DRK Rostocker Lebens-
perspektive gGmbH
Interdisziplinäre Frühförderstelle

Deutsches
Rotes
Kreuz

Alltag ist die beste Therapie

Montag - Information

Eine Vielzahl von Fähigkeiten, die in Therapien wie Logo-, Physio-, oder Ergotherapie trainiert werden, sind häufig auch in alltäglichen Aufgaben versteckt und werden dort gefördert und trainiert. Nicht nur deshalb, sondern auch um die kindliche Neugier und Wissenshunger zu stillen, ist es enorm wichtig, Ihr Kind bei alltäglichen Aufgaben mit einzubeziehen.

Dienstag - Schon beim Start in den Tag beginnt das Training

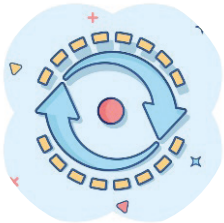
Überlegen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind, welche Kleidungsstücke zum Anziehen benötigt werden. Ist es draußen warm oder kalt? Brauchen wir kurze oder lange Hosen? Unterstützen Sie Ihr Kind beim selbstständigen Anziehen. Beim Sockenanziehen z.B. werden Auge- Handkoordination, Hand-Handkoordination, Feinmotorik, Hand-Fußkoordination, sowie Kraft und Kraftdosierung trainiert.

Mittwoch - Tischdecken

Kinder lieben es ihren Eltern zu helfen. Eine tolle kindgerechte Aufgabe im Alltag ist z.B. das Tischdecken. Zählen Sie gemeinsam ab, wie viele Personen beim Essen dabei sind. Die Kinder sollen die gleiche Anzahl an Tellern, Gabeln, Löffeln und Co. abzählen und anschließend den Tisch decken. Erst mit Ihnen zusammen, im Verlauf kann es eine feste Aufgabe der Kleinen werden. Üben Sie gemeinsam „Wo kommt das Besteck hin?“ und „Was brauchen wir beim Abendessen oder beim Kaffeetrinken?“.

Donnerstag - Knöpfe, Reißverschlüsse und Co.

In unserem Alltag sind permanent unsere feinmotorischen Fähigkeiten gefragt. Schon morgens beim Lichtschalterbedienen fängt es an und geht beim Zähneputzen weiter. Das Öffnen von Dosen oder z.B. das Geben der Zahnpasta auf die Zahnbürste sind tolle Aufgaben, um die Fingerfertigkeiten und Auge-Handkoordination zu üben. Auch Knöpfe und/oder Reißverschlüsse eignen sich gut. Nehmen Sie sich die Zeit, um das Öffnen und Schließen der Verschlüsse mit Ihrem Kind zu üben.



Freitag - Wiederkehrende alltägliche Routine

Damit sich die in vielen alltäglichen Aufgaben geübten Fähigkeiten festigen und noch weiter ausgebaut werden können, ist es wichtig, dass Ihr Kind verschiedene Aufgaben immer wieder erledigt. Ein einmaliges Üben reicht oft nicht aus, um einzelne Fähigkeiten, wie z.B. das Anziehen, sicher zu beherrschen. Unterstützen und motivieren Sie Ihr Kind ohne es zu überfordern und freuen Sie sich gemeinsam über die ersten Erfolge!

Wochenendhighlight - Backen macht glücklich

Kinder mögen es Dinge abzumessen und umzuschütten - backen Sie doch mal Plätzchen oder einen Kuchen gemeinsam mit Ihrem Kind! Sprechen Sie gemeinsam einzelne Arbeitsschritte durch und benennen Sie alle Gegenstände, die genutzt werden - das baut den Wortschatz Ihres Kindes aus. Das Kneten des Teiges ist perfekt, um Kraftdosierung und Wahrnehmung zu üben. Ein leckeres Ergebnis der Mühe gibt es obendrein als Belohnung!

Fotos © Freepik.com

DRK Rostock Lebensperspektive gGmbH - Interdisziplinäre Frühförderstelle
Patriotischer Weg 93, 18057 Rostock
Tel. 0381 24 27 9-6100 · fruehfoerderung@drk-rostock.de