



Sensorische Integration

mit JollyHeap-Bausteinen

**THERAPY
MIGHT BE FUN**

**JOLLY
HEAP®**

INHALTSVERZEICHNIS

Warum JollyHeap-Bausteine?	3
JollyHeap-Bausteine in der SI-Therapie	4
Freies Hantieren	8
Freies Hantieren	9
Bauen mit den Füßen	10
Balancierleiter	11
Kletterrobber	12
Magnetblasen aufstellen	13
Magnetblasen eindrücken	14
Schaukeln – vor und zurück	15
Schaukeln – von Seite zu Seite	16
Zielwurf mit den Füßen	17
Samurai-Training	18
Aus dem Brunnen ziehen	19



Warum JollyHeap-Bausteine?

Vielseitig nutzbar

Dank ihres modularen Aufbaus lassen sich mit JollyHeap-Bausteinen Art und Schwierigkeit der Übungen individuell an das Kind anpassen. So bauen Sie schnell Konstruktionen, die auf Alter, Größe oder funktionelle Einschränkungen des Kindes zugeschnitten sind.

Therapie ohne Therapeuten

Schon das Spielen mit JollyHeap-Bausteinen ist eine hervorragende Therapie: Es fördert Fein- und Grobmotorik, verbessert die Konzentration und unterstützt die emotionale Regulation.

Spielend leicht

Die Zahl der Konstruktionen, Aufbauten und Spiele mit JollyHeap-Bausteinen ist praktisch unbegrenzt. So wird die Therapie spannender und zugänglicher – für das Kind wie für den Therapeuten.

Gruppentherapie

JollyHeap-Bausteine eignen sich ideal für Gruppen. Kinder können gemeinsam üben, wetteifern, kooperieren und sogar entspannen.



Kinder reagieren auf JollyHeap-Bausteine mit großer Begeisterung. Selbst intensives Training ist für sie ein Spiel. Am häufigsten setze ich die Bausteine bei Kindern mit geistiger Behinderung ein, denn sie sind weich, angenehm anzufassen und machen keinerlei Angst. Ich nutze sie als Therapiematten, Physiotherapieliegen, Hindernisparcours, Balancierpfade, Koordinationsleitern, Rutschen und Rampen, Gewichte, verstellbare Stepper und sogar als Lagerungsrolle. Schon das Bauen mit JollyHeap-Bausteinen fördert sensorische Integration, Koordination, Konzentration und Aufmerksamkeit.

Rafał Królak, Physiotherapeut

JollyHeap-Bausteine in der SI-Therapie



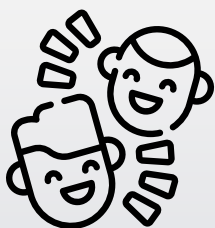
Sinnesstimulation

Der strukturierte Stoffbezug liefert vielfältige taktile Reize, fördert den Tastsinn und erhöht die Toleranz gegenüber verschiedenen Oberflächen und Texturen.



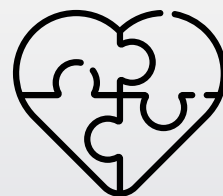
Sicher und bequem

Der weiche Schaumstoff macht die Bausteine sicher und angenehm – entscheidend bei der Arbeit mit Kindern mit unterschiedlich starker sensorischer Empfindlichkeit.



Motivation durch Spiel

Kreatives Bauen und dynamisches Spiel halten Kinder bei der Sache und motivieren sie zur Therapie – das fördert ihre Fortschritte und langfristige Entwicklung.



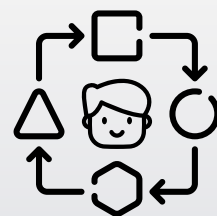
Vielfältige Aktivitäten

JollyHeap-Bausteine laden zum Rollen, Krabbeln und Klettern ein – das regt die Propriozeption an, schult das Gleichgewicht und fordert den ganzen Körper.



Ruhe und Selbstregulation

Weich und dämmend bieten die Bausteine Kindern einen Rückzugsort zum Beruhigen und Ausruhen, fördern die Selbstregulation und den Umgang mit reizintensiven Umgebungen.



Ein Werkzeug, tausend Ideen

Bauen Sie, was Sie gerade brauchen – Leitern, Stepper, Rollen, Matten oder Hindernisparcours. Jeder Aufbau stellt eigene Anforderungen an Koordination, Propriozeption und Gleichgewicht.





Diese scheinbar einfache Übung synchronisiert Bewegung und visuelle Wahrnehmung – eine Schlüsselfähigkeit für die Entwicklung der Feinmotorik.

Freies Hantieren

ÜBUNG NR. 1

Beginnen wir mit den Grundlagen – dem freien Spiel mit den Bausteinen. Auf den ersten Blick wirkt es einfach, doch weit gefehlt.

Beim Bauen müssen Kinder die Bausteine genau ausrichten, was **kontrollierte, visuell gesteuerte Handbewegungen** erfordert.



Hand-Auge-Koordination



Die Bausteine verbinden sich im Wechsel, sodass das Kind laufend Informationen von Auge und Hand analysiert und koordiniert.



Leicht? Nicht für die Jüngsten – vor allem nicht bei motorischen oder kognitiven Schwierigkeiten. Diese Fähigkeit zu meistern, kann viel Zeit und Mühe kosten.

Freies Hantieren

Übung Nr. 1

Schon das Tragen, Zusammensetzen und Auseinandernehmen der Bausteine fördert viele manuelle Fähigkeiten, darunter verschiedene Griffarten: Zylinder-, Pinzetten- und Affengriff.



Kinder bewegen die Bausteine auf unterschiedliche Weise: einzeln, paarweise oder sogar als ganze „Platten“ – oft mit verschiedenen Greiftechniken.



Handmotorik & Verfeinerung des Greifens



Der Pinzettengriff (auch Zangengriff) kommt oft zum Einsatz, wenn ein einzelner Baustein aus einem Haufen gezogen wird. Das erfordert Kraft und Strategie, da sich die umliegenden Bausteine magnetisch gegenseitig anziehen.



Die Größe der Bausteine ist genau auf Kinderhände abgestimmt – damit beim Spielen möglichst viele Griffarten und Handbewegungen aktiviert werden.

Bauen mit den Füßen

ÜBUNG NR. 2

Dank ihrer Größe und Weichheit eignen sich JollyHeap-Bausteine perfekt für Übungen mit den Füßen. Die Übung erfordert Gleichgewicht und beansprucht Muskeln, die für Stabilität und Haltungskontrolle sorgen – etwa an Gesäß, Hüften und unterem Rücken.



Die Übung schult die Präzision der Fuß- und Zehenbewegungen – entscheidend für die Feinmotorik – und kräftigt die Fußmuskeln für präzise, koordinierte Bewegungen.



Die Rumpfstabilisierung bei der Arbeit mit den Füßen aktiviert Bauch- und Rückenmuskeln, fördert eine gute Haltung und stärkt die Rumpfmuskulatur.



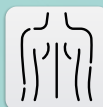
Bei Tonusstörungen

Kinder mit Hypotonie profitieren von der Kräftigung der Fuß- und Beinmuskulatur, Kinder mit Hypertonie von sanfter Dehnung und besserer Kontrolle der Beinbewegungen.



Hilfe bei Koordinationsstörungen

Diese Übung hilft besonders Kindern mit Koordinationsstörungen wie Dyspraxie, da sie die Bewegungspräzision und die bilaterale Koordination der Beine fördert.



Kräftigung der Rumpfmuskeln

Die Rumpfstabilisierung bei der Arbeit mit den Füßen aktiviert Bauch- und Rückenmuskeln, fördert eine gute Haltung und stärkt die Rumpfmuskulatur.

Balancierleiter

ÜBUNG NR. 3

Eine grundlegende Übung, die Gleichgewichtssinn, Reaktionsfähigkeit und die Koordination der Beine stärkt. Bei Störungen der sensorischen Integration unterstützt sie die Verarbeitung propriozeptiver Reize.



1. Bauen Sie eine drei Bausteine breite Leiter und lassen Sie nach je drei Bausteinen zwei Felder frei. Das Kind tritt nur in die freien Felder und hält Beine und Rumpf dabei in einer Linie.



Hand-Auge-Koordination

Durch die Kombination von Gehen auf der Leiter mit Fangen und Werfen entwickeln Kinder eine komplexere Bewegungskoordination und Bewegungsplanung.



2. Zur Steigerung werfen Sie dem Kind nach jedem geschafften Feld einen Baustein zu.



3. Das Kind fängt den Baustein und wirft ihn zurück. Dann geht es zum nächsten Feld und wiederholt den Wurf.

Kletterrobber

ÜBUNG NR. 4

Diese Übung verbindet Elemente von Klettern und Robben. Dank der Spalten zwischen den Bausteinen kann das Kind die Finger einhaken und sich mit Oberkörperkraft nach vorn ziehen, unterstützt durch Rumpfbewegungen.



Der Aufbau ist einfach: Legen Sie eine vier Bausteine breite Matte aus. Das Kind greift in die Spalten, zieht sich nach vorn und stützt sich mit dem übrigen Körper ab.



Zur Steigerung können Sie kindgerechte Hindernisse aufbauen oder dem Kind das Abstützen mit den Beinen untersagen.



Haltungsschwächen & Wirbelsäule

Die Übung kräftigt Rücken- und Bauchmuskeln, die für eine korrekte Haltung entscheidend sind. Regelmäßig ausgeführt, kann sie Haltungsschwächen korrigieren helfen und die Wirbelsäule stabilisieren.



Kräftigung des Oberkörpers

Die Übung beansprucht effektiv:

- Arm- und Unterarmmuskeln
- Rückenmuskeln, besonders den Latissimus dorsi, der den Körper in Bewegung stabilisiert
- Rumpfmuskeln, darunter den geraden und die schrägen Bauchmuskeln, zuständig für Rumpfstabilität und Bewegungskontrolle

Magnetblasen aufstellen

ÜBUNG NR. 5

Die Übung fördert die körperliche und kognitive Entwicklung: Feinmotorik, Koordination, räumliches Denken, Konzentration und Problemlösefähigkeit.



Griffkraft

Das Herausziehen erfordert die richtige Griffkraft und kräftigt Hand- und Fingermuskeln – besonders bei Kindern mit schwachem Griff.



Präzision der Hand- und Fingerbewegungen

Die Bausteine zu entfernen, ohne die Konstruktion zu destabilisieren, verlangt präzise Hand- und Fingerbewegungen und fördert Geschicklichkeit und Ganzkörperkoordination.



Kontrolle von Kraft und Bewegung

Der magnetische Widerstand verlangt, genau die richtige Kraft abzuschätzen und einzusetzen – das fördert motorische Kontrolle und Bewegungsgenauigkeit.



Das Kind zieht vorsichtig jeden zweiten Baustein aus der mittleren Reihe einer Matte – so, dass er nur noch unten haftet, ohne die Gesamtkonstruktion zu stören.



Zur Steigerung darf das Kind die Matte während der Übung nicht mit den Beinen festhalten.

Magnetblasen eindrücken

ÜBUNG NR. 6

Eine wirkungsvolle Übung für Gleichgewicht und präzise Bewegungen der Beine, die zugleich die Reaktion auf taktile und propriozeptive Reize verfeinert.



Körperwahrnehmung im Raum

Die Übung aktiviert die Füße als zentrale propriozeptive Organe und fördert Körperwahrnehmung, Gleichgewicht und Präzision.



Dynamisches Gleichgewicht

Das Gleichgewicht beim Eindrücken des Bausteins zu halten, schult das dynamische Gleichgewicht – wichtig im Alltag, etwa beim Gehen und Laufen.



Sinnesstimulation

Das Drücken gegen den magnetischen Widerstand mit dem Fuß stimuliert das Nervensystem und verbessert Druckkontrolle und Reizverarbeitung – besonders bei Kindern mit sensorischen Verarbeitungsstörungen.



Die umgekehrte Variante von Übung 5: Hier werden die Bausteine mit den Füßen zurück in die Matte gedrückt.



Zur Steigerung können Sie die Matte erhöhen – das verstärkt die Anforderung und passt die Übung an Größe und Leistungsstand des Kindes an.



Bauen Sie Matte und Rolle in sicherer Breite und stellen Sie sie einander gegenüber. Das Kind liegt mit dem Rumpf quer auf der Rolle, die Füße berühren den Boden.



Mit den Füßen stößt sich das Kind nach vorn ab und landet sanft bäuchlings auf der Matte, gestützt auf die Arme. Dann drückt es sich in umgekehrter Richtung mit den Armen zurück in die Ausgangsposition.

Schaukeln – vor und zurück

ÜBUNG NR. 7

Die Übung stimuliert das vestibuläre System, fördert Propriozeption und motorische Koordination und hilft, Schutzreaktionen zu entwickeln. Sie ist ein wertvoller Teil der Therapie bei Kindern mit Störungen der sensorischen Integration und der Bewegungsplanung.



Bessere Bewegungsplanung

Die Planung der Bewegungsfolge – vom Abstoßen mit den Beinen über die Kontrolle auf der Rolle bis zum Abstützen auf der Matte – verbessert die Ausführung komplexer motorischer Aufgaben.



Förderung der Selbstregulation

Das Kind muss die Kraft beim Abstoßen dosieren und seine Bewegungen auf der Rolle genau regulieren – das fördert Selbstregulation und Körperkontrolle in dynamischen Situationen.



Schutzreaktionen

JollyHeap-Bausteine nehmen die Sturzangst und erleichtern das Einüben sicherer Schutzreaktionen in kontrollierter, angenehmer Umgebung.

Schaukeln – von Seite zu Seite

ÜBUNG NR. 8

Eine Ergänzung zu Übung 7 (Schaukeln vor und zurück). Sie stimuliert und fördert ähnliche sensorische und motorische Fähigkeiten und bringt neue Richtungen und Bewegungsmuster hinzu. Diese Variante kräftigt zudem hervorragend Bauch-, Rücken- und Beinmuskulatur, die für Körperstabilität und kontrollierte Bewegung wichtig ist.



Selbstvertrauen und Körpergefühl

Das Kind lernt, Bewegungen in schwierigen Lagen zu kontrollieren, verliert die Angst vorm Umfallen und vertraut mehr auf seinen Körper.



Dynamisches Gleichgewicht

Die Übung stärkt das dynamische Gleichgewicht, vor allem die kontrollierte Gewichtsverlagerung von einer Seite zur anderen.



Schutzreaktionen

JollyHeap-Bausteine nehmen die Sturzangst – so können Kinder Schutzreaktionen in sicherer, unterstützender Umgebung üben.



Im Sitzen setzt das Kind die Füße beidseits der Rolle auf. Es drückt sich zu einer Seite und stützt sich dabei mit den Händen ab, bis das Knie sanft den Boden berührt.



Danach wechselt das Kind die Richtung und schaukelt zur anderen Seite. Bei sehr schwachem Gleichgewicht können Sie zur Sicherheit auf beiden Seiten weiche Matten auslegen.

Zielwurf mit den Füßen

ÜBUNG NR. 9

Diese Übung verbindet Bewegungen von Ober- und Unterkörper und spricht dabei mehrere Sinne gleichzeitig an. Ein vielseitiges Werkzeug, das Motorik, Koordination, Propriozeption und kognitive Fähigkeiten fördert – und zugleich Raum für Spaß und Kreativität bietet.



Bauen Sie aus den Bausteinen einen Korb oder ein Ziel. Das Kind soll im Stehen einen Baustein mit den Füßen greifen.



Dann springt das Kind und wirft den Baustein dabei in das vorgesehene Ziel. Zur Steigerung können Sie das Ziel höher oder kleiner machen.



Vestibuläre Stimulation

Springen und Zielen auf einen Korb fördern Gleichgewicht und räumliche Koordination.



Bewegungsabfolgen üben

Die Übung fördert die Fähigkeit, Bewegungsabläufe zu planen und auszuführen. Ideal für Kinder mit Dyspraxie, für die mehrschrittige Koordinationsaufgaben eine besondere Herausforderung sind.



Bessere Kontrolle der Beine

Die Übung verbessert Präzision und Körperwahrnehmung: Das Kind lernt, Kraft und Richtung der Beinbewegungen zu steuern.

Samurai-Training

ÜBUNG NR. 10

Die Übung fördert nicht nur Motorik und sensorische Integration, sondern auch Muskelausdauer, Koordination und Bewegungsplanung und hilft dem Kind, Selbstregulation zu entwickeln. Durch die Verbindung körperlicher, sensorischer und emotionaler Elemente wird sie zu einem vielseitigen, nützlichen Werkzeug in vielen Bereichen der Therapie.



Bauen Sie eine Säule aus 3x3 Bausteinen, deren Höhe Sie an das Kind anpassen. Ziehen Sie ein oder zwei Bausteine aus der mittleren Reihe, sodass sie nur noch mit den unteren Magneten an der Säule haften.



Das Kind schlägt die Bausteine mit einem Gymnastikstab o. Ä. zurück an ihren Platz. Zur Steigerung ziehen Sie mehr Bausteine heraus, die das Kind hineinschlagen muss.



Rhythmus und Bewegungsfluss

Die wiederholten Schlagbewegungen helfen dem Kind, Rhythmus und Bewegungsfluss zu entwickeln – besonders hilfreich bei Schwierigkeiten mit der Steuerung dynamischer Bewegungen.



Energie und Spannung abbauen

Das Schlagen mit dem Stab hilft, überschüssige Energie und Anspannung abzubauen – besonders wertvoll für Kinder mit Hyperaktivität oder erhöhtem Erregungsniveau.

Aus dem Brunnen ziehen

ÜBUNG NR. 11

Die Übung fördert umfassend die motorische Entwicklung, verbessert die Kraftdosierung, Ausdauer und Konzentration und spricht den propriozeptiven und taktilen Sinn an. Sie schafft ideale Bedingungen, um feinmotorische Präzision und Hand-Auge-Koordination zu üben.



Bauen Sie eine 3x3-Säule bis zur Taille des Kindes. Entnehmen Sie mittig mehrere Bausteine, sodass ein „Brunnen“ entsteht, tief genug, dass das Kind den untersten Baustein erreicht



Das Kind soll einen Baustein vom Grund des Brunnens herausziehen. Wegen des magnetischen Widerstands erfordert das Kraft und Präzision. Zur Steigerung verändern Sie Höhe und Tiefe des Brunnens.



Feinmotorik

Die Übung erfordert präzise Finger- und Handbewegungen, die für die Feinmotorik entscheidend sind. Das Herausziehen eines magnetisch haftenden Bausteins kräftigt die Muskeln und verbessert die Kraftdosierung.



Taktile Reize und Raumwahrnehmung

Das Greifen und Hantieren im engen Raum liefert reichhaltige taktile Reize und fördert die räumliche Wahrnehmung. Das hilft besonders bei Aufgaben, die sorgfältiges Hantieren mit Gegenständen in engen oder verdeckten Bereichen erfordern.

Bauen, ausprobieren, entdecken **mit JollyHeap!**

Die hier gezeigten Übungen sind nur eine kleine Auswahl dessen, was mit JollyHeap-Bausteinen möglich ist. Ihre Vielseitigkeit inspiriert zu Aktivitäten nach Bedarf und Können jedes Kindes.

Die Bausteine fördern Motorik, sensorische Integration, Konzentration und vieles mehr – die einzige Grenze ist die Fantasie.

Wir ermutigen Therapeuten, Pädagogen und Eltern, zu experimentieren und eigene Übungen zu entwickeln, mit denen Kinder die Welt spielerisch entdecken.

