

## Elterninformation zur Stifthaltung

### Sehr geehrte Eltern und Erziehungsberechtigte,

die Schreibbewegung ist die feinste Koordinationsleistung des Menschen. Dafür sind mehr als 30 Muskeln, 17 Gelenke und 12 Hirnareale im Einsatz. Die richtige Stifthaltung spielt dabei eine sehr große Rolle. Falsche Stifthaltung führt dazu, dass die Hand schnell ermüdet, verkrampft und Ihr Kind Schmerzen beim Schreiben hat. Kinder schreiben dann meist langsamer und haben weniger Ausdauer.

*In der Schule ist Ihr Kind auf einen sicheren Umgang mit dem Stift angewiesen!*

### Basis für eine gute Stifthaltung

- Rumpfstabilität
- gute Schulter- und Nackenmuskulatur
- Fingerbeweglichkeit
- Händigkeit sollte feststehen (Rechts- oder Linkshänder)

### Bewährte Stifthaltung ist der „DREIPUNKTGRIFF“

Der Stift wird von Daumen und Zeigefinger gehalten und liegt auf dem vorderen Glied des Mittelfingers auf.

- Der Dreipunktgriff ermöglicht größtmögliche Beweglichkeit der Finger
- Flüssiges und entspanntes Schreiben

-Dreipunktgriff-



### Ungünstige Stifthaltungen

- Faustgriff
- Daumenübergreif (Krampfgriff)
- Vierpunktgriff (Pfötchengriff)



Vierpunktgriff



Krampfgriff



## Folgende Hilfsmittel können helfen eine gute Stifthaltung zu entwickeln:

- **Dicke Dreikantstifte** (mit Noppen oder Kerben, damit die Finger nicht abrutschen)
- **Stiftverdickungen** zum Aufstecken (verschiedene Ausführungen erhältlich)
- **Bodenkontakt mit den Füßen** beim Schreiben ist sehr wichtig für die Körperstabilität
- **Die „Autogeschichte“** zum besseren Verständnis fürs Kind (Papa=Daumen, Mama=Zeigefinger – sitzen im AUTO (Stift) vorne, die Kinder=Mittelfinger, Ringfinger, kleiner Finger – sitzen im Auto (Stift) hinten)
- **Für Linkshänder** gibt es zahlreiche Hilfsmittel im Fachhandel (Schere, spezielle Stifte...)



## Weiter Tipps zur Förderung einer guten Stifthaltung:

- Üben sie mit Ihrem Kind die Feinmotorik (basteln, kleben, Bügelperlen, Perlen auffädeln...)
- Sollte die Hand beim Malen oder Schreiben verkrampfen, lassen sie Ihrem Kind die Hand ausschütteln und lockern
- Grobmotorik fördern für eine gute Sitzposition (hüpfen, klettern, Spielplatz oder Sport)
- Motivieren Sie Ihr Kind immer wieder zum Malen und Schreiben und bieten sie verschiedenes Übungsmaterial an
- Haben sie Geduld, das Üben braucht Zeit
- Loben sie Ihr Kind beim Üben

**Um später ohne große Anstrengung flüssig und lesbar schreiben zu können,  
brauchen Kinder eine entspannte Stifthaltung.  
Unterstützen Sie Ihr Kind dabei! 😊**

Ihr Kinder- und Jugendgesundheitsdienst  
am Gesundheitsamt Eichstätt

