbereichen:

- Förderung der Feinmotorik
- Sprachförderung
- Mathematische Bildung
- Naturwissenschaftliche Bildung
- Natur und Umwelterziehung
- Förderung der visuellen Fähigkeiten
- Bewegungserziehung mit kognitiven Aufgaben

Anmerkung: Die Aufgaben sind bewusst schwieriger gewählt. Im Gehirn kann es erst dann zu neuen Herausforderungen kommen, wenn das Kind von 10 Wiederholungen 5 geschafft hat. Das heißt: Sobald das Kind eine Aufgabe verstanden hat, ohne dass die Ausführung gut und perfekt sein muss, kommt es schon auf ein neues „Level“. Vermeintliche Fehler sind deshalb erlaubt. **Wichtig** ist jedoch: Das Kind muss sich anstrengen! Die Auflockerungsspiele sind deshalb sehr wichtig, damit das „Gehirn“ eine Pause bekommt.

- Musikalische Bildung – „Spielen mit Musik“ nach der Methode von Pierre van Hauwe und Peter Schuhmann



Anmerkung: Die Beschäftigungen werden zunehmend anspruchsvoller. Insbesondere ab der 28. Beschäftigung. Achten Sie darauf, dass die Beschäftigungen 1–27 auf jeden Fall vorher durchgeführt wurden.

Vorschul- und Grundschulprogramm: 33 Gezielte Beschäftigungen im Vorschuljahr oder in der Grundschule

1. Einführung in das Programm – Förderung der Feinmotorik
2. Förderung der Feinmotorik – Schwungübung: Wolle wickeln
3. Sprachförderung – Phonologische Bewusstheit: Reimen
4. Sprachförderung – Phonologische Bewusstheit: Silben und Wortlängen erkennen
5. Mathematische Bildung – Gehen auf Teppichfliesen Teil 1
6. Mathematische Bildung – Gehen auf Teppichfliesen Teil 2
7. Naturwissenschaftliche Bildung – Experiment: Was ist leichter?
8. Natur und Umwelterziehung: Bäume
9. Förderung der visuellen Fähigkeiten: Spielestunde Teil 1
10. Förderung der visuellen Fähigkeiten – Nikolausplätzchen
11. Bewegungserziehung mit kognitiven Aufgaben: Luftballonspiele und Achterlauf
12. Bewegungserziehung mit kognitiven Aufgaben: Linienspiele mit Zielfixierung
13. Musikalische Bildung – Einstieg in „Spielen mit Musik“
14. Musikalische Bildung – Rhythmusarbeit und Improvisation
15. Förderung der Feinmotorik – Schreibrhythmische Übungen: Känguru-Sprünge u. Fische
16. Förderung der Feinmotorik/Logisches Denken: Häuser
17. Förderung der Feinmotorik/Sprachförderung – Basteln eines Klatsch
18. Sprachförderung – Phonologische Bewusstheit im engeren Sinn
19. Sprachförderung: Bildergeschichte
20. Mathematische Bildung – Erste Mengenerfassung: Spielen mit Eierkartons
21. Mathematische Bildung – Geld-Zähl-Spiel: Jahrmarkt
22. Förderung der visuellen Fähigkeiten – Spielestunde 2. Teil
23. Förderung der visuellen Fähigkeiten: Symbole finden und ausmalen
24. Bewegungserziehung mit kognitiven Aufgaben: Koordinationsleiter
25. Bewegungserziehung mit kognitiven Aufgaben: Bierdeckelstunde
26. Musikalische Bildung – Rhythmusarbeit und Geheimsprache
27. Musikalische Bildung – Rhythmusarbeit und Geheimschrift
28. Förderung der Feinmotorik – Beidhändigkeit
29. Sprachförderung – Phonologische Bewusstheit im engeren Sinn
30. Mathematische Bildung – Spielen mit den Zahlen 1–12 am Beispiel der Uhr (1. Teil)
- Bonus: Mathematische Bildung – Spielen mit den Zahlen 1–12 am Beispiel der Uhr (2. Teil)
- Bonus: Mathematische Bildung – Spielen mit den Zahlen 1–12 am Beispiel der Uhr (3. Teil)
31. Förderung der visuellen Fähigkeiten – Kontrast- und Farbsehen
32. Bewegungserziehung mit kognitiven Aufgaben: Ziele – Parcours und Kegeln
33. Musikalische Bildung – Rhythmusarbeit und „Lieder zu Opern“: Jahrmarktlied
- Bonus: Musikalische Bildung – Lieder zu Opern: „Auf dem Jahrmarkt“



1. Einführung in das Programm – Förderung der Feinmotorik

Ziel: Kinder auf das Programm einstimmen und motivieren. Basisübung „Liegende Acht“ kennenlernen (Feinmotorik und Gehirnintegration).

Teilkompetenzen:

- Sozialverhalten („Als Team sind wir stark!“)
- Umgang mit Erfolg und Frustration
- Eigenverantwortung für Material
- Verbesserung der Fein- und Grobmotorik

Materialien:

- Schuhkarton pro Kind
- Schälchen mit Buntstiften
- DIN-A3-Blatt pro Kind
- **Raum: Intensivraum mit ausreichend Arbeitsplätzen am Tisch**

Einstieg: „Was machen wir alles in diesem Jahr?“ Unterschied hervorheben zwischen Kindergarten und Schule. Kindergarten bereitet auf die Schule vor: „*Ich helfe dir, dass deine Hände gut funktionieren, damit du in der Schule gut lernen kannst, zu schreiben.*“ „*Wir lernen die Zahlen, damit du später in der Schule gut rechnen kannst.*“

Rahmenbedingungen wiederholen, Austeilen der Übungsmaterialien und Umgangsregeln besprechen:

- Gruppenregeln nennen: z. B. wer etwas sagen möchte, hebt den Arm
- Umgang mit Fehlern
- Möglichkeiten der Hilfestellung aufzeigen: Pädagogin und die anderen Kinder sind ansprechbar, bei der Nachbarin anschauen etc.
- Verantwortung für Materialien übernehmen: z. B. Stifte müssen immer gespitzt sein, nichts bleibt liegen

Hauptteil:

- **Gehirnaktivierungsübung:** Überkreuzbewegungen zu schneller Musik (S. 56 ff.)

Wichtig: Kinder sollen ihre eigene Körpermitte überqueren.

- **Kognitionsspiel: Ich packe meinen Koffer**

- 1) Pädagogin erklärt das Spiel.
- 2) Reihum wird ein Gegenstand dazu gepackt und die vorher genannten Gegenstände wiederholt.

Beispiel: „Ich packe meinen Koffer und nehme mit ein Handtuch.“ – „Ich packe meinen Koffer und nehme mit ein Handtuch und einen Fußball“. – „Ich packe meinen Koffer und nehme mit ein Handtuch, einen Fußball und eine Zahnbürste“ usw.

- 3) Zwei Durchgänge, je nach Gruppengröße und Konzentrationsleistung der Gruppe
- 4) Gemeinsam überlegen, wie viele Dinge in den Koffer gepackt wurden: Einzelne Kinder zählen lassen und gemeinsam zählen.





Anmerkung:

- Die Kinder sollen **genügend Zeit** bekommen, um überlegen zu können. Die wartenden Kinder sollen sich zurückhalten. Erst nach einer Bedenkzeit hilft die Gruppe mit.
- Merkfähigkeit wird gesteigert, wenn das Kind, das an der Reihe ist, die Gegenstände mit den Kindern verknüpft und **bei der Aufzählung anschaut**.
- Kinder sollen die Sätze **exakt wiedergeben**, inklusive der Artikel.
- Auf Sprechverhalten aufmerksam machen (z. B. Lautstärke, nuscheln).

• Einführung „Liegende Acht“

1) Jedes Kind erhält ein DIN-A3-Blatt mit einer vorgemalten liegenden Acht und Pädagogin erklärt. Kinder fahren die liegende Acht mit dem Finger nach, inklusive Handwechsel:

- Nase des Kindes und die Kreuzung der Acht bilden eine Linie (= Blattmitte).
- Pädagogin malt mit dem Finger die liegende Acht nach, inklusive Handwechsel.

Wichtig: Die liegende Acht wird immer nach links oben begonnen.

2) Kinder malen die liegende Acht mit einem Buntstift nach – Handwechsel.

Wichtig: Alle malen gleichzeitig auf ein Startsignal z. B. „Achtung – jetzt geht's los“.

3) 8er malen in Verbindung mit Sprache/Sprechrhythmus zu folgendem Text:
„Schmetterling, Schmetterling, fliege fort, fliege fort, flieg an einen schönen Ort.“

Achtung: Der Schmetterlingspruch muss gleichmäßig gesprochen werden.

4) Mehrere Wiederholungen von Malen und Sprechen mit jeweils einem anderen Stift. Liegende Acht wird so ganz bunt. Handwechsel.

5) Alle drehen ihr Papier um und malen ihre eigene liegende Acht auf. Mehrmaliges Malen der liegenden Acht mit verschiedenen Stiften

6) Am Ende malen die Kinder aus der liegenden Acht einen Schmetterling:

- Die liegende Acht bildet die Flügel und die mittlere Kreuzung den Bauch. Der Kopf wird mit Fühler ergänzt.
- Der Schmetterling wird ausgemalt und verziert.



Abschluss:

- **Augenentspannungsübungen:** Blinzeln (S. 65) und Blick der Kinder in die Ferne richten
- Abschlussübung „Hook-ups“ (S. 64) im Sitzen oder Stehen
- **Aufräumen der Übungsmaterialien:** Kinder schreiben ihren Namen klein auf die Rückseite.



Mögliche Beobachtungen:

- Sprachliche Auffälligkeiten: z. B. Erzählfähigkeit, Lautverwechslungen, Wortschatzgröße
- Merkfähigkeit bei „Ich packe meinen Koffer“
- Umsetzung der Gruppenregeln: z. B. nicht dazwischenrufen, wenn jemand anderes dran ist.



- Probleme, die Mittellinie zu kreuzen bei der liegenden Acht?
Mögliche Ursache: Zusammenspiel der Gehirnhälften ist noch nicht gegeben
- Schlechte oder verkrampte Stifthaltung?
- Klare Händigkeit? Schafft das Kind die Aufgabe mit der anderen Hand besser?

Tipps:

- Dreipunktgriff-Hilfe: Muggelstein in der Hand halten, während dem Dreipunktgriff.
- Kinder aktiv bei Schwungübungen unterstützen: Hand führen und gemeinsam über die Mitte/Kreuzung führen.
- Auf Schnelles Schwingen achten. Manche Kinder versuchen, die Linie langsam nachzuzeichnen. Bei der Übung steht die Schwungbewegung im Vordergrund.



VORSCHAU