

# Am Ball bleiben – Grafomotorische Übungsblätter

in Verbindung mit Raumorientierung, Ballgeschicklichkeit, Konzentration  
und feinmotorischen Gestaltungsimpulsen



Für Kindergarten, Unterstufe und Förderstunden

Dora Heimberg  
Marlene König

## **Am Ball bleiben**

**Grafomotorische Übungsblätter in Verbindung mit  
Raumorientierung, Ballgeschicklichkeit, Konzentration und feinmotorischen Gestaltungsimpulsen  
für Kindergarten, Unterstufe und Förderstunden**

1. Auflage 2014 © Verlag LCH Lehrmittel 4bis8

Autorin: Dora Heimberg

Illustrationen: Marlene Küng

Gestaltung: Katharina Nuspliger-Brand

Korrektur: Elsa Bösch

Die Arbeitsblätter sind als eBookPDF erhältlich. Bestellung nur online möglich: [www.LCH.ch/webshop](http://www.LCH.ch/webshop)

# Inhalt

## Hinweise zu den Übungsblättern

### Hinweise zum Download

## Übungsblätter

### Am Ball bleiben

Experimentieren

Anleitung und Aufgabenbeschreibung

Welchen Weg geht dein Ball?

Schieb deinen Ball um die Hindernisse vom Start zum Ziel

Roll den Ball

Bleib am Ball

Dribbeln mit dem Ball

Die Torjägerin

Dribbeln, Schuss und Tooor!!

Fingerspitzentraining / Experimentieren

### Bälle fallen zu Boden

Die Senkrechte von oben nach unten

Anleitung und Aufgabenbeschreibung

Lass die Bälle fallen

Wie oft fällt dein Ball?

Welche Farbe hat dein Ball

Mein Ball fällt punktgenau

Ich fange den Ball

Bälle fallen und hüpfen

Fingerspitzentraining / Die Senkrechte von oben nach unten

### Lass deinen Ball rollen

Die Waagrechte

Anleitung und Aufgabenbeschreibung

Von Ball zu Ball

Bälle rollen

Lass deinen Ball rollen

Bälle rollen hin und her

Wie weit rollt dein Ball?

Hindernislauf für Bälle

Könnerinnen und Könner am Ball

Meine Bälle treffen das Ziel

Fingerspitzentraining / Die Waagrechte

5

5

6

6

8

9

10

11

12

13

14

15

16

18

19

20

21

22

23

24

25

27

28

29

30

31

32

33

34

35

## Kicken, werfen, fangen

Die Diagonalen

Anleitung und Aufgabenbeschreibung

Zielen und treffen!

Passtraining

Wie viele Körbe machst du?

Wurftraining für Basketballspieler

Werfen und fangen

Wirf den Ball und fang ihn wieder

Fingerspitzentraining / Die Diagonale

## Wenn die Bälle fliegen

Der Bogen

Anleitung und Aufgabenbeschreibung

Bälle fliegen verschieden hoch

Auf dem Tennisplatz

Lass deinen Ball hüpfen

Kinder hüpfen über Bälle

Wirf genau!

Untendurch und obendurch

Fingerspitzentraining / Der Bogen

## Von Bällen, Torwarten und Handschuhen

Kreis und Umkreis

Anleitung und Aufgabenbeschreibung

Ein Ball wird aufgepumpt

Lass deinen Ball grösser werden

Pfff ... , die Luft entweicht!

Schlappe Bälle

Ich hole mir jeden Ball

Ich bin bereit! – Eine Torwartin geht in Stellung

Ein Goalie ist nicht bereit

Der Handschuh des Torwarts

Zwei Handschuhe für den Torwart

Fingerspitzentraining / Kreis und Umkreis

36

38

39

40

41

42

43

44

45

47

48

49

50

51

52

53

54

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

### **Ab ins Lauftraining**

Die Schlaufe

Anleitung und Aufgabenbeschreibung

Dribbeltraining

Buntes Dribbeltraining

Trainingsläufe

Trainingslauf im Schlaufenkreis

Ich sammle alle Bälle ein

Trainingsparcours, Runde 1 bis 4

Fingerspitzentraining / Die Schlaufe

### **Jedes Kind spielt anders**

Muster

Anleitung und Aufgabenbeschreibung

Jedes Kind spielt anders

Jeder Ball fällt anders

Jedes Kind trägt seinen Ball anders

Sieben Kinder spielen zusammen Fussball

Der Ball rollt von Kind zu Kind

Zwei und zwei zusammen

Jedes spielt mit jedem

Fingerspitzentraining / Muster

### **Von Ballwegen und Laufwegen**

Verwertung der Linien

Anleitung und Aufgabenbeschreibung

Ballwege kreuzen sich / Standardaufgabe und Aufgabe plus

Zickzack-Fussball / Standardaufgabe und Aufgabe plus

Trainingslauf im Dreieckparcours / Standardaufgabe und Aufgabe plus

Lauftraining im Viereckparcours / Standardaufgabe und Aufgabe plus

Dribbeln im Halbkreis / Standardaufgabe und Aufgabe plus

Der Ball rollt auf geraden und kurvigen Wegen / Standardaufgabe und Aufgabe plus

Fingerspitzentraining / Verwertung der Linien

### **Ballspiel im Nebel**

Mit Grenzen und Widerstand umgehen

66 Anleitung und Aufgabenbeschreibung

68 Ballspiel im Nebel

69 Bunte Ballspieler im Nebel

70 Die doppelten Spieler

71 Meine linke Fanghand (für Rechtshänder)

72 Meine rechte Fanghand (für Linkshänder)

73 Viele linke Fanghände (für Rechtshänder)

77 Viele rechte Fanghände (für Linkshänder)

103

105

106

107

108

109

110

111

### **Ballgeschicklichkeit in Verbindung mit Grafomotorik**

**112**

78 Am Ball bleiben

80 Das Bewusstsein für Ballwege

81 Beobachten

82 Ballerfahrungen mit dem Körper

83 Kraftdosierung

84 Bereitschaftshaltung

85 Mit Grenzen und Widerstand umgehen

86 Gestaltungsimpulse

87

112

113

114

115

116

117

118

119

## Hinweise zu den Übungsblättern

### Grundlagen und didaktische Überlegungen

Die grafomotorischen Übungsblätter sind Teil des grafomotorischen Konzepts, das Dora Heimberg entwickelt und im Praxisbuch **«Bewegen, zeichnen, schreiben»** publiziert hat. Das Buch kann unter [www.LCH.ch/webshop](http://www.LCH.ch/webshop) bestellt werden. Bei allen Übungseinheiten ist vermerkt, wo die weiterführenden theoretischen und didaktischen Grundlagen im Buch zu finden sind. Die Übungsblätter können ohne Bezug des Praxisbuches angewendet werden.

Die grafomotorischen Übungsblätter «Am Ball bleiben» orientieren sich in Konzept und Aufbau an den Übungsblättern «Zu den Sternen greifen». Neu sind darin Übungen zum Fingerspizentraining sowie Übungen zur Ballgeschicklichkeit in Verbindung mit Grafomotorik. Die Übungen zur Ballgeschicklichkeit können mit den Kindern im Schulzimmer oder in der Turnhalle ausgeführt werden. Kurz und häufig geübt, schaffen sie Verbindung zur Raumorientierung, Ballgeschicklichkeit, Konzentration und feinmotorischen Gestaltung. Alle Übungen sind mit Kindergruppen erprobt und ausgeführt worden.

### Anpassung und Freiheit

Buchstaben mit den dazugehörigen Lauten sind Abmachungen einer Gesellschaft. Kinder, die schreiben lernen, müssen sich den Regeln dieser Kulturtechnik anpassen. Kinder sind frei, die Buchstaben so aneinanderzureihen, dass sie mit den daraus entstandenen Wörtern und Sätzen ihre Ideen, Gefühle, Gedanken oder Beziehungen ausdrücken können. In diesem Sinne dienen die Übungsblätter einerseits für festgelegte Abfolgen zu den Elementen der Schrift. Andererseits sollen die Kinder angeregt werden, die Übungsblätter frei und selbstbestimmt zu verändern:

- Eigene Verbindungen von Orientierungspunkt zu Orientierungspunkt finden
- Geschichten zu den Übungsblättern erfinden
- Übungsblätter mit eigenen Figuren ergänzen, Figuren ausmalen und verzieren
- Feinmotorische Gestaltungsimpulse beachten und erweitern
- Mit dem Fingerspizentraining wird die Fingerbeweglichkeit, die beim Schreiben der Buchstaben notwendig ist, besonders gewichtet.
- Die Impulse zur Ballgeschicklichkeit sind gleich zu verstehen. Variantenreich eingesetzt dienen sie der Grafomotorik, aber nicht nur. Ballgeschicklichkeit erfordert Anpassung. Die Varianten dazu bieten die Freiheit, verschieden angepasst auf Situationen reagieren zu können. Wenn die Lehrperson Impulse und Ideen der Kinder aufnimmt, entsteht Kommunikation.

### Kurse und Weiterbildung

Die Autorin Dora Heimberg gibt auch Weiterbildungskurse. Thematische Schwerpunkte: Grundlagen zur Grafomotorik und Kommunikation, Entwicklung und Bedeutung der Strichführung und der Elemente der Schrift, Händigkeit und Lateralität, Handlungs- bzw. Formwiedergabepanung, Schreib- Stift- und Blatthaltung, Bewegungsentwicklung aus psychomotorischer Sicht. Mehr Informationen finden sich unter [www.doraheimberg.ch](http://www.doraheimberg.ch).

## Hinweise zum Download

### Druckerlaubnis

Mit dem Kauf der Arbeitsblätter haben Sie die Druckerlaubnis erworben. Sie können die Blätter für Ihren Gebrauch beliebig ausdrucken.

Beachten Sie bitte, dass die Druckvorlage urheberrechtlich geschützt ist. Sie darf nicht an Dritte zur weiteren Verwendung (kopieren) abgegeben werden.

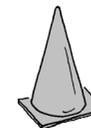
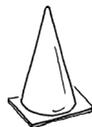
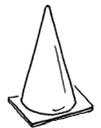
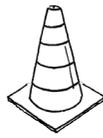
### Tipps zum Drucken

- Druckqualität: Die Druckqualität ist abhängig vom Drucker und vom Papier. Je hochwertiger das Papier, desto besser der Druck.
- Drucker: Bei Druckern mit geringer Speicherkapazität ist es besser, die Arbeitsblätter in Teilen oder kapitelweise auszudrucken.
- Probleme beim Drucken: Es kann vorkommen, dass beim Download Daten (Pixel) verloren gehen. Einzelne Arbeitsblätter können dann nicht korrekt ausgedruckt werden (fehlende Zeichen, Verschiebungen, schlechte Druckqualität, Schrift nicht lesbar o.ä.). Fehlerbehebung: Arbeitsblätter über den Link noch einmal herunterladen und ausdrucken. Falls kein Erfolg, Meldung an: [bestellung@LCH.ch](mailto:bestellung@LCH.ch)

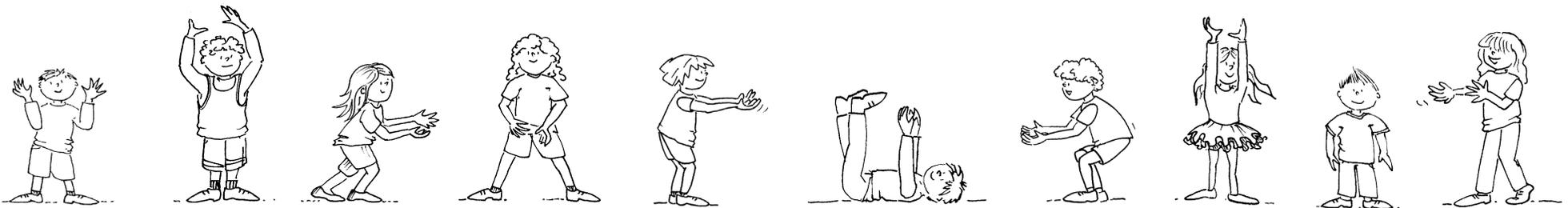
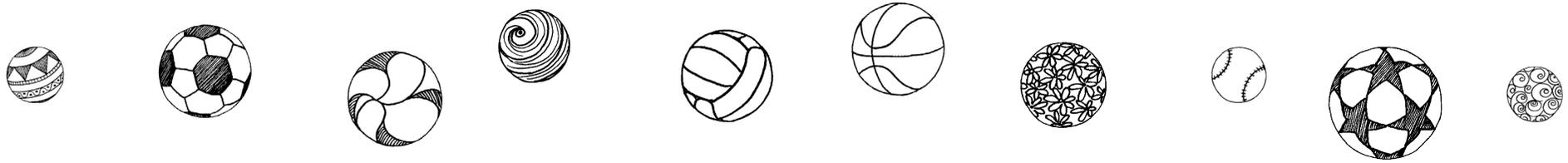
### Lösungsvorlagen der grafomotorischen Übungsblätter

Alle Lösungsvorlagen der grafomotorischen Übungsblätter sind in Miniaturen bei den Anleitungen zu den Aufgaben abgebildet.

# Bleib am Ball



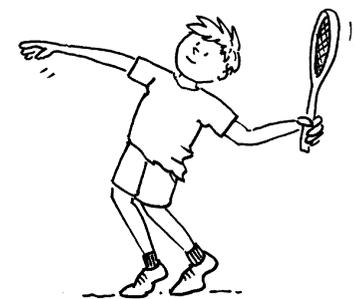
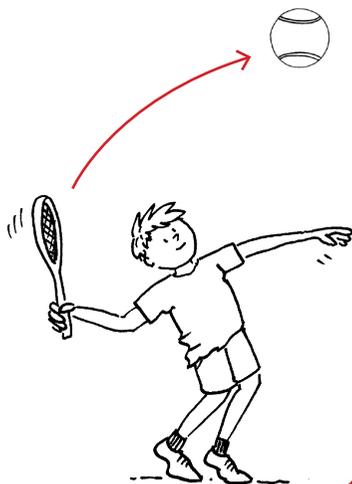
# Ich fange den Ball



# Hindernislauf für Bälle

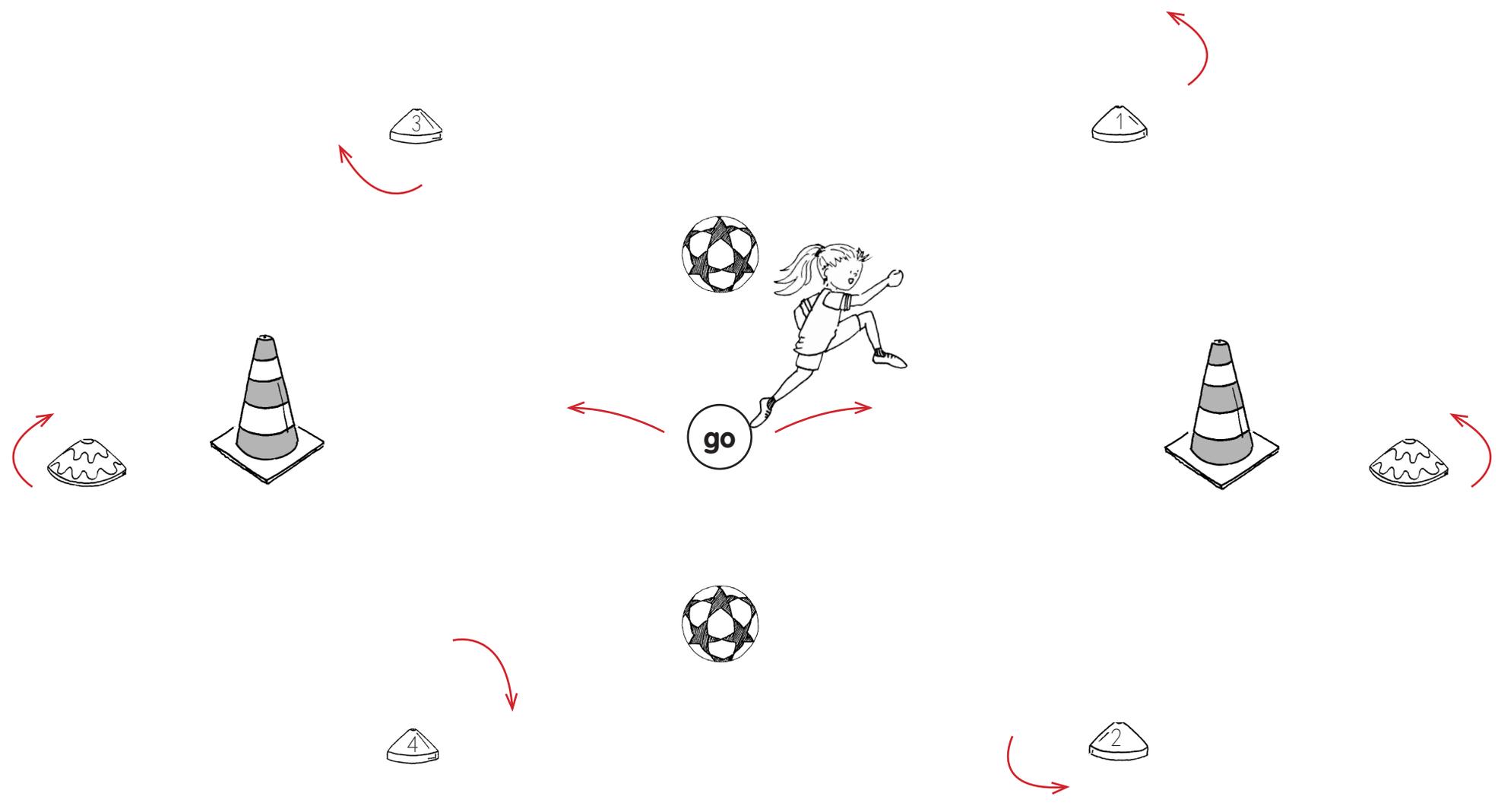


# Auf dem Tennisplatz



# Trainingsparcours

## 4. Runde



# Fingerspitzentraining / Die Schlaufe



lll                      . . .                      . . .                      . . .                      . . .

lll                      . .                      . .                      . .                      . .                      . .

lll

lele

lll ll l

llel

# Zwei und zwei zusammen

