



IN DIESER MAPPE

1 Kinder brauchen gute Räume

Tisch, Stuhl oder Kletterpark:
Mit nutzungsoffenem Material den Gruppenraum zur Erlebniswelt machen

2 Im Einklang mit Yoga & Snoezelen

Tierische Asanas und fantasievolle Atemübungen:
Entspannen mit Igel Frodo und Bauer Arno

3 Türen auf & raus ins Freie

Insel-Hopping und Waldbett:
In der Natur Platz für Ruhe und Bewegung finden

4 Mit Kraft oder Feingefühl?

Bauschutt-Transport und Zwergen-Wäsche:
Den Alltag imitieren und dabei motorisch aktiv sein

5 Mit Musik in Balance

Schlange, Floh und kleiner Wal:
Tanzen und musizieren mit Liedern und Sprechversen

6 In Aktion mit dem Lieblingsbuch

Bewegungsgeschichte und Entspannungszirkel:
Kreative Ideen rund um's Lieblingsbuch

7 Bewege Landschaften

Über Maulwurfshügel und tiefe Gräben springen:
Fantasievolle Abenteuer für den Bewegungsraum

8 Bewegungssicher mit Pikler

Ob Kissen, Holzpodest oder Rutschbrett:
Im Auf & Ab erste Hürden meistern

9 Das Selbstbild stärken

Kochlöffel-Minigolf und Kita-Bowling:
Mit einfachen Utensilien Selbstwirksamkeit erleben

10 „Wie entspannst du am liebsten?“

Ruhe-Truhe, Tragehilfe oder Kuschelhöhle:
Die Kinder in die Erholungsphase begleiten

Poster

Die Bewegungsentwicklung



In Aktion mit dem Lieblingsbuch

Mit Geschichten in Bewegung zu kommen, regt nicht nur die Motorik der Jüngsten an, sondern bietet Platz für Fantasie und kreative So-tun-als-ob-Spiele. Nehmen Sie das Lieblingsbuch der Kinder zur Hand – und los geht's.

Charaktere aus einem Bilderbuch werden lebendig, wenn die Jüngsten in die Rolle der Personen schlüpfen, die sie aus der Geschichte kennen. Mit Bewegungsgeschichten fördern Sie neben Motorik und Koordination auch die Vorstellungskraft der Kinder sowie deren Konzentrationsfähigkeit und Sprachkompetenz. Eine vielseitige Mischung, die für die Jüngsten vor allem jede Menge Spaß und Spiel Freude mit sich bringt. Bewegungsgeschichten funktionieren mit Ge-

dichten und kurzen Märchen, aber auch mit einem ganzen Bilderbuch.

STATIONEN MIT SCHWUNG

Wenn Sie gemeinsam mit den Jüngsten vertraute Szenen spielerisch in Bewegungshandlungen umsetzen, tauchen die Kinder besonders intensiv in die Geschichte ein. Daraus ergeben sich Gespräche darüber, was die einzelnen Figuren fühlen oder sagen und die Kinder können dies auf das eigene Leben übertragen.



Gestalten Sie doch einmal zu Szenen aus dem Lieblingsbuch der Kita-Gruppe einen Bewegungszirkel für die Jüngsten. An einzelnen Stationen testen die Kinder, was die Personen aus dem Bilderbuch erleben. Durch das aktive Erkunden der Buchszenen tauchen die Jüngsten noch tiefer in eine Geschichte ein. Vielleicht entwickeln die Mädchen und Jungen im Anschluss auch ganz eigene Ideen und erfinden eine spannende Fortsetzung der Geschichte? ■

Versteck im Eck

Vergessene Plätze oder leere Nischen zwischen Möbelstücken: Funktionieren Sie ungenutzte Ecken zu gemütlichen Rückzugsorten um.

SO GEHT'S

1. Suchen Sie in Ihrer Kindertageseinrichtung nach Nischen, in die sich die Jüngsten zurückziehen können, bspw. in ungenutzten Raumecken.
2. Auch ein Versteck zwischen zwei Schränken bietet sich an. Schieben Sie hierfür zwei Regale oder Schränke so auseinander, dass ein bis zwei Kinder dazwischen Platz finden. Schrauben Sie nun in die einander zugewandten Wände jeweils einen der Schraubhaken und legen eine Stange in deren gebogene Öffnungen. Legen Sie ein Tuch über die Stange oder ziehen Sie wahlweise einen Vorhang über diese.

MATERIAL

- Holz- oder Gardinenstange
- zwei Schraubhaken
- Tuch oder Vorhang
- Decke & Kissen
- Bücher
- Kuscheltiere



3. Laden Sie die Kinder dazu ein, die Nische gemütlich einzurichten. Beobachten Sie, was das Interessens-thema der Kinder ist und was diese an den neuen Ort mitnehmen. Wenn Material wie Kissen, Decken, Tücher und Kuscheltiere frei verfügbar sind, werden die Kinder es sich mit diesen gemütlich machen. ■

Höhle im Schrank

Mit einfachen Mitteln wird aus einem verstaubten Aufbewahrungsort ein Rückzugsort für die Jüngsten.

SO GEHT'S

1. Wenn Sie keine brauchbaren Nischen in Ihren Räumlichkeiten finden, schauen Sie alternativ in die unteren Bereiche Ihrer Schränke oder Regale. Räumen Sie den Kindern etwas Platz für ihr Spiel frei – das ist zugleich ein guter Anlass, etwas auszumisten.
2. Falls es sich bei Ihrem ausgewählten Möbelstück um einen Schrank handelt, zeichnen Sie auf dessen Tür ein Durchgangsloch für die Kinder auf und hängen Sie die Türe anschließend aus.
3. Sägen Sie nun das Loch mit der Stichsäge aus.
4. Runden Sie anschließend die Kanten mit einem Schleifpapier ab, um Verletzungen vorzubeugen.
5. Entfernen Sie daraufhin evtl. vorhandene Einlegeböden im unteren Teil des Schrankes und setzen Sie die präparierte Türe wieder ein. ■

MATERIAL

- Schraubenzieher
- Bleistift
- Stichsäge
- Schleifpapier

Sprechen Sie Veränderungen am Mobiliar zuvor mit der Kita-Leitung ab.



TIPP: Alternativ kann eine Schrank- oder Regalöffnung auch mit einem Vorhang verschlossen werden (s. oben „Versteck im Eck“).



INFO

Sicherheitsmaßnahmen

Sorgen Sie für einen sicheren Stand von Schränken und Regalen. Befestigen Sie diese ggf. an Decken oder Wänden. Orientieren Sie sich dazu an den Richtlinien für eine sichere Kita der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen auf: www.sichere-kita.de

Vermeiden Sie kleinere Ausschnitte oder Ritzen, sog. *Fangstellen*, im Mobiliar – die Kinder könnten mit einzelnen Körperteilen wie einem Finger oder dem Kopf sowie mit ihrer Kleidung in diesen stecken bleiben und sich dabei verletzen. Vorgaben und Hinweise dazu finden Sie unter:



„Hallo, ich bin hier oben!“

Schon kleine Höhen stellen für Kinder Hindernisse dar, um sich in ihrer Bewegung weiter auszuprobieren.

MATERIAL

- festes, viereckiges und stabiles Kissen
- Holzpodest (80x80x18 cm)
- Rampe
- Rutschkeil zum Krabbelpodest



SO GEHT'S

1. Bieten Sie den Mädchen und Jungen ein Kissen als Hindernis auf dem Boden an, solange sie noch auf dem Bauch liegen. Die Jüngsten sind damit in der Lage, sich in erste Höhen zu ziehen.

2. Für die etwas agileren Kinder stellen Sie ein Holzpodest bereit. Fragen Sie ggf. die Eltern oder das Team, wer über handwerkliches Talent verfügt und helfen kann, eines zu bauen. Eine gute Alternative zum Podest sind ansonsten niedrige, stabile Holzkisten. Stellen Sie das Podest frei im Raum auf. Dadurch verhindern Sie, dass Kinder beim Abrutschen mit dem Kopf oder dem Körper gegen die Wand oder andere Möbel stoßen.

3. Das Podest stellt bereits einige Anforderungen an die Geschicklichkeit der Jüngsten: Um es zu erklimmen, müssen sie ihren Körperschwerpunkt verlagern, das Gleichgewicht halten und Arme und Beine richtig einsetzen. Geben Sie ihnen

die Möglichkeit, sich in ihrem eigenen Tempo auszuprobieren.

4. Die Jüngsten können nun auf und ab klettern, oben verweilen oder sogar etwas in der Hand oder auf dem Kopf balancieren, während sie das Podest erklimmen.

5. Indem Sie das Podest wenden, kreieren Sie eine neue Spielumgebung. Die Kinder können nun hinein- und hinausklettern oder im umgekehrten Podest spielen. Beobachten Sie die Jüngsten und variieren Sie den Einsatz des Podestes. Orientieren Sie sich dabei an den Interessen und Entwicklungsschritten der Mädchen und Jungen. ■

TIPP: Sobald die Jüngsten sicher auf- und absteigen können, ergänzen Sie das Podest mit einer Rampe und befestigen diese mit einem Rutschkeil. Die Rampe fordert und fördert zusätzlich die Gleichgewichts- und Koordinationsfähigkeit der Kinder.

PRAXISIDEE

Balance auf drei Stützpunkten



Um sich in die körperliche Arbeit der Jüngsten hineinzusetzen, machen Sie eine kleine Übung: Legen Sie sich dazu auf den Rücken und drehen Sie sich dann auf die Seite. Probieren Sie nun den *Ellenbogenstütz* aus (siehe Illustration) und nehmen Sie dabei Ihre Muskelgruppen wahr. Greifen Sie nach etwas auf dem Boden in erreichbarer Nähe. Wie halten Sie dabei dennoch das Gleichgewicht? Mithilfe ihrer Beine? Und wie viel Anstrengung kostet es Sie? ■

ÜBERSICHT

Schritte der Bewegungsentwicklung	Alter in Lebensmonaten
Rückenlage	ab Geburt
Seitenlage	ab 3.
Bauchlage	ab 6.
Auf dem Bauch kriechen, robben	ab 7.–11.
Ellbogenstütz, Halbsitz	ab 8.–15.
Sich aufsetzen	ab 9.–13.
Krabbeln	ab 9.–15.
Aufrichten zum Kniestand	ab 10.–15.
Aufstehen / das Kind zieht sich hoch	ab 9.–15.
Beginnendes freihändiges Gehen	ab 13.–15.
Sicheres Gehen	ab 14.–19.

