

Guter Rat zur Kindergesundheit

Erhaltig 9/12/12

Die Mönchengladbacher Kinderärzte geben regelmäßig einmal im Monat einen Tipp zur Gesundheit der Kinder. In dieser Woche rät die Kinderärztin Dr. med. Renate Harnacke, Sprecherin der Kinder- und Jugendärzte in Mönchengladbach, zum Thema Motorik.

Übungen für die Feinmotorik

Da es bei den Vorsorgeuntersuchungen der Kinder immer häufiger auffällt, dass ein fünfjähriges Kind z.B. mit der Bitte, es möge ein Haus malen, dieses ausschneiden und dann auf ein anderes Blatt Papier kleben, deutlich überfordert ist, ist bei den Kinder- und Jugendärzten der Begriff der „Familienergotherapie“ entstanden. Das bedeutet, dass die Kinder- und Jugendärzte die Familien darauf hinweisen möchten, wie



Kinderärztin Dr. med. Renate Harnacke

wichtig und unverzichtbar komplexe Tätigkeiten des alltäglichen Lebens sind. Mit etwa zwei Jahren sollten die Kinder beginnen, im Haushalt mitzuhelfen, etwa beim Tischdecken. Dabei sollten sie kleine Mengen an Geschirr zählen und verschiedene Farben kennen und benennen lernen. Das Einräumen sauberen Geschirrs in die Besteckschublade fördert u.a. das Zuordnungsvermögen. Beim Zu-

sammenlegen von Handtüchern lernt das Kind spielerisch viel über mathematische Zusammenhänge. Wenn sich das Kind ab etwa dem 3. Geburtstag alleine anzieht, hat es viele Stunden unverzichtbare Übung in Planung und Feinmotorik. Was liegt also näher, als in der Adventszeit auch mit den Kindern zu backen. Sie haben großes Vergnügen dabei, zuerst die richtigen Zutaten herauszusuchen, die passenden Mengen mit abzuwiegen, den Teig zu rühren oder zu kneten, auszustechen, um dann die Werke in den vorgeheizten Ofen zu schieben. Kinder, die diese Art von komplexen Tätigkeiten im Alltag immer geübt haben, haben es nicht nur in ihrer Alltagsbewältigung leichter, sondern auch schulisch deutlich bessere Erfolge.