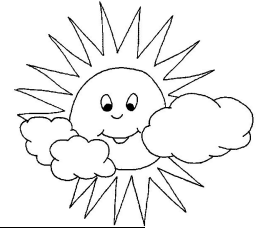
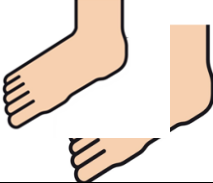
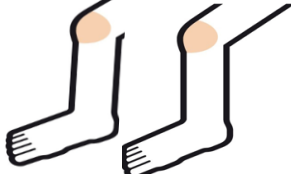
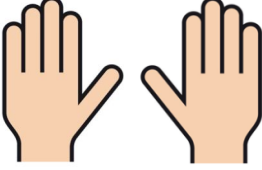
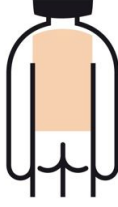




Übung mit Therapieknete oder einem Salzteig bevor man ein Arbeitsblatt beginnt um die Hände und Finger vorzubereiten.

Beginn einer Aktivität, aufrecht sitzen ist sehr wichtig, Konzentration, Fokussierung, Aufmerksamkeit für die Tätigkeit



1. Sitzkorrektur

Beide Füße flach am Boden	
Knie auseinander- parallel	
Hände auf dem Tisch	
Rücken ist gerade	
Kopf hoch und in der Mitte	
Ich sitze ganz gerade, gerade, gerade	

2. Übungen mit der Therapieknete (oder Teig)

- Diese Knetübungen sollen die Beweglichkeit der Finger erhalten bzw. verbessern und Hand- und Fingermuskulatur stärken.
- Alle Übungen sollen natürlich schmerzfrei durchgeführt werden.

<p>Ich rolle die Knete zu einem Ball.</p> <p>Forme mit der Knete einen Ball/Kugel, indem Du Deine Hand flach auf die Kugel legst.</p> 	
<p>Ich rolle den Ball zu einer Rolle.</p> <p>Starte mit <u>einer Hand</u> auf der Knete und rolle mit der ganzen Hand. Wenn die Rolle breit genug ist, kannst Du die andere Hand hinzunehmen.</p>	
<p>Ich lege die Rolle vor mich und drücke mit jedem Finger.</p> <p>Du kannst mit <u>einer Hand</u> anfangen Re/Li oder gleichzeitig erst Daumen, dann Zeigefinger....kleiner Finger</p>	
<p>Ich rolle die Knete wieder zu einer Rolle und mache einer Schnecke.</p> <p>drehe sie von rechts nach links zu einer Schnecke auf.</p>	

Verstecke Spiel mit der Knete

Ich lege die Knete mittig vor mich und drücke meine (1,2,3,..) **Muggelsteine** in die Knete und verstecke sie dort.

Ich nehme die Knete in die Hand und suche meine Muggelsteine, hole sie heraus und lege sie wieder vor mich in die Schachtel.

Zum Buchstaben oder Zahlen lernen mit der Knete

Ich rolle die Knete zu einer Rolle. Ich mache aus der Rolle ein **A, B...**

3. Nun das Arbeitsblatt von der Schule oder Malen (KKG/KIGA) anfangen

Therapieknete können Sie gerne in verschiedenen Stärken einfach im Internet, bestellen z. B.

<https://www.ebay.de/itm/17415770227>