

## Schwungübungstafeln

### Einsatzgebiete/Fördermöglichkeiten:

- Stifthaltung üben
- Kraftdosierung trainieren
- Feinmotorik weiterentwickeln
- Auge-Hand-Koordination schulen
- Konzentrationsfähigkeit ausbauen

### Anwendungsmöglichkeiten:

#### **Fingerspuren:**

Die Linien und Muster werden nur mit den Fingerspitzen erfühlt und nachgefahren.

#### **Nachspuren mit dem Holzstift:**

Die Linien und Muster werden mit dem am Brett befestigten Holzstift nachgespurt.

#### **Abwandlung für größere Hände:**

Für Erwachsene und Senioren ist der kleine Holzstift wahrscheinlich zu kurz. Hier lässt sich optimal ein Kugelschreiber ohne Mine (mit dem die/der Übende gut zurecht kommt/der gut in der Hand liegt) einsetzen.

#### **4 Übungsvarianten durch 90° Drehung:**

Das Übungsspektrum lässt sich erweitern, indem das Brett einfach immer um 90 Grad gedreht wird.

#### **Verdeckte Linien – Kraftdosierung trainieren:**

Das Brett wird mit Butterbrotpapier (oder anderem dünnen Papier, das die Linien noch erkennen lässt) abgedeckt und das Muster mit einem Bleistift nachgezeichnet. Der Druck auf den Stift muss hier so dosiert werden, dass der Stift schreibt, aber das Papier nicht von der Stiftspitze durchstoßen wird.