

GONGE[®]

INSIGHTS

Kegel, Aktivitätsringe und Auge-Hand-Koordination

Von Physiotherapeutin, Hannah Harboe

In dieser Ausgabe will ich Ihnen berichten, wie Kegel und Aktivitätsringe zusammen genutzt werden können, um die Auge-Hand-Koordination eines Kindes zu trainieren.

Auge-Hand-Koordination: Die Auge-Hand-Koordination ist die Fähigkeit der Augen und Hände, bei der Ausführung einer Aktivität und zum Treffen eines Ziels zusammen zu arbeiten und zu koordinieren. Die Koordination zwischen Auge und Händen braucht das Kind unter anderem, um selbst essen lernen zu können. Das Kind muss das Essen sehen, danach greifen und zum Mund führen. Mit anderen Worten kann man sagen, dass die Auge Hand-Koordination eine der ersten Funktionen ist, die dem Kind das Gefühl geben, etwas aus eigener Kraft zu meistern und damit das Gefühl von Selbstständigkeit zu entwickeln. Beim Üben der Augen-Hand-Koordination sind drei Sinne im Spiel: der visuelle Sinn, die taktile Wahrnehmung sowie die Hände, Arme und bisweilen der propriozeptive Sinn des Körpers. Der propriozeptive Sinn wird aktiviert, wenn es gilt, Kraft und Bewegungsausschlag zu regulieren sowie den Körper zu stabilisieren und in Ruhe zu halten. Um mit der Hand in der Lage zu sein, kleine Gegenstände zu manipulieren, zu essen und mit Präzision zu schreiben, müssen wir den Arm oder den Körper stabilisieren können.

In der Kindheit wird die Funktion durch Spiel entwickelt, wenn das Kind Spielzeug manipuliert und sowohl mit Händen als auch dem Mund untersucht. Später wird die Funktion verfeinert, wenn das Kind einen Gegenstand greift, der ihm zugeworfen wird, oder wenn es selbst zielgerichtet wirft. Letzten Endes versetzt die Auge-Hand-Koordination das Kind in die Lage, mit Besteck zu essen, figurativ zu zeichnen und so nuanciert zu schreiben, dass es als Kommunikationsmittel eingesetzt werden kann.



Die Auge-Hand-Koordination beginnt sich im Säuglingsalter zu entwickeln und wird im Laufe des Heranwachsens verfeinert.

Wenn es ein Kind schwer fällt, Hände und Augen zu koordinieren, kann das an einem oder mehreren der drei genannten Sinne liegen. Um das festzustellen und einzuschätzen, muss das Kind getestet und genau untersucht werden.

Fall auf Seite 2. >>

Fall:

Bob ist 5 Jahre alt und soll bald zur Schule gehen. Seine Eltern sind wegen des bevorstehenden Schulstarts besorgt, denn Bob ist an „schulischen Aktivitäten“ nicht interessiert. Er ist ein Junge voller Energie, der am liebsten draußen spielt, wo er Spiele mit Kraft und großen Bewegungen sucht.

Zeichnen oder Malen hat er noch nie gemocht. Er kann Essbesteck zwar richtig halten, doch fällt es ihm schwer, ordentlich zu essen und während der Mahlzeiten am Tisch sitzen zu bleiben. Entweder legt er sich über den Tisch oder er steht auf.

Meine Untersuchung zeigt, dass Bobs taktile Wahrnehmung normal ist. Sein Sehvermögen wurde von einem Augenarzt ebenfalls als normal festgestellt. Bereits während des einleitenden Gesprächs und der Untersuchung fällt mir auf, dass es Bob schwer fällt seinen Körper zu halten. Er fällt ständig in sich zusammen, wenn er nicht in Bewegung ist.

Schnell wird deutlich, dass Bob nicht in der Lage ist, seinen Körper zu stabilisieren und ruhig zu halten. Ein Kind, das Probleme hat, propriozeptive Sinneseindrücke zu registrieren, sucht oft nach Aktivitäten, die kraftvoll sind und große Bewegungen erfordern. Ich erkläre den Eltern, wie die Fähigkeit zum Manipulieren kleiner Gegenstände davon abhängt, sich selbst zu spüren und den Körper in einer Stellung zu halten.

Wir wollen zunächst die Fähigkeit zum Stabilisieren und Reagieren auf propriozeptive Eindrücke trainieren. Die Gonge-Kegel sind so konstruiert, dass sie sich stapeln lassen und einen Turm bilden können, der leicht umfällt. Zusammen bauen wir einen Turm aus fünf Kegeln. Es erfordert Präzision, die Kegel übereinander auszubalancieren, der Bau des Turms ist also bereits Teil der Übung.

Nachdem der Turm fertig ist, wird Bob in drei Meter Entfernung vom Turm auf ein kleines Podest gestellt. Das Podest bewirkt, dass Bob im unteren Teil des Körpers Stabilität finden muss, um nicht herunterzufallen.

Ist der Körper nicht in Ruhe, ist es schwer zu fangen und genau zu zielen und den Turm umzuwerfen. Ich zeige Bob einen Aktivitätsring, den er fangen muss, wenn ich „Jetzt!“ rufe. Ich fordere ihn heraus, den Blick zu wenden und in verschiedenen Positionen sowohl oben als auch unten, rechts und links vom Körper nach dem Ring zu greifen, während dabei die Körperstabi-



lität gehalten und trainiert werden muss.

Bei den ersten beiden Würfen kann sich Bob noch nicht auf dem Podest halten. Erst fällt er herunter, als er sich nach dem Ring strecken muss, danach schwingt er den Arm beim Werfen zu heftig und verliert das Gleichgewicht. Bei den nächsten beiden Versuchen bleibt er stehen, zielt aber noch nicht genau genug. Beim fünften Wurf trifft Bob den Turm und wir jubeln über den Einsturz und den Erfolg.

Wir einigen uns darauf, dass die Aufgabe zu leicht wird, wenn Bob weniger als drei Ringe braucht. Dieses Ziel ist schnell erreicht und wir stellen das Podest einen Meter weiter weg, um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen. Nachdem Bob sich beim genauen Zielen verbessert hat, kann der Abstand erhöht und der Ring durch einen Ball mit kleinerem Durchmesser ersetzt werden, wodurch sich der Turm schwerer umstürzen lässt. Schnell gelingt es Bob besser, den Körper ruhig zu halten, besser zu zielen und nach den Ringen zu greifen, ohne dabei das Gleichgewicht und die Stabilität im Körper zu verlieren.

Den Eltern wird ein Aktivitätsring mit nach Hause gegeben, damit sie jeden Tag das Werfen und Fangen auf drei Meter Abstand üben können, während Bob gleichzeitig auf einem Schemel oder einem anderen Podest steht. Dass Bob lernt, seinen Körper zu halten, macht ihn ruhiger und lässt ihn bei den Mahlzeiten stiller sitzen. Nach acht Trainingssitzungen ist die Behandlung abgeschlossen und Bob hat mir sogar ein Geschenk mitgebracht: Seine erste eigene Zeichnung – eine Sonne!

**Auf Wiedersehen im
nächsten Gonge Insights
– oder besuchen Sie**

