

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

Band: 8 (2006)

Heft: 6

Artikel: Kein hoffnungsloser Tollpatsch

Autor: Santinelli, Lietta

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-991791>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

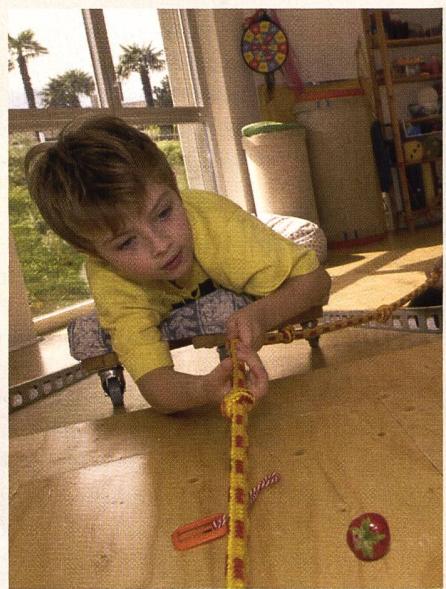
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 06.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Kein hoffnungsloser Tollpatsch

Ein Träumer unter vielen // Matteo leidet an einer Entwicklungsstörung, die seinen Alltag erschwert. Er gilt als Träumer, spricht viel im Unterricht. Doch nicht von Dingen, die in der Klasse behandelt werden. Gezielte Massnahmen im Unterricht, beim Sport und zuhause können ihm über seine motorischen Schwierigkeiten hinweghelfen.

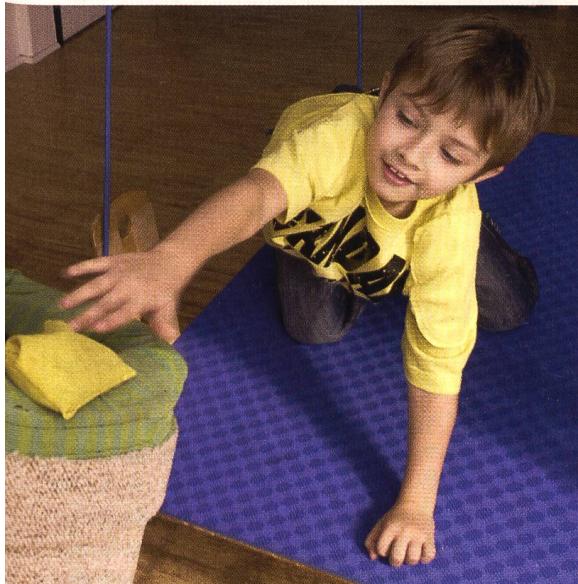
Lietta Santinelli

► Matteo ist ein aufgeweckter und lebhafter sechseinhalbjähriger Junge. So beschreibt ihn seine Lehrerin. Ständig sei er in Bewegung, habe Mühe mit Sitzen und könne sich in der Schule nur schlecht auf die jeweiligen Aktivitäten konzentrieren. Im Sitzen streckt er sich oft über den Tisch aus. Lesen- und Schreibenlernen sind eine riesige Hürde. Im Sportunterricht kann er nicht rollen, ist während des Laufens schlecht koordiniert, kann das Gleichgewicht nicht halten, Bälle nicht fangen und hat Mühe, seine Aktionen richtig zu dosieren. Matteo sei ein sehr ruhiges Baby gewesen, das sich nicht vom Rücken auf den Bauch drehen konnte, erzählt seine Mutter. Seinen Kopf konnte er nur schlecht kontrollieren, und

spannt er den Nacken an. Egal welche Position er einnimmt: Er sucht immer nach einer Möglichkeit zum Anlehnen. Und beim Sitzen tendiert er dazu, den Oberkörper auf den Tisch zu legen; Aktivitäten, bei denen er beide Hände gleichzeitig einsetzen muss, sind für ihn sehr anstrengend.

Links – oder doch lieber rechts?

Matteo bevorzugt auch keine Körperseite: Gewisse Aktivitäten, wie Schreiben, führt er mit rechts aus, die Schere benutzt er aber mit der linken Hand. Manchmal hängt die Wahl der Hand davon ab, wie der Gegenstand, den er greifen soll, gerade liegt. Dabei ist seine Linke leicht



seine Bewegungen waren unkoordiniert, gekrabbelt sei Matteo nie. Auf dem Spielplatz habe er sich nie gerne aufgehalten. Er bevorzugte stets ruhige Aktivitäten wie Puzzle, Fernsehen und Videospiele.

Schlechte Kontrolle der Haltung

Auffällig bei Matteo: In heiklen Situationen hält er den Atem an und versteift sich. Seine Reaktionen sind langsam und ungeschickt, den Körper stabilisiert er mehr schlecht als recht. Auf einer Linie zu gehen, bereitet ihm grösste Mühe. Auf dem rechten Fuss kann er lediglich zehn Sekunden lang balancieren, auf dem Linken sogar nur sechs. Mit offenen Augen, versteht sich. Liegt er auf dem Bauch oder Rücken, schafft er es nicht, Ober- und Unterkörper unabhängig voneinander zu heben. An einem Gerät kann er sein Gleichgewicht nur schlecht halten; egal, ob er sitzt, kniet oder steht: Matteo muss sich anlehnen oder versteifen, um nicht umzufallen. Stösst man ihn auf einem Stuhl mit Rädern vorwärts, so fällt er wegen der Beschleunigung nach hinten. Wenn er die Arme hebt, kann er seinen Körper nicht stabil halten: Wenn er z.B. Wäscheklammern an die Leine hängt,

im Vorteil, obschon Matteo mit rechts schreibt. Er tendiert jeweils dazu, zuerst mit der einen Hand, dann mit der anderen zu agieren. Nur selten koordiniert er beide Hände gleichzeitig. Er bewegt sich «en bloc», Ober- und Unterkörper funktionieren als Einheit, vermeidet überkreuzte Bewegungen. Matteo hat Mühe, einen Ball zu fangen und sich so zu koordinieren, dass er ihn kicken könnte. Mit geschlossenen Füßen von einem Reifen in den anderen zu hüpfen, ist für ihn eine schier unüberwindbare Hürde. Beim Hüpfen kompensiert er seine Schwierigkeiten mit dem Gehör: Er ahmt zuerst mit der Stimme den Rhythmus nach, den z.B. die Schritte der Personen auslösen, die ihn umgeben. Allmählich lernt er seine Hände zu alternieren, so dass er sich an einem Seil vorwärts ziehen kann.

Langsame oder ruckartige Bewegungen

Im feinmotorischen Bereich bereitet es ihm grosse Mühe, die einzelnen Finger unabhängig voneinander zu bewegen, da die Muskulatur hypotonisch ist, also zu wenig Spannung aufweist. Dies kompensiert er durch den Intellekt und das Visualisieren von Bewegungen. Dadurch

bewegt er sich entweder sehr langsam oder ruckartig. Gesten kann er einer Situation nur schlecht anpassen. Neue Bewegungsabläufe lernt er zwar schnell, man muss sie ihm aber vorzeigen. Wenn er nachahmen soll, registriert er die Bewegung, reproduziert sie dann aber nur gerade so weit, bis sie einigermassen der vorgezeigten Bewegung entspricht.

Matteo kann die Augen nicht unabhängig vom Kopf bewegen: Er versteift sich im Nacken, stützt den Kopf auf die Hände oder hält sich am Stuhlrand fest. Dynamische Gegenstände, rollende oder fliegende Bälle, kann er schlecht lokalisieren. Das lässt sich durch die Hypotonie des Oberkörpers erklären. Räumlich-visuelle Übungen führt er ziemlich gut aus, wenn es ihm gelingt, den Kopf zu stabilisieren und die Augen unabhängig davon zu bewegen. Tatsächlich kompensiert er über seinen visuellen Kanal viele Wahrnehmungs- und Gleichgewichtsdefizite.

Schreiben, welche Mühe!

Auch wenn seine Hand angespannt und nicht unabhängig vom Handgelenk bewegt werden kann, kann er einen Bleistift angemessen halten. Sein Endgelenk am Daumen ist wenig beweglich und wird durch die Hypotonie der Hand akzentuiert. Er drückt auf den Bleistift, stützt sich sehr stark auf die Hände: Sowohl auf jene, mit der er schreibt als auch auf jene, die das Blatt hält. Die Position der Hand passt sich nicht an Richtungsänderungen an. Die Qualität einer Reproduktion steht in keinem Verhältnis zum Aufwand, den er dafür betreibt. Spontan benutzt er eine Schere mit beiden Händen. Er versteht und befolgt einfache Vorgaben besser, wenn sie vorgemacht werden. Schlechter kann er verbalen Instruktionen (leg dich auf den Bauch, kneide dich hin usw.) folgen.

Ineffiziente Kompensation

Matteos Schwierigkeiten im Alltag scheinen in direktem Zusammenhang mit seinen Haltungsschwierigkeiten zu stehen. Dies dürfte gleichzeitig der Grund sein, weshalb seine Gleichgewichtsfähigkeit schlecht entwickelt ist. Seine koordinativen Fähigkeiten sind schlecht, er hat Mühe, Einseitigkeit und somit die Feinmotorik zu entwickeln. Deshalb hat Matteo Kompensationsstrategien entwickelt, die aber seine Bewegungen langsam und wenig effizient machen und für ihn enorm anstrengend sind. Matteo bemüht sich zwar, die Resultate sind aber frustrierend. Das wiederum dürfte ihn dazu geführt haben, sich so zu verhalten, wie ihn sein Lehrer beschreibt: ein Träumer, der viel spricht. Aber nur von Dingen, die nichts mit schulischen Aktivitäten zu tun haben. //

► **Lietta Santinelli, Dipl. Ergotherapeutin, wirkt in ihrem eigenen Studio für Ergotherapie in Bellinzona.**

Kontakt: liettas@wambo.ch



Interventionen

Zusammenspiel führt zum Ziel

Welche Unterstützung braucht Matteo, um seine Störungen zu überwinden? Unterschiedliche Massnahmen sind angezeigt.

► **Ergotherapie:** In wöchentlichen Einzelsitzungen, ergreift die Therapeutin gezielte Massnahmen. In diesem geschützten Rahmen trainiert Matteo Fertigkeiten, die er später in den Alltag integrieren kann. Die Ziele einer Therapie sind in diesem Fall:

- Die Haltung mittels gezielter Stärkung des Muskeltonus verbessern. Streckübungen wie auch solche, die gegen die Schwerkraft wirken, eignen sich gut. Beide Aktivitäten sind an lineare Bewegungen gebunden, die es ihm erleichtern, Spannung in die Haltung zu bringen. Eine Möglichkeit: Bäuchlings in einer Hängematte liegend, muss Matteo mit Wurfällen ein Ziel treffen.

- Das Gleichgewicht verbessern: Mobile Geräte im Sitzen, auf Händen und Füßen, kniend oder stehend benutzen. Beispiel: Auf einem Stuhl mit Rädern transportiert er Gegenstände von einem Ort zum anderen, alle Bewegungsabläufe führt er sitzend aus.

- Die Selbstkontrolle mittels Widerstandsübungen stärken: Auf einem Stuhl mit Rädern sitzend, zieht sich Matteo vorwärts, muss so eine leichte Steigung überwinden.

- Bilaterale Integration mit Übungen stärken, welche die Genauigkeit der aktiven Hand fördern und jene, die stützt, stärken. Beispiel: Bäuchlings auf einem Sitzball liegend, stützt sich Matteo mit einer Hand am Boden, mit der anderen trifft er Tennisbälle mit einem Schläger.

- Feinmotorik und Schreibmotorik mit Aktivitäten trainieren, welche die Muskulatur der Hand stärken, die Dissoziation der Finger fördern und somit das Halten eines Bleistifts mit nur drei Fingern ermöglichen. Beispiel: Bogenschiessen, spezifische Fingergymnastik.

► **In der Schule:** Die Lehrerin ist sich der Schwierigkeiten des Kindes bewusst und fördert Matteo, indem sie mit der ganzen Schulklasse Motorikübungen durchführt. Andere Schüler können auch davon profitieren. Jeden Tag schlägt die Lehrperson eine fünfzehnminütige Übungsfolge vor:

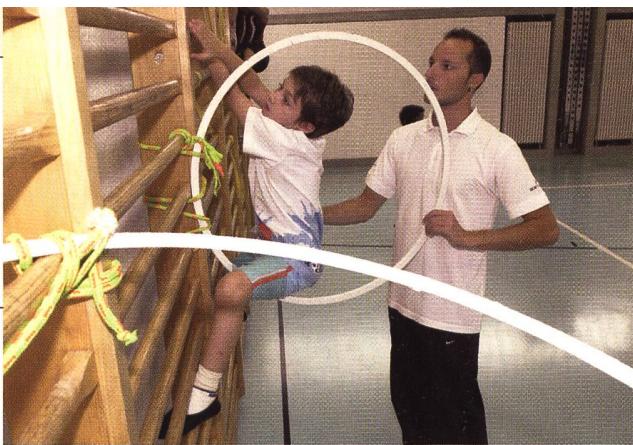
- Kontrolle der Haltung stärken: Die Kinder legen sich bäuchlings hin und imitieren möglichst lange ein startendes Flugzeug. Oder sie machen das «Päckli», umklammern sitzend die Knie mit den Händen und schaukeln auf dem Rücken hin und her, bis sie wieder in die sitzende Anfangsposition gelangen.

- Die Schultern stabilisieren: Die Kinder machen von einem Schulzimmer ins andere den «Schubkarren».

- Arm und Handgelenk unabhängig voneinander bewegen: Die Schüler stehen um einen Tisch und schieben sich Kugeln zu, in dem sie sie mit Keulen auf dem Tisch rollen lassen.

- Koordination der Finger: Helikopterrotoren nachahmen, indem man einen Bleistift zwischen den einzelnen Fingern rotieren lässt.

- Konzentrationsübungen zur Vorbereitung von Aktivitäten, die höchste Aufmerksamkeit erfordern: Auf dem Stuhl sitzend, zucken sie wie Popcorn im Ofen, um dann wieder ruhig zu werden.



► **Im Sportunterricht:** Ein Vertrauensverhältnis zwischen Schüler und Sportlehrer erlaubt es dem Kind, Neues zu versuchen, es trotz Schwierigkeiten zu wiederholen. Die physische Nähe des Sportlehrers vermittelt ihm Sicherheit. Somit wird die Turnstunde für das Kind zu einer wichtigen Stütze bei der Entwicklung seiner Selbstachtung. Im Detail übt sich das Kind an Folgendem:

- Ringe sind für die Koordination und Dissoziation der oberen und unteren Körperhälfte, für die Stabilisation der Schultern und für die Selbstwahrnehmung ein optimales Hilfsmittel.
- Die Sprossenwände helfen ihm, beim Klettern seine Bewegungen zu planen und zu koordinieren.
- Sprünge auf unterschiedlichen Trampolinien stärken den Muskeltonus. Matteo lernt dabei auch Raum-Zeit-Aspekte zu beachten.
- Ballspiele, welche eine visuelle Lokalisation von beweglichen Gegenständen verlangen (visuelle Zeitplanung, kinästhetische Zeitplanung), verbessern seine motorischen Fähigkeiten und fördern die Integration bei Mannschaftsspielen.

► **In der Freizeit:** Die Eltern sind wichtige Mithelfer. Sie überwachen die Fortschritte des Kindes. Sie unterstützen die Massnahmen, indem sie das Kind zu Bewegung animieren und es dazu ermutigen, an Gruppenaktivitäten teilzunehmen. Konkret wird im Familienverband Folgendes gemacht:

- Die Familie absolviert einmal wöchentlich den Vitaparcours. Matteo wird so gezielt mit Aktivitäten konfrontiert. Fortschritte sind konkret messbar.
- Familienspiele fördern die Entwicklung der Feinmotorik. Dazu eignen sich Kartenspiele, bei denen man die Karten fächerartig in der Hand halten muss, Spiele mit Figuren trainieren die Koordination von Augen und Hand, Spiele wie «Pictionary» erfordern das Zeichnen von Figuren, mit ihren typischsten Merkmalen.
- In Sportvereinen kann das Kind seine erworbenen Fähigkeiten umsetzen und neue dazu lernen. Beispiel: Kampfsportarten fördern den Gleichgewichtssinn, die Selbstwahrnehmung und die Haltung; Klettern trainiert die motorische Koordination und stärkt den Muskeltonus, Schwimmen stimuliert die motorische Koordination in einem Umfeld, in dem die Selbstwahrnehmung gesteigert ist.

Bedeutende Fortschritte

Ein Jahr später hat Matteo dank solchen Interventionen viel erreicht:

Muskeltonus: Er hält den Atem in heiklen Situationen nicht mehr an, stabilisiert seinen Körper in allen Lagen viel besser. Er kann auf dem rechten Fuß zwanzig Sekunden balancieren, auf dem linken achtzehn Sekunden. Er muss sich fast nicht mehr abstützen, egal in welcher Situation. Seine Sitzhaltung ist während des Schreibens viel besser. Er hebt die Arme, ohne den Nacken zu verstiften.

Bilaterale und sequenzielle Integration: Matteo kann sich jetzt besser auf eine Hand stützen, während die andere aktiv beschäftigt ist. Ober- und Unterkörper, sowie linke und rechte Körperhälfte sind voneinander unabhängiger. Viele assoziierte Bewegungen sind weggefallen. Schnelle Bewegungen – wie symmetrisches oder asymmetrisches Hüpfen, welches motorische Koordination erfordert – bereiten ihm immer noch Schwierigkeiten. Auch die Interaktion mit sich schnell bewegenden Gegenständen ist noch schwierig für ihn.

Feinmotorik: Die Finger können sich besser unabhängig voneinander bewegen, auch die Dosierung des Krafteinsatzes ist verbessert.

Visuelle Wahrnehmung: Das Lokalisieren von Dingen im Raum ist in der Norm.

Schreibmotorik: Das Daumengelenk ist gefestigt, während Matteo schreibt. Die Schrift ist ebenfalls schöner, und Matteo folgt dem Schreibrhythmus seiner Mitschüler. //



Fotos: Francesca Agosta