

# Leitfaden Psychomotorik im Frühbereich

## Wann brauchen Kinder Unterstützung?



### Was ist Psychomotorik?

Psychomotorik bezeichnet die Wechselwirkung zwischen Wahrnehmen, Fühlen, Denken, Bewegen und Verhalten und entwickelt sich grundlegend in den ersten Lebensjahren. Die Psychomotorik ist zudem ein pädagogisch-therapeutischer Ansatz und fördert die Gesamtentwicklung und die Selbstwirksamkeit. Dadurch werden die Autonomie und die soziale Teilhabe gestärkt.

### Was sind psychomotorische Auffälligkeiten?

Das Kind...

- ... führt Bewegungen zaghaft und ängstlich aus.
- ... vermeidet bestimmte Bewegungen.
- ... hat einen übermässigen Bewegungsdrang.
- ... ist motorisch ungeschickt.
- ... zeigt einseitig auffallende Bewegungen.
- ... zeigt Auffälligkeiten in der Körperwahrnehmung (Über- und/oder Unterempfindlichkeit).
- ... zeigt Auffälligkeiten in der Körperspannung.
- ... zeigt Auffälligkeiten in der Regulierung und Anpassung der Körperspannung.
- ... zeigt Auffälligkeiten im sozial-emotionalen Bereich.

Die motorische Entwicklung kann sich bei Kindern im Tempo, in der Reihenfolge einzelner Entwicklungsschritte und in der Art der Ausführung unterscheiden. Wenn dabei Auffälligkeiten auftreten, die das Umfeld verunsichern, kann es sinnvoll sein, mit einer Fachperson für Psychomotorik Kontakt aufzunehmen.

Die nachfolgend beschriebene Auflistung dient als Übersicht zu den motorischen Fertigkeiten im Frühbereich. Auch wenn es typische Entwicklungsschritte und Zeitfenster dazu gibt, brauchen Kinder unterschiedlich viel Zeit in deren Entwicklung. Temperament, Umfeld und Erfahrungen spielen dabei eine grosse Rolle.

### Motorische Fertigkeiten mit 18 Monaten

Das Kind...

- ... kann frei gehen.
- ... kann in die Hocke gehen.
- ... klettert auf einen Stuhl.
- ... kann zwei bis drei Klötzchen stapeln.
- ... zeigt mit dem Zeigefinger.
- ... greift Gegenstände im Pinzettengriff.

### Motorische Fertigkeiten mit 2 Jahren

Das Kind...

- ... kann einen Ball werfen und mit dem Fuss schiessen.
- ... kann sicher rennen.
- ... bewältigt Treppen im Nachstellschritt.
- ... kann selbständig essen (Löffel, Gabel).
- ... kann einen Deckel aufschrauben.
- ... kann Buchseiten einzeln umblättern und Bonbons auspacken.

### Motorische Fertigkeiten mit 3 Jahren

Das Kind...

- ... kann sicher rennen, stoppen und beidbeinig abspringen.
- ... fängt einen grossen Ball mit den Armen.
- ... kann einen Ball mit den Händen werfen und mit dem Fuss wegstossen, ohne das Gleichgewicht zu verlieren.
- ... kann Flüssigkeit umgiessen.
- ... kann eine gerade Linie und einen Kreis zeichnen.
- ... kann grosse Perlen auf eine Schnur fädeln.

### Motorische Fertigkeiten mit 4 Jahren

Das Kind...

- ... fängt einen grossen Ball mit den Händen.
- ... kann auf einem Streifen balancieren.
- ... turnt an einfachen Klettergerüsten.
- ... kann einfache Knöpfe auf- und zuknöpfen
- ... schneidet mit einer Schere.
- ... kann mit einem Stift eine Linie zwischen zwei Begrenzungslinien malen.

### Motorische Fertigkeiten mit 5 Jahren

Das Kind...

- ... läuft freihändig und alternierend Treppen.
- ... kann ein paar Sekunden auf einem Bein stehen.
- ... kann aus Knetmasse eine Kugel formen.
- ... legt die Hand mit der es zeichnet auf dem Tisch ab.
- ... kann den Stift mit den Fingerspitzen führen.
- ... kann einer Linie entlang schneiden.

### Haben Sie Fragen?

Bitte zögern Sie nicht, uns bei Fragen zu kontaktieren.  
Die ZET-PsychomotoriktherapeutInnen beraten Sie gerne.

Tel. ZET Brig 027 606 99 30 / Tel. ZET Visp 027 606 98 90  
<https://www.vs.ch/de/web/scj/cdtea>