

Einführung

Das Zeichenprogramm bietet auf 65 Arbeitsblättern grafomotorische Übungen für Menschen von 8 – 88 Jahren. Es hilft Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, ihre grafomotorischen Kompetenzen zielgerichtet zu verbessern. Ein Teil des Programms wurde in Anlehnung an den RAVEK (Ravensburger Erhebungsbogen grafomotorischer Kompetenzen) Ballon 3 und 4 konzipiert (aus dem Buch „Handgeschicklichkeit bei Kindern“, Verlag modernes lernen Dortmund). Somit bietet das Zeichenprogramm die Möglichkeit, an den erfassten Schwierigkeiten zu arbeiten. Systematisch aufgebaute Übungen zu den Formen der Schrift bilden die Grundlage, eine flüssige, gleichmäßige Schrift zu erwerben. Über die häufige Wiederholung der geübten grafomotorischen Bewegungsmuster und die erhöhte Aufmerksamkeit während der Übungen kommt es zu einer Verbesserung der kortikalen Repräsentation, zur Automatisierung der kontrollierten Bewegungen und zu einem gleichmäßigen Schreibtempo. Der Einsatz des Zeichenprogramms setzt voraus, dass der Schriftspracherwerb vollständig abgeschlossen ist und keine gravierenden Bewegungsauffälligkeiten und Wahrnehmungsstörungen bestehen.

Folgende Schwierigkeiten erschweren das ausdauernde, flüssige und automatisierte Schreiben in einer gut leserlichen Schrift:

- Tonusprobleme oder taktil-kinästhetische Wahrnehmungsprobleme
- Störungen der Auge-Handkoordination, augenmotorische Probleme
- Feinmotorische Koordinationsstörungen
- Auffällige Stifthaltungen
- Mangelnde Automatisierung der Schrift
- Zu langsames / zu schnelles Schreiben
- Schmerzen in Fingern, Handgelenk oder Schulter

Was unterscheidet Schreibmotorik von Grafomotorik

Der Begriff **Grafomotorik** beschreibt die motorischen Voraussetzungen für das spätere schnellere Schreiben. Zu Beginn des Schreibenlernens steht zunächst das langsame „Malen“ von Buchstaben und die Schönschrift im Mittelpunkt. Der Übergang einer langsameren und formorientierten Grafomotorik in eine flüssige, dynamische Schreibmotorik

ist normalerweise nicht Gegenstand des Schreibunterrichts. Man hofft, dass sich das flüssige Schreiben im Verlauf des vermehrten Schreibens irgendwann von selbst einstellt. Das ist aber oft ein fataler Trugschluss. Viele Kinder entwickeln genau an dieser Bruchstelle gravierende Schreibprobleme und eine unleserliche Schrift. Dabei verschärft die vorherige Betonung der möglichst genauen Einhaltung der Schriftform und der Lineaturen das Problem zusätzlich.

Die **Schreibmotorik** umfasst hingegen die motorischen Prozesse, die Grundlage einer flüssigen, ausgeschriebenen Handschrift sind. In diesem Sinne unterscheidet die Schreibmotorik streng zwischen dem langsamen Malen von Buchstaben und dem flüssigen Schreiben. Der Unterschied liegt darin, dass beim Malen die Formkontrolle im Mittelpunkt steht, während beim Schreiben die Motorik dominiert und die Form eine Folge der zuvor gelernten automatisierten Bewegungen ist. Die Buchstabenformen entstehen beim Schreiben also direkt aus der Bewegung heraus.

(Zitat aus „Schreibenlernen – so geht’s!“ Kap. 2: Schreibmotorik von Dr. Christian Marquardt. Materialien zum Schreibunterricht, Care Line, Medien für Bildung / Erziehung / Gesundheit.)

Die Forschungen und Veröffentlichungen von Dr. Christian Marquardt und Norbert Mai bilden den theoretischen Hintergrund der Zeichenprogramme „Geschickte Hände zeichnen 3 und 4, grafomotorische Übungen für Menschen von 8 – 88 Jahren“.

Die Art der Übungsteile basiert auf unserer jahrzehntelangen Erfahrung mit schreibmotorisch auffälligen Kindern und Jugendlichen.

Die Übungsblätter des Zeichenprogramms sind schlicht, ohne ausschmückenden Motive gehalten, um in der Arbeit mit älteren Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen keine kindhaften Vorlagen zu haben. Vom Therapeuten können die Arbeitsblätter bei Bedarf in Spielhandlungen oder Geschichten eingebunden und mit motorischen – bzw. Wahrnehmungsübungen abwechselnd eingesetzt werden. So ist ein zielgerichtetes, spielerisches Arbeiten mit allen Sinnen, z. B. nach dem „Ravensburger Therapiekonzept“, möglich. Viele Anregungen hierzu enthält das Buch „Handgeschicklichkeit bei Kindern“, Verlag modernes lernen, Dortmund.

Zur Durchführung sämtlicher Übungen ist eine aufgerichtete, physiologischen Sitzhaltung wichtig, damit der Arm locker horizontal mitbewegt werden kann. Die Handkante soll aufliegen und die Bewegungen überwiegend aus den Fingergelenken und dem Handgelenk durchgeführt werden.

Es sollte nicht länger als 10 – 15 Minuten am Stück geübt werden.

Hinweis:

Das Zeichenprogramm „Geschickte Hände zeichnen 4 – Grafomotorische Übungen für Menschen von 8 – 88“ enthält vielfältige Varianten mit zum Teil steigendem Schwierigkeitsgrad zu allen Übungsteilen aus „Geschickte Hände zeichnen 3 – Grafomotorische Übungen für Menschen von 8 – 88“.

CD-ROM (B 1081):

Zusätzlich zu den Zeichenprogrammen „Geschickte Hände zeichnen 3 und 4“ ist eine CD-ROM* erhältlich.

Sie enthält den 11-seitigen „Ravensburger Erhebungsbogen grafo- und schreibmotorischer Auffälligkeiten (RAVEK-S)“ in Originalgröße zum Ausdrucken.

Weiterhin enthält sie von fast allen verwendeten Übungsarten der Zeichenprogramme je ein Blanco-Arbeitsblatt. So können ergänzende, speziell für jeden Übenden zusammengestellte Formen oder Buchstabenverbindungen geübt werden. Dadurch ist eine individuelle Behandlungs- und Übungsplanung möglich, die sich auf die ganz speziellen Bedürfnisse und Schwierigkeiten des Einzelnen modifizieren lässt. Für die Übungsart „Rhythmisierungs- und Geläufigkeitsübungen“ sind 2 Varianten von „KIPAS“ (nach **KI**sch / **PA**uli) als separater Block ohne Mustervorgabe erschienen (B 1084, ISBN 978-3-8080-0672-6).

* Ravensburger Erhebungsbogen grafo- und schreibmotorischer Auffälligkeiten (RAVEK-S) + Ergänzungen zu den Zeichenprogrammen „Geschickte Hände zeichnen 3 und 4“, B 1081, ISBN 978-3-8080-0669-6

Übungsteile des Zeichenprogramms

- Die Skalierungsübungen schulen das Einteilen von Flächen, das Halten und Ändern von Richtungen und Größen über die visuelle Kontrolle und die kinästhetische Wahrnehmung.
- Das Arbeiten in den KIPAS (nach **KI**sch / **PA**uli) gibt eine leichte visuelle Unterstützung, ohne die individuelle Schriftgröße festzulegen. Der reine Weißbereich entspricht der Linienvorgabe für die 3. Klasse.

Beim Arbeiten in den KIPAS soll der einzelne Übende individuelle Gestaltungsmöglichkeiten in folgenden Bereichen haben:

- Leichte Größenabweichungen innerhalb des freien weißen Bereichs- die gefundene individuelle Größe sollte in etwa beibehalten werden.
- Individuelle Größengestaltung der Ober- und Unterlängen.
- Leichte individuelle Schrägstellung der Formen nach links oder rechts.
- Je nach Ausführungsbreite der Einzelmuster können bei den zusammenhängenden Mustern 2 oder 3 verbunden werden.

In den Übungsbalken kann auch gezielt in Variationen des Tempos gearbeitet werden. Dazu werden die Muster verlangsamt und beschleunigt wieder gegeben. Um flüssig zu schreiben, ist ein „gewisses“ Tempo erforderlich: Bei einem zu geringen Tempo ist die Schrift leicht verzittert und bei zu großer Geschwindigkeit kann nicht rechtzeitig abgebremst werden.

Das Problem beim Schreiben in den normierten Lineaturen der ersten 3 Grundschulklassen ist, dass sie das Schreiben extrem verlangsamen, da es nur mit starker visueller Kontrolle ausgeführt werden kann.

- Durch die Übungen zur Größenvariation wird das Ausmaß und die zielgerichtete Dosierung der Schreibebebewegung aus den Fingern verbessert. Nur, wenn die Schreibebebewegungen gut koordiniert und aus der Kombination von Handgelenks- und Fingerbebewegungen erfolgen, gelingt es, locker, ausdauernd und leserlich zu schreiben.

- Die Übungen zum Richtungswechsel fördern die Anpassung und das Bewegungsausmaß des Handgelenks. So können Handgelenks- und Fingerbewegung in idealer, physiologischer Weise koordiniert werden.
- Über die Motivblätter können unterschiedliche grafomotorische Muster in sämtliche Richtungen geübt werden. Sie enthalten Muster- / Formenvorgaben und leere Felder zur kreativen Gestaltung. Durch die häufige Wiederholung der einzelnen Muster und Formen steigt die Sicherheit in der Wiedergabe.
- Das als Belohnungssystem konzipierte Glas mit Gummibärchen unterstützt Kinder, motivierter zu üben.
Für jedes sorgfältig durchgeführte Arbeitsblatt malt sich das Kind ein Motiv im Glas aus. Wenn das Glas „voll“ ist, wird zusammen mit den Eltern eine vorher vereinbarte Belohnung eingelöst (z. B. ein Ausflug ohne die Geschwister oder die Erfüllung eines ersehnten Wunsches).

Erfassung grafo- und schreibmotorischer Auffälligkeiten mit dem „Ravensburger Erhebungsbogen grafo- und schreibmotorischer Auffälligkeiten (RAVEK-S)“

Hinweis:

Der Erhebungsbogen ist in diesem Zeichenprogramm lediglich zur Übersicht abgedruckt. Um ihn zu verwenden, muss er im DIN A4-Format von der ergänzend erhältlichen CD-ROM (B 1081) ausgedruckt werden.

Mit dem Erhebungsbogen können die Schreibschwierigkeiten von Kindern und Jugendlichen erfasst werden.

Er besteht aus folgenden Teilen:

- Deckblatt mit Inhalt
- Erhebungsbogen für Therapeuten
- Ballon 3 und 4 mit Auswertungsbogen aus dem RAVEK (Ravensburger Erhebungsbogen fein- und grafomotorischer Kompetenzen), verlag modernes lernen, Dortmund. (Die Ballone müssen auf DIN A4 angeboten werden.)

- Fragebogen für Lehrer
- Fragebogen für Eltern

Der RAVEK-S kann die Grundlage zur Behandlungsplanung grafomotorischer Auffälligkeiten bilden, aber auch zur Verlaufskontrolle und als Grundlage für Berichte eingesetzt werden.

Einsatz der Zeichenprogramme bei Kindern ab 8 Jahren

Bis zum Ende des 2. Schuljahres sollte die Erfassung sowie die form- und richtungssichere Wiedergabe sämtlicher Buchstaben in Druckschrift und verbundener Schrift sowie der Zahlen abgeschlossen sein. Danach wird die Schrift automatisiert und zunehmend in Form, Größe und Richtung individueller gestaltet. Das Tempo kann gesteigert werden und ausdauerndes Schreiben ohne größere Anstrengung ist möglich. Darüber kann sich das Kind zunehmend der Rechtschreibung und dem Inhalt des Geschriebenen zuwenden.

Wenn Kinder in diesem Zeitraum noch Probleme mit der Formerfassung und der Raumlage haben oder feinmotorische Probleme eine sichere Stifthaltung oder die fein dosierte Bewegungsführung beeinträchtigen, brauchen sie ein individuell auf ihre Schwierigkeiten abgestimmtes grafomotorisches Training. Dabei gilt es, grundlegende Bewegungsauffälligkeiten und Wahrnehmungsstörungen zu erkennen und über ein breit gefächertes Therapieangebot zur Förderung der Grob- und Feinmotorik unter Einbeziehung aller Sinnessysteme zu behandeln. Zusätzlich zu dem allgemeinen Training der grafomotorischen Fähigkeiten mit den Zeichenprogrammen „*Geschickte Hände zeichnen 3 und 4*“ bietet sich das systematische Üben problematischer Buchstabenverbindungen an.

Dies ist nach einer ausführliche Analyse von Schriftproben, z. B. mit den KIPAS ohne Mustervorgabe für die Rhythmisierungs- und Geläufigkeitsübungen von dem separaten Block „KIPAS“ Best.Nr. 1084 möglich.

Viele Kinder haben während des gesamten Schreiblernprozesses Schwierigkeiten, ihre Schrift in die vorgegebenen Linien der jeweiligen Klassenstufe einzufügen. Ihre Bewegungen sind, bedingt durch ihre anatomischen Gegebenheiten und ihr individuelles Bewegungsausmaß, kleiner oder größer als es die normierten Linien vorgeben.

So kommen sie nicht in ein dynamisches, automatisiertes Schreiben, bleiben langsam und müssen ständig in einer für sie nicht ökonomischen Weise schreiben. Unsere KIPAS haben wir deshalb in einem fließenden Farbübergang konzipiert. Darin können und sollen die Kinder ihre persönliche Schriftgröße und ihr individuelles Schreibtempo entwickeln. Studien von Norbert Mai und Dr. Christian Marquardt haben ergeben, dass die Vorgabe von exakten Linien schnelles, flüssiges und automatisiertes Schreiben erschwert oder gar verhindert.

Einsatz der Zeichenprogramme bei Linkshändern

Damit Linkshänder mit ihrer Schreibhand auf der linken Blattseite die Übungen nicht verdecken, wurden sie bewusst über die jeweilige Aufgabe gestellt. Da das gleichmäßige Nachrutschen der Hand nach ca. drei Formen / Buchstaben notwendig wird und dies auch für Rechtshänder ein entspannteres Schreiben ermöglicht, wurden die Muster auf kurze Sequenzen beschränkt. So wird der natürliche Schreibrhythmus eingeübt, den auch Schriften von Erwachsenen, die viel schreiben, beinhalten. Das kurze Unterbrechen der Schreibbewegung entspannt die Muskulatur. Dies zu üben bietet die Möglichkeit, es auch beim Schreiben zu übernehmen. Ein entspanntes, schnelles und ausdauerndes Schreiben gelingt nur, wenn nach 2 – 3 Buchstaben kurze Unterbrechungen (Luftsprünge) stattfinden.

Einsatz der Zeichenprogramme bei Jugendlichen

Ältere Kinder und Jugendliche mit Schreibproblemen brauchen Unterstützung dabei, ihre Schrift in Form, Größe, Richtung und Tempo individuell und ökonomisch zu gestalten.

Es kann hilfreich sein, die Schrift des älteren Kindes / Jugendlichen auf Möglichkeiten der Vereinfachung zu prüfen. Wir nennen dies „*Abspecken der Schrift*“. Das ist eine Kombination aus Elementen der Druckschrift und der verbundenen Schrift, wie sie die meisten Erwachsenen benutzen. Zudem bestehen individuell gefundene Buchstabenverbindungen aus maximal 2 – 3 Buchstaben. Über einen so genannten Luftsprung, der die Finger- und Handmuskulatur entspannt, wird zur nächsten Buchstabenverbindung übergegangen. Dies ermöglicht ein ökonomisches, schnelleres und entspannteres Schreiben.

Welche Vereinfachungen von Buchstabenformen und -verbindungen sinnvoll sind, muss individuell für jeden Übenden über Schriftproben, Schreibversuche und deren Analyse herausgefunden werden.

Damit die vereinfachten Buchstabenverbindungen automatisiert werden können, müssen diese täglich 10 bis 15 Minuten geübt werden, um die notwendige Geläufigkeit zu erreichen.

Dafür eignen sich die KIPAS ohne Mustervorlage von Block „KIPAS“ Best.Nr. 1084. Zur Umstellung der Schrift mit Hilfe eines intensiven Trainings sind Schulferien gut geeignet. Fällt das Training in die Schulzeit, sollte wenn möglich versucht werden, die Schreibmenge der Hausaufgaben zu reduzieren, damit das gezielte Schreibtraining täglich ca. 10 – 15 Minuten durchgeführt werden kann.

Einsatz der Zeichenprogramme bei Erwachsenen in der neurologischen Rehabilitation

Menschen mit fein- und grafomotorischen Problemen bei neurologischen Erkrankungen haben häufig auch Probleme mit dem Schreiben. Sie schreiben zu langsam, verkrampfen sich oder haben eine schlecht lesbare Schrift. Wenn keine Störungen bei der Erfassung und Wiedergabe der Buchstaben oder deren Serialität bestehen, kann ein Training mit den Übungen dieser Zeichenprogramme, und aus Block „KIPAS“ der CD-ROM die Bewegungsabläufe des Schreibens verbessern. So kann die Sicherheit und Flüssigkeit beim Schreiben wieder erlangt werden. Durch die Beobachtung des Patienten während des Schreibens und eine gründliche Analyse der Schriftprobe können Probleme eingegrenzt und mit dem betroffenen Patienten das Übungsprogramm besprochen werden. Ergänzend zu den Übungen ist es sinnvoll, immer wieder Lockerungsübungen und lockernde Kritzelübungen durchzuführen und daraus einzelne Buchstaben zu entwickeln, z. B. E- und L-Schlaufen. Zusammenhängende, längere Texte sollten in dieser Übungsphase zunächst nicht geschrieben werden, da diese von den Patienten meist eher verkrampft ausgeführt werden, so lange die neu zu lernenden Bewegungsmuster noch nicht automatisiert sind (Literatur siehe Mai und Schreiber: Schreibtraining bei Patienten mit cerebralen Läsionen).

Einsatz der Zeichenprogramme bei Kindern / Jugendlichen und Erwachsenen in der Handtherapie

Durch Verletzungen oder Erkrankungen der Hand kann das Schreiben erheblich beeinträchtigt sein. So gilt es, außer bzw. nach funktionsverbessernder Ergotherapie incl. sämtlicher handtherapeutischer Maßnahmen wie z. B. Ödembehandlung oder Narbenbehandlung ein zielgerichtetes grafomotorisches Training durchzuführen. Teilweise müssen mit dem Patienten neue Greifmöglichkeiten für die Stifthaltung gefunden werden. Bei manchen Patienten ist dabei der Einsatz einer Schreibhilfe oder eines ergonomisch gestalteten Stifts erforderlich. Durch die Beobachtung des Patienten während des Schreibens und eine gründliche Analyse der Schriftprobe können Probleme eingegrenzt und mit dem betroffenen Patienten das Übungsprogramm besprochen werden. Zusätzlich zu den Übungen aus diesen Zeichenprogrammen und der ergänzenden CD-ROM ist es sinnvoll, immer wieder kurze Texte zu schreiben, um das Geübte zu übertragen und mehr Geläufigkeit beim Schreiben zu erreichen.

Literatur und Quellen

- Norbert Mai und Pia Schreiber: Schreibtraining bei Patienten mit cerebralen Läsionen aus der Zeitschrift *praxis ergotherapie* Heft 4, Juli 1988
- Norbert Mai: Warum wird Kindern das Schreiben schwer gemacht? Zur Analyse der Schreibbewegungen, *Psychologische Rundschau*, 1991
- Norbert Mai und Christian Marquardt: Registrierung und Analyse von Schreibbewegungen: Fragen an den Schreibunterricht, aus Huber, Kegel, Speck-Hamdan (Hrsg.)- Einblicke in den Schriftspracherwerb, Westermann Schulbuchverlag 1998
- Norbert Mai und Christian Marquardt: Schreibtraining in der neurologischen Rehabilitation, borgmann publishing 1999
- Andrea Kisch und Sabine Pauli: Artikel „Geschickte Hände“ – Handgeschicklichkeit bei Kindern aus *praxis ergotherapie* Heft 2 / 2009
- Sabine Pauli / Gerda Leimer: Ergotherapeutische Übungen in der Handtherapie, verlag modernes lernen Dortmund
- Schreibenlernen – so geht’s, Materialien zum Schreibunterricht, Care-line GmbH, Franz Schuster Str. 3, 82061 Neuried

Martin Vetter / Susanne Amft / Karoline Sammann / Irene Kranz: G-FIPPS – Grafomotorische Förderung, 2010

Weitere Literatur von Sabine Pauli und Andrea Kisch

Geschickte Hände

Feinmotorische Übungen für Kinder in spielerischer Form
verlag modernes lernen Dortmund
ISBN 978-3-8080-0637-5, Bestell-Nr. 1020

Geschickte Hände zeichnen 1

Geschickte Hände zeichnen 2

Zeichenprogramme für Kinder von 5-7 Jahren
verlag modernes lernen Dortmund
ISBN 978-3-8080-0664-1 (Block 1), Bestell-Nr. 1045
ISBN 978-3-8080-0665-8 (Block 2), Bestell-Nr. 1046

Geschickte Kinder

Fotokarten-Übungsprogramm zum Thema Körperschema
verlag modernes lernen Dortmund
ISBN 978-3-8080-0384-8, Bestell-Nr- 1028

Handgeschicklichkeit bei Kindern

Spielerische Förderung von 4-10 Jahren
verlag modernes lernen Dortmund
ISBN 978-3-8080-0627-6, Bestell-Nr. 1070

Zu diesem Buch zusätzlich erhältlich:

RAVEK auf CD-ROM (Ravensburger Erhebungsbogen fein- und grafomotorischer Kompetenzen) ISBN 978-8080-0634-4, Bestell-Nr. 1075

Zu den Zeichenprogrammen „Geschickte Hände zeichnen 3 und 4“ zusätzlich erhältlich:

CD-ROM: Ravensburger Erhebungsbogen grafo- und schreibmotorischer Auffälligkeiten (RAVEK-S) / Ergänzungen zu den Zeichenprogrammen „Geschickte Hände zeichnen 3 und 4, verlag modernes lernen Dortmund
ISBN 978-3-8080-0669-6, Bestell-Nr. 1081

Block: „KIPAS“ nach **KI**sch / **PA**uli, ISBN 978-3-8080-0672-6, Bestell-Nr. 1084