

Renate Zimmer

MotorikPlus Ü3. Das Kartenset

40 Spiele zur Förderung motorischer, sensorischer, emotionaler, sozialer und kognitiver Kompetenzen

Die vorliegende Spielesammlung ist konzipiert für die Förderung grundlegender Kompetenzen von Kindern über drei Jahren – so wie sie in dem Beobachtungsverfahren *MotorikPlus* repräsentiert werden.

Da sich einzelne Kompetenzbereiche nicht immer eindeutig voneinander abgrenzen lassen, kann beispielsweise eine auf koordinative Fähigkeiten ausgerichtete Aufgabe – eingebettet in ein spielerisches Setting – gleichzeitig auch soziale oder kognitive Kompetenzen stärken. Die folgende Einteilung der Praxisbeispiele dient daher vor allem der Strukturierung und Übersichtlichkeit, ohne eine strikte Trennung der Förderbereiche zu beanspruchen.

Nach einer kurzen Beschreibung des jeweiligen Kompetenzbereichs wird die dazugehörige Spiel-idee vorgestellt. Anschließend finden Sie Anregungen und praktische Hinweise für die Umsetzung:

Wie Sie die Interessen der Kinder aufgreifen und durch gezielte Impulse ihre Eigenaktivität anregen können; wie Sie die Kinder ermutigen und ihnen Anregungen geben, um ihre Kompetenzen weiterzuentwickeln. Die Spielideen zielen darauf ab, Selbstwirksamkeitserfahrungen zu ermöglichen und das Vertrauen der Kinder in ihre eigenen Fähigkeiten zu stärken.

Abschließend wird bei jeder Spielidee der Bezug zu dem Beobachtungsbogen *MotorikPlus* hergestellt.

Die Karteikarten verstehen sich als Impulse zur Erweiterung Ihrer eigenen Ideen. Sie bieten Beispiele für situative und gezielte Fördermöglichkeiten, die Sie individuell auf Ihre Arbeit mit den Kindern anpassen können. Gleichzeitig laden sie dazu ein, eigene Karteikarten zu entwickeln – und so Ihr persönliches Repertoire zu erweitern.

Für alle Spielvorschläge gilt: Freude an der Bewegung, am Spiel, am Ausprobieren neuer Ideen ist die wichtigste Voraussetzung für eine gelungene Entwicklungsbegleitung, ebenso wie das Erleben von Selbstwirksamkeit und Selbstkompetenz. Die Spielideen sollen Ihre Beziehung zum Kind stärken und dazu beitragen, dass es seine Potenziale erweitern kann.

Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der Umsetzung – vor allem aber wünsche ich den Kindern Spaß bei den Spielideen.

Renate Zimmer

Buchtipps zur Vertiefung:

- Zimmer, R. (2019). Handbuch Sprache und Bewegung. Alltagsintegrierte Sprachbildung in der Kita. 9. Gesamtauflage. Freiburg: Herder.
- Zimmer, R. (2019). BaSiK – Begleitende alltagsintegrierte Sprachentwicklungsbeobachtung in Kindertageseinrichtungen. 3. Gesamtauflage. Freiburg: Herder.
- Zimmer, R. (2020). Handbuch Bewegungserziehung. Grundlagen für Ausbildung und pädagogische Praxis. 26. Gesamtauflage. Freiburg: Herder.
- Zimmer, R. (2021). Bewegung erleben in der Krippe. Freiburg: Herder.
- Zimmer, R. (2022). Der Bewegungskindergarten. Freiburg: Herder.
- Zimmer, R. (2023). Bewegung erleben in der Kita. Freiburg: Herder.
- Zimmer, R. (2023). Entspannung erleben in der Kita. Freiburg: Herder.
- Zimmer, R. (2023). Schafft die Stühle ab! Plädoyer für einen bewegten Alltag. Freiburg: Herder.
- Zimmer, R. (2025). Handbuch Psychomotorik. Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung von Kindern. 16. Gesamtauflage. Freiburg: Herder.
- Zimmer, R. (2025). Handbuch Sinneswahrnehmung. Grundlagen einer ganzheitlichen Erziehung und Bildung. 24. Gesamtauflage. Freiburg: Herder.

Motorische Kompetenzen: Koordination

Koordination bedeutet die Steuerung und Regulation von Bewegungshandlungen. Dazu gehören u. a. die Reaktionsfähigkeit, die Wahrnehmung, die Zielgenauigkeit, die räumliche Orientierungsfähigkeit und die Rhythmusfähigkeit.

Autos im Rückwärtsgang

Spielbeschreibung

Schlagen Sie den Kindern ein bewegungsreiches Spiel vor: Alle spielen Auto! Damit das Auto auch lenken kann, legen Sie kleine Gymnastikreifen und Gummiringe bereit. Jedes Kind sucht sich ein großes oder ein kleines Lenkrad aus und „fährt“ damit durch den Raum. Natürlich müssen die Autofahrer darauf achten, dass sie nicht mit anderen zusammenstoßen.

Erweitern Sie das Spiel, indem Sie zwei Tücher in den Farben Rot und Grün einbeziehen. Sie stellen eine Ampel dar: Wenn das rote Tuch gezeigt wird, müssen die Autofahrer halten, bei Grün dürfen sie weiterfahren.

Impuls: Unterbrechen Sie die Bewegungsphase: „Oh, an der Ampel entsteht plötzlich ein Stau, jetzt müssen die Autofahrer rückwärtsfahren. Hat euer Auto überhaupt einen Rückwärtsgang?“

Worauf Sie achten sollten:

- Regen Sie die Kinder an, in Kurven zu laufen und darauf zu achten, dass sie kein anderes Auto anstoßen.
- Lassen Sie den Kindern genügend Zeit, diese bei den meisten beliebte Spielidee auszuprobieren.
- Wenn ein Kind sich nicht beteiligen möchte, kann es sein Auto auch „parken“, mal eine Pause machen oder an einer Tankstelle Benzin tanken (Sie spielen den Tankwart).
- Binden Sie die Idee des Rückwärtslaufens in eine spannende Spielsituation ein: „Plötzlich entsteht ein Stau ... die Autofahrer sind in eine Baustelle geraten.“
- Fragen Sie die Kinder: „Hat euer Auto überhaupt einen Rückwärtsgang?“
- Bekräftigen Sie die Anstrengungen der Kinder („Rückwärtsfahren ist ganz besonders schwer“).

MotorikPlus

Bezug zum Beobachtungsbogen MotorikPlus:

- Das Kind kann sicher rückwärtsgehen.
- ... kann sich im Raum orientieren.

Material:

Gymnastikreifen oder kleinere Gummiringe, 2 farbige Tücher (rot, grün)

Förderbereiche

- Koordination
- Kraft
- Ausdauer
- Feinmotorik
- Gleichgewicht
- Taktile Wahrnehmung
- Kinästhetische Wahrnehmung
- Visuelle Wahrnehmung
- Auditive Wahrnehmung
- Emotionale Kompetenzen
- Soziale Kompetenzen
- Kognitive Kompetenzen

Motorische Kompetenzen: Koordination

Koordination bedeutet die Steuerung und Regulation von Bewegungshandlungen. Dazu gehören u. a. die Reaktionsfähigkeit, die Wahrnehmung, die Zielgenauigkeit, die räumliche Orientierungsfähigkeit und die Rhythmusfähigkeit.

Wäscheklammern jagen

Spielbeschreibung

Jedes Kind hat 4 bis 5 Wäscheklammern, die es an seine Kleidung steckt. Nun dürfen alle auf Klammernjagd gehen: Jeder versucht, einem anderen hinterherzujagen und von dessen Kleidung Wäscheklammern abzunehmen. Diese sollte er sich dann möglichst schnell wieder anstecken.

Nach diesem bewegungsintensiven Spiel fordern Sie die Kinder zu einer Pause auf. Die Kinder entfernen ihre Klammern und legen sich auf eine Weichbodenmatte oder eine am Boden liegende Matratze.

Erzählen Sie die Geschichte von der Klammernprinzessin: „Es war einmal eine Prinzessin, die war so empfindsam, dass sie sogar im Schlaf spürte, wenn ihr jemand eine Klammer auf die Bettdecke legte.“ Die Kinder schließen die Augen. Legen Sie auf jedes Kind eine Wäscheklammer. Wenn es die Klammer spürt, darf es die Augen öffnen und sie abnehmen.

Impuls: Ermuntern Sie die Kinder, beim Laufen den anderen Mitspielern auszuweichen und auch die Laufrichtung einmal zu ändern.

Worauf Sie achten sollten:

- Verwenden Sie dicke, robuste Klammern, die gut an Kleidungsstücke zu stecken sind.
- Damit der Pinzettengriff mit Daumen und Zeigefinger beherrscht wird, sollte das Klammernstecken vorher bereits einmal ausprobiert worden sein.
- Lassen Sie den Kindern genügend Zeit, das Anstecken der Klammern auszuprobieren.
- Regen Sie die Kinder an, nicht nur schnell wegzulaufen, sondern den anderen auch auszuweichen, indem sie die Richtung ändern.
- Geben Sie den Kindern ein positives Vorbild, indem Sie sich an dem Spiel beteiligen.

Material:

viele dicke, gut greifbare
Wäscheklammern

Förderbereiche

- ☒ Koordination
- ☐ Kraft
- ☒ Ausdauer
- ☐ Feinmotorik
- ☒ Gleichgewicht
- ☐ Taktile Wahrnehmung
- ☒ Kinästhetische Wahrnehmung
- ☒ Visuelle Wahrnehmung
- ☐ Auditive Wahrnehmung
- ☐ Emotionale Kompetenzen
- ☒ Soziale Kompetenzen
- ☐ Kognitive Kompetenzen

MotorikPlus

Bezug zum Beobachtungsbogen MotorikPlus:

- Das Kind kann beim Laufen die Richtung schnell ändern.
- ... kann den anderen Mitspielern ausweichen.
- ... kann sich im Raum orientieren.

Motorische Kompetenzen: Koordination

Koordination bedeutet die Steuerung und Regulation von Bewegungshandlungen. Dazu gehören u. a. die Reaktionsfähigkeit, die Wahrnehmung, die Zielgenauigkeit, die räumliche Orientierungsfähigkeit und die Rhythmusfähigkeit.

Zielwerfen

Spielbeschreibung

Aus einem Korb mit Bällen in unterschiedlichen Größen sucht sich jedes Kind einen Ball aus. Markieren Sie Stellen im Raum, die als Ziel für das Werfen dienen können: ein auf die Wand gezeichneter Kreis, eine Kiste, die auf dem Boden steht, oder ein Reifen, der an der Decke aufgehängt wurde.

Besprechen Sie mit den Kindern, aus welcher Entfernung sie in oder auf das Ziel treffen können. Regen Sie die Kinder an, die Entfernung auch einmal zu verändern.

Impuls: Regen Sie die Kinder an, auch einhändig zu werfen, dabei auch die Hand zu wechseln.

Worauf Sie achten sollten:

- Geben Sie den Kindern ausreichend Zeit für die Erprobung der Bälle.
- Verwenden Sie verschiedene Ziele: eine Pappscheibe, die an der Wand befestigt ist, einen Korb, der im Raum steht, einen Kreis, der auf die Wand gemalt wird.
- Lassen Sie die Kinder eigene Ideen für das Werfen entwickeln: mit einer Hand, mit beiden Händen.
- Fragen Sie die Kinder, welche Ziele leicht, welche schwer zu treffen sind.
- Regen Sie die Kinder an, aus unterschiedlicher Entfernung auf die Ziele zu werfen.
- Geben Sie den Kindern positive Rückmeldung, auch wenn sie das Ziel nicht immer treffen: „Das war aber schon ganz schön nah an der Scheibe.“

Material:

Tennisbälle, weitere kleinere Bälle

Förderbereiche

- ☒ Koordination
- ☒ Kraft
- ☐ Ausdauer
- ☐ Feinmotorik
- ☐ Gleichgewicht
- ☐ Taktile Wahrnehmung
- ☒ Kinästhetische Wahrnehmung
- ☒ Visuelle Wahrnehmung
- ☐ Auditive Wahrnehmung
- ☐ Emotionale Kompetenzen
- ☒ Soziale Kompetenzen
- ☒ Kognitive Kompetenzen

MotorikPlus

Bezug zum Beobachtungsbogen MotorikPlus:

- Das Kind kann einhändig mit einem kleinen Ball ein Ziel treffen.

Motorische Kompetenzen: Koordination

Koordination bedeutet die Steuerung und Regulation von Bewegungshandlungen. Dazu gehören u. a. die Reaktionsfähigkeit, die Wahrnehmung, die Zielgenauigkeit, die räumliche Orientierungsfähigkeit und die Rhythmusfähigkeit.

Hampelmann

Spielbeschreibung

Gestalten Sie den Morgenkreis mit den Kindern einmal mit einer kleinen „Wachmachgymnastik“. Geben Sie den Kindern einen Vers vor und begleiten Sie diesen mit entsprechenden Bewegungen:

Recken und Strecken, Bücken und Hocken, knien und aufstehn – so beginnen wir den Tag!

Klatschen und Patschen, schleichen und stampfen, stehen und drehen – so beginnen wir den Tag!

Hüpfen und springen, sprechen und singen, schütteln und rütteln – so beginnen wir den Tag!

Impuls: Singen Sie anschließend das Lied vom Hampelmann und machen Sie dazu die Bewegungen des Hampelmanns: in die Grätsche springen und dabei die Arme zur Seite anheben, Füße schließen und die Arme senken – oder auch umgekehrt:

Ich bin ein kleiner Hampelmann und springe hin und her.

Jetzt seht ihr wie ich hampeln kann, das ist ganz schön schwer.

Die Arme hoch, die Arme tief, die Füße eng, die Füße weit.

Wer ist dazu bereit?

Worauf Sie achten sollten:

- Überlegen Sie gemeinsam mit den Kindern, welche Übungen zu einer „Morgengymnastik“ gehören könnten.
- Regen Sie die Kinder an, eine Übung vorzumachen, dann probieren alle diese Übung aus.
- Verstärken Sie die Ideen der Kinder: „Das ist ja ganz schön schwer, ich probiere das auch einmal aus!“
- Fragen Sie die Kinder, ob sie den Hampelmannsprung kennen. Wer will ihn zeigen?
- Machen Sie alle Übungen mit – vor allem auch den Hampelmannsprung.

MotorikPlus

Bezug zum Beobachtungsbogen MotorikPlus:

- Das Kind kann den Hampelmannsprung ausführen.
- ... kann rhythmisch springen.

Material:

nicht erforderlich

Förderbereiche

- ☒ Koordination
- ☐ Kraft
- ☐ Ausdauer
- ☐ Feinmotorik
- ☒ Gleichgewicht
- ☐ Taktile Wahrnehmung
- ☒ Kinästhetische Wahrnehmung
- ☐ Visuelle Wahrnehmung
- ☐ Auditive Wahrnehmung
- ☐ Emotionale Kompetenzen
- ☐ Soziale Kompetenzen
- ☒ Kognitive Kompetenzen