

# Inhaltsverzeichnis

<b>Einführung</b>	6	Malu liebt es, sich seitlich zu schaukeln	44
Gründe für Bewegungsmangel im frühen Kindesalter	7	Malu dreht sich gekonnt um und hat eine Idee	46
Die vielfältigen Auswirkungen von Bewegungsmangel im frühen Kindesalter	8	<b>Malu trifft das Gürteltier Gisela</b>	48
<b>Gezielte Förderung der Bewegungsentwicklung mit Malu</b>	10	Malu macht den Rücken so rund wie das Gürteltier Gisela	50
<b>Aufbau und Förderinhalte des Programms</b>	10	Malu wankt wie das Gürteltier Gisela zur Seite	52
<b>Ablauf der Förderung in der Gruppe</b>	11	Das Gürteltier Gisela setzt Arme und Beine zueinander	54
<b>Kurzvorstellung der einzelnen Übungseinheiten</b>	12	Das Gürteltier Gisela kippt zur Seite und rollt sich zusammen	56
<b>Übungseinheit 1:</b> Das Faultier Malu wacht auf	12	Das Gürteltier Gisela rollt zurück auf die Beine	58
<b>Übungseinheit 2:</b> Malu blickt herum	13	<b>Malu trifft den Jaguar Jamira</b>	60
<b>Übungseinheit 3:</b> Malu trifft das Gürteltier Gisela	13	Jamira zeigt, wie eine Katze sich recken und strecken kann	62
<b>Übungseinheit 4:</b> Malu trifft den Jaguar Jamira	14	Jaguar Jamira zeigt das Heranpirschen	64
<b>Übungseinheit 5:</b> Malu trifft die Krabbe Karl	14	Jaguar Jamira blickt herum	66
<b>Übungseinheit 6:</b> Malu trifft die Echse Eefje	15	Jaguar Jamira wendet den Blick über die Seiten nach hinten	68
<b>Übungseinheit 7:</b> Malu trifft den Amazonasdelfin Dafne	15	Jaguar Jamira schaukelt vor und zurück	70
<b>Übungseinheit 8:</b> Malu trifft die Schlange Shaana	16	<b>Malu trifft die Krabbe Karl</b>	72
<b>Übungseinheit 9:</b> Malu trifft den Frosch Frerk	16	Malu dreht sich in den Krabbenstand	74
<b>Übungseinheit 10:</b> Malu trifft den weißen Reiher Richard	17	Krabbe Karl hebt und senkt den Po	76
<b>Übungseinheit 11 als Abschlussritual:</b> Malu wacht langsam auf	17	Krabbe Karl zeigt, wie er mit den Scheren kneifen kann	78
<b>Malu Übungseinheiten</b>	18	Karl zeigt das Krabbenlaufen	80
<b>Das Faultier Malu wacht auf</b>	20	„Bravo“ klatschen mit Armen und Beinen	82
Malu streckt und reckt sich	22	Malu schaukelt sich zurück auf ihre Füße	84
Malu macht Fingergymnastik	24	<b>Malu trifft die Echse Eefje</b>	86
Malu schaut sich die Hände von allen Seiten an	26	Echse Eefje ist ganz lang gestreckt	88
Malu macht Hand- und Fußgymnastik	28	Die Echse Eefje streckt abwechselnd die vorderen Beine	90
Malu klopft sich den Staub aus dem Fell	30	Die Echse Eefje zieht abwechselnd die Hinterbeine nach vorn	92
Malu schaukelt sich in den Sitz	32	Die Echse Eefje zeigt ein Kriechen auf der Stelle	94
Malu sitzt im Schneidersitz	34	Die Echse Eefje züngelt und streckt dabei abwechselnd die Vorderbeine	96
<b>Malu blickt herum</b>	36	Die Echse Eefje züngelt und zeigt Kriechbewegungen auf der Stelle	98
Guten Morgen, lieber Tag	38	Die Echse Eefje kriecht mit allen Vieren	100
„Ist hier noch jemand?“	40	Die Echse Eefje blickt unter ihren Bauch	102
Malu blickt am Busch vorbei	42	Die Echse Eefje blickt über die Seite nach hinten	104
		<b>Malu trifft die Amazonasdelfindame Dafne</b>	106
		Malu macht die Delfindame Dafne nach, wie sie auf der Stelle im Wasser steht	108
		Die Delfindame Dafne bewegt sich im Wasser	110

Die Delfindame Dafne dreht sich vom Kopf aus durch das Wasser	112
Die Delfindame Dafne zeigt Malu Lockerungsübungen für das Becken	114
Die Delfindame Dafne dreht sich von der Schwanzflosse aus durch das Wasser	116
Die Delfindame Dafne spielt Baumstamm	118
Die Delfindame Dafne dreht sich um die eigene Achse durch das Wasser	120
<b>Malu trifft die Schlange Shaana</b>	122
Die Schlange Shaana macht sich fit für den Tag	124
Die Schlange Shaana richtet sich auf	126
Die Schlange Shaana führt die ersten Schlängelbewegungen am Morgen durch	128
Die Schlange Shaana duckt sich auf den Boden	130
Die Schlange Shaana schaukelt zu den Seiten	132
Die Schlange Shaana kann nach hinten ausweichen	134
<b>Malu trifft den Frosch Frerk</b>	136
Der Frosch Frerk richtet sich auf	138
Der Frosch Frerk wechselt in seine Sprunghaltung	140
Der Frosch Frerk lernt das Schaukeln	142
Der Frosch Frerk dehnt seine Beine	144
Der Frosch Frerk übt mit Malu für den großen Sprung	146
Der Frosch Frerk hüpfte mit hohen Sprüngen	148
Der Frosch Frerk trainiert auch mit den Vorderbeinen	150
Der Frosch Frerk zeigt seine schöne Tanzbewegung	152
<b>Malu trifft den weißen Reiher Richard</b>	154
Der weiße Reiher Richard schlägt mit seinen Flügeln auf und ab	156
Der weiße Reiher Richard schwingt mit seinen Flügeln nach hinten, um mächtig auszusehen	158
Der weiße Reiher Richard beginnt zu fliegen	160
Der weiße Reiher Richard steht auf dem rechten Bein und breitet die Flügel aus	162
Der weiße Reiher Richard steht auf dem linken Bein und breitet die Flügel aus	164
Der weiße Reiher Richard klappert mit dem Schnabel	166
Der weiße Reiher Richard schlägt mit den Flügeln und dreht sich dabei im Kreis	168
Malu wacht langsam auf	170

<b>Pädagogische Anregungen</b>	174
<b>Spielideen</b>	174
Einstimmung mit Lied	174
Hokuspokus Fidibus, das Faultier kommt erst ganz zum Schluss!	174
Stopp-Schaukeln – Spiel zu „Malu schaukelt sich in den Sitz“	174
Ich habe dich erkannt! – Spiel zum Jaguar	175
Wipp und Wapp – Spiel zur Krabbe	175
Echsenpiel – Spiel zur Echse	175
Schlange häutet sich – Spiel zur Schlange	176
Tiere raten – Spiel mit eingeübten Tieren	176
Lirum, larum, Löffelstiel, wer das hier schafft, der kann ganz viel! – Spiel mit eingeübten Tieren	177
Faultier-Spiel – Spiel mit eingeübten Tieren	177
Tiermemory – Spiel mit eingeübten Tieren	177
Übungsabfolgen kombinieren – Spiel mit eingeübten Tieren	178
<b>Klatschverse, Finger- und Fußspiele</b>	179
Malu, das kleine Faultier – Klatschspiel	179
Gisela und Malu – Klatschspiel	179
Jamira, das Jaguarweibchen – Krabbelspiel	180
Karl, die Krabbe – Bewegungsspiel für junge Krabben	180
Eefje, die Echse – Kriechspiel	181
Malu und Dafne am Fluss – Fingerspiel	181
Shaana, die Schlange – Fingerspiel	181
Frerk, der bunte Frosch – Hüpfspiel für kleine Frösche	182
Richard, der weiße Reiher – Gleichgewichtsspiel für unruhige Reiher-Kinder	182
Bodypercussion mit Tieren im 4/4-Takt	183
<b>Lied „Malu möchte sich so gern‘ bewegen“</b>	184
<b>Fremdwörterverzeichnis</b>	186
<b>Literatur</b>	187
<b>Malvorlagen</b>	188

