



Bildungsbereich Motorik (Grob- und Feinmotorik)

„Motorik ist die Fähigkeit des Körpers eines Menschen, sich kontrolliert zu bewegen.“

Kinder brauchen Bewegung, denn Bewegungserfahrungen sind für eine gesunde körperliche, geistige, emotionale und soziale Entwicklung von elementarer Bedeutung. Durch körperliche Aktivitäten erleben die Kinder, dass sie in der Lage sind, etwas zu leisten, und etwas zu bewirken.

Jedes Kind benötigt für den Aufbau von Muskulatur und die Weiterentwicklung von Bewegungsfähigkeiten ca. drei Stunden Bewegung täglich. Unter Feinmotorik verstehen wir die Handgeschicklichkeit, die im engen Zusammenhang mit der kognitiven Entwicklung des Kindes steht. Erst durch Greifen erschließen sich Kinder ihre Umwelt und lernen Sachverhalte kennen und verstehen.

Entwicklung

- 1. Monat** ▶ Dem Kind gelingt eine zunehmende Kontrolle seiner Kopfhaltung.
 - ▶ In Rücken- und Bauchlage beginnt das Kind, seinen Kopf für eine kurze Zeit anzuheben.
- 2. Monat** ▶ Der Rücken des Kindes wird zunehmend gerader, wenn es im Sitzen gehalten wird.
 - ▶ Das Kind strampelt bereits kräftig mit beiden Beinen und bewegt heftig die Arme.
 - ▶ Die Hände werden häufiger geöffnet.
 - ▶ Gegenstände, die zufällig mit der Hand in Berührung kommen, werden festgehalten (Greifreflex).
- 3. Monat** ▶ In der Bauchlage kann das Baby Kopf und Schulter von der Unterlage abheben.
 - ▶ Es beherrscht den Unterarmstütz.
 - ▶ Der Kopf kann bereits eine Minute hochgehalten werden.
 - ▶ Das Kind macht erste gezielte Greifbewegungen, die mit den Augen kontrolliert werden.
- 4. Monat** ▶ Das Kind hebt den Kopf aus der Rückenlage an.
 - ▶ Das Kind schaukelt auf dem Bauch.

- 5. Monat** ▶ Das Kind stützt sich in Bauchlage zunehmend auf den Händen ab.
 - ▶ Wird es aus der Rückenlage an den Händen in den Sitz gezogen, so hebt es Kopf und Schultern an. Es bemüht sich, sich weiter aufzurichten.
- 6. Monat** ▶ In der Bauchlage stützt das Kind sich auf die Hände. Der ganze Brustkorb ist von der Unterlage abgehoben und das Gewicht ruht auf Bauch und Händen.
 - ▶ Es macht sichere Greifbewegungen.
- 7. Monat** ▶ Das Kind kann sich von der Bauch- in die Rückenlage rollen.
 - ▶ Jetzt kann das Kind seine Körperlage selbst verändern.
 - ▶ Eine gezielte Auge-Handkoordination hat sich entwickelt.
 - ▶ Es greift kleinere Gegenstände mit allen fünf Fingerspitzen.
- 8. Monat** ▶ Das Kind beginnt, sich auf dem Bauch liegend fortzubewegen.
 - ▶ Es kann sich um die eigene Achse drehen.
- 9. Monat** ▶ Das Kind beginnt, sich an Möbeln in den Stand hochzuziehen und sich festzuhalten.
 - ▶ Auf dem Bauch liegend versucht es voranzukommen, rutscht dabei aber manchmal rückwärts.
 - ▶ Das Kind benutzt den Pinzettengriff.
- 10. Monat** ▶ Das Kind beherrscht die Fähigkeit, sich aus der Bauchlage aufzusetzen. Es sitzt stabil mit gestrecktem Rücken und gestreckten Beinen und kann so für längere Zeit spielen, ohne das Gleichgewicht zu verlieren.
 - ▶ Das Kind lässt aktiv Gegenstände fallen und übt Greifen und Loslassen.
- 11. Monat** ▶ Das Kind kann krabbeln.
 - ▶ Es beginnt, sich mit Festhalten seitlich an Möbeln fortzubewegen.
 - ▶ Fasst man es an den Händen, so macht das Kind erste Gehversuche.
- 12. Monat** ▶ Das Kind geht an einer Hand.
- 13.–15. Monat** ▶ Das Kind kann knien und ohne Hilfe stehen.
 - ▶ Es kann eine Treppe hinaufkrabbeln.
 - ▶ Es lernt frei zu gehen.
 - ▶ Das Kind ist in der Lage, einen Ball zu rollen.
 - ▶ Es kann einen Turm aus 2 Klötzchen (Kantenlänge 3 cm) bauen.

- 16.-18. Monat**
- ▶ Das Kind kann eine Treppe im Beistellschritt zunächst hinauf-, dann hinabsteigen, wenn es sich an einem Geländer festhält.
 - ▶ Das Kind beginnt, mit beiden Füßen zu hüpfen, es kann sich bücken und etwas aufheben und auf einen Stuhl oder eine Stehleiter klettern.
 - ▶ Das Kind kann einen Ball werfen.
 - ▶ Beim Gehen zieht das Kind gern ein Spielzeug hinter sich her oder schiebt einen Puppenwagen.

- Ab 18. Monat**
- ▶ Das Kind verfeinert sein bisher erreichtes Bewegungsrepertoire, u.a. beim Laufen, Springen, Treppensteigen.
 - ▶ Es kann rückwärts und seitwärts gehen.
 - ▶ Es hüpfert mit beiden Füßen, wenn es sich mit den Händen anhalten kann.
 - ▶ Das Fangen bzw. Festhalten eines großen Balls gelingt nur, wenn dieser auf die vorgestreckten Arme fällt.
 - ▶ Das Kind lernt Grundformen der sportlichen Motorik (balancieren, Fahrzeuge fahren, werfen).

Was bieten wir dafür an? – Bildungsangebote

Die Kinder erhalten täglich die Möglichkeit vielfältige Bewegungserfahrungen zu sammeln durch:

- Spielplatzbesuche
- Spielen im Außengelände/ Flurbereich
- Bewegungsspiele
- Bällebecken
- Spaziergänge/ Waldtage
- Bewegungsbaustellen
- Bewegungsgeschichten
- Psychomotorikgruppen
- Reiten
- Schwimmen
- Malen und Basteln
- Sortieren und Auffädeln von Perlen u.a. kleinen Gegenständen
- Schreibtanz
- Fingerspiele
- Einzelförderung in der Physio- und Ergotherapie (auf Rezept)

Was können Eltern zu Hause tun?

Bewegungsmöglichkeiten schaffen durch:

- Spielplatzbesuche
- Spaziergänge
- Gemeinsame sportliche Aktivitäten
- Bewegungsfreundliche Wohnumgebung schaffen
- Wetterfeste Kleidung ermöglicht kindentsprechende Bewegungsmöglichkeiten auch bei schlechtem Wetter
- Malen und basteln,
- Hauswirtschaftliche Tätigkeiten (backen, Teig kneten, kochen, putzen, Tisch decken, schneiden, mit Messer und Gabel essen)

Welche Ziele werden verfolgt?

- Förderung der Kreativität und Bewegungsfreude
- Aufbau und Ausbau der Muskulatur und Körperbewegungsfähigkeiten
- Förderung der motorischen Grundfähigkeiten wie, Gleichgewicht, Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Gelenkigkeit
- Förderung der Bewegungskoordination
- Planung und Umsetzung gezielter Bewegungsabläufe
- Entwicklung eines differenzierten Körperbewusstseins
- Schulung der Orientierung im Raum
- Antriebslockerung und Antriebssteuerung
- Abbau von Ängsten und Hemmungen
- Verbesserung der Mal- und Schreibfähigkeiten
- Verbesserung der Auge-Hand sowie Hand-Hand-Koordination

