

Renate Zimmer

# Krippenkinder Bewegungslandschaften

32 Ideenkarten fürs Kleinkindturnen

unter Mitarbeit von Marina Kuhr und Mareike Sandhaus

Mit Illustrationen von Nikolai Renger



Alle Bewegungslandschaften sind praxiserprobt, ihre Durchführung erfolgt jedoch auf eigene Gefahr. Die Planung entsprechender Sicherheitsmaßnahmen muss durch die pädagogische Fachkraft gewährleistet sein. Eine Haftung der Autorin oder des Verlages ist ausgeschlossen.

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2014  
Alle Rechte vorbehalten  
[www.herder.de](http://www.herder.de)

Umschlaggestaltung: SchwarzwaldMädel, Simonswald  
Illustration außen und innen: © Nikolai Renger, Karlsruhe

Layout, Satz und Gestaltung: Arnold & Domnick, Leipzig  
Herstellung: Tien Wah Press  
Printed in Malaysia

ISBN: 978-3-451-32745-2

# Inhalt

## **Bewegungslandschaften..... 4**

Bewegung – Mittel der Selbst- und Welterfahrung ..... 5

Zur Bedeutung von Bewegungslandschaften ..... 6

## **Offene Bewegungsangebote – vorbereitet und geplant ..... 9**

Strukturierung des Raums ..... 9

Üben elementarer Bewegungsformen..... 10

Üben von Grob- und Feinmotorik..... 12

## **Elemente von Bewegungslandschaften ..... 13**

Bewegung in Sinnzusammenhängen ermöglichen ..... 13

Gelegenheiten zum selbstständigen Bauen und  
Konstruieren geben ..... 14

Spielräume zum Erproben und Erkunden schaffen ..... 15

Prinzipien der Gestaltung von Bewegungslandschaften ..... 16

Themen von Bewegungslandschaften ..... 19

## **Anhang..... 22**

Fingerspiele ..... 22

Massage ..... 25

Bewegungslieder und Reime ..... 26

Themenregister der Karten ..... 29

Literatur ..... 30

Autorinnen..... 32

# Bewegungslandschaften

## Die Karteikarten sind nach einem einheitlichen Schema aufgebaut:

- Im Vordergrund steht ein Thema, eine Spielidee, an der sich die Materialien und Gerätekombinationen orientieren.
- Die jeweils eingesetzten Geräte und Materialien werden beschrieben, können jedoch, je nach den individuellen Rahmenbedingungen, gegebenenfalls ersetzt oder ergänzt werden.
- Die Bewegungseinheiten sind untergliedert in einen „Einstieg“, einen „Schwerpunkt“ und einen „Abschluss“:

Der **Einstieg** beinhaltet eine möglichst offene, bewegungsreiche Spielsituation. Sie kann schon einen Bezug zum Thema der Bewegungslandschaft haben, kann aber auch eine einfache Bewegungs idee (Laufen, Fangen) enthalten, die den Bewegungsbedürfnissen der Kinder entgegenkommt. Ein Impuls durch die Erzieherin leitet dann zu dem folgenden thematischen Schwerpunkt über.

Den **Schwerpunkt** bildet eine umfassendere Bewegungs idee zu einem bestimmten Thema. Hier werden Materialien und Geräte/-kombinationen mit ihrer jeweiligen Bedeutung in dem thematischen Kontext angegeben.

Der **Abschluss** beinhaltet eine kurze Entspannungsphase, bei der die Kinder zur Ruhe kommen.

## **Bewegung – Mittel der Selbst- und Welterfahrung**

Von ihrem ersten Lebenstag an setzen sich Kinder über ihren Körper und ihre Sinne mit der Welt auseinander. Bewegung ist für sie ein unverzichtbares Medium der Selbst- und Welterfahrung.

- Über Bewegung machen Kinder Erfahrungen über sich selbst, über ihr Können und (Noch-)Nicht-Können und über die Möglichkeiten, ihre Fähigkeiten durch eigene Aktivität und Anstrengung zu erweitern. Sie lernen zunehmend, über ihren Körper zu verfügen. Dies ist die Grundlage, um Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten aufzubauen.
- Über Bewegung machen Kinder auch Erfahrungen über ihre räumliche und dingliche Umwelt und ergreifen Schritt für Schritt Besitz von ihr. Sie lernen die Dimensionen des Raumes kennen, indem sie krabbeln, sich aufrichten, sich fortbewegen, steigen und klettern. Sie entdecken die Beschaffenheit der Materialien, mit denen sie agieren, und gewinnen einen Einblick in physikalische Gesetzmäßigkeiten wie Schwerkraft und Beschleunigung.
- Über Bewegung machen Kinder außerdem Erfahrungen über ihre soziale Umwelt: Sie nehmen Kontakt mit anderen auf, finden Zugang zu anderen Kindern und auch zu Erwachsenen. Sie spielen mit-, aber bald auch gegeneinander, sie beobachten sich in ihrem Verhalten und wirken somit als Lernmodell. Im gemeinsamen Spiel werden Regeln aufgestellt, die verstanden und eingehalten werden müssen. Rücksicht auf die Bedürfnisse des anderen ist dabei genauso erforderlich wie das Äußern eigener Wünsche.

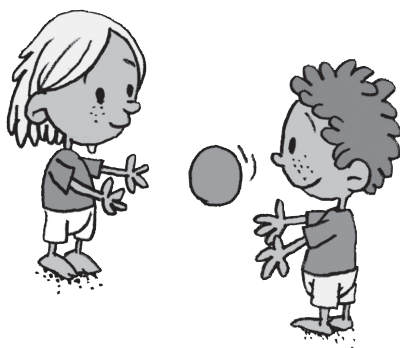
Kinder brauchen täglich Gelegenheiten, um diese Erfahrungen zu gewinnen und darauf aufbauend soziale, kognitive, emotionale und motorische Kompetenzen zu erwerben.

Viele Chancen zur Realisierung dieser pädagogischen Ziele bieten Bewegungslandschaften. Sie fordern Kinder auf vielfältige Art heraus.

## Zur Bedeutung von Bewegungslandschaften

Die Natur bietet Kindern eine Menge Bewegungserlebnisse: Gräben und Pfützen laden zum Springen ein, auf einen Hügel kann man hinaufsteigen und anschließend wieder hinabrennen, mit viel Schwung auch wieder herunterrollen. Auf unebenen Wiesen ist selbst das Gehen schwierig, auf einem Wiesenhang kann man sich wälzen und rollen, Büsche und Hecken laden zum Versteckspielen ein. Bäume fordern zum Klettern auf, an ihre Äste kann man sich hängen und daran schaukeln, über Baumstämme balancieren. Der Holzstapel bietet Stufen zum Steigen, das Herabspringen vom obersten Klotz wird zum großen Wagnis – aber der weiche Waldboden bietet Schutz selbst bei unsanften Landungen. Nur – wo finden Kinder heute noch eine Umwelt, in der sie solche Träume verwirklichen können?

Die Bewegungslandschaft ist ein Beispiel für den Versuch, Herausforderungen aus der Natur als Impuls für Bewegungsangebote in Innenräumen zu nutzen und Kindern dadurch großräumige Bewegungserfahrungen zu ermöglichen. Räume im Kindergarten (Bewegungsräume, Eingangshallen, Turnhallen) werden wie Landschaften gestaltet: Geräte werden so miteinander kombiniert und durch Kleinmaterialien ergänzt, dass sich verschiedene Ebenen, unterschiedliche materiale Untergründe oder Hindernisse ergeben, die Kinder zum Erproben vielfältiger Grundbewegungsformen anregen und auffordern (Zimmer 2012 a, Seite 165 ff.).





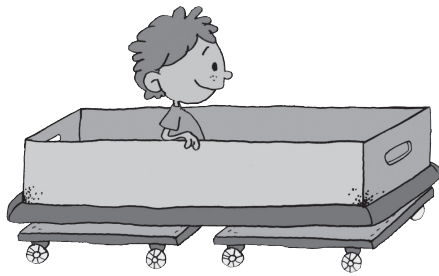
Ähnlich wie in der Natur gibt es:

- Gräben zum Überspringen (z. B. Matten, die in regelmäßigen Abständen nebeneinander auf dem Boden liegen),
- Berge und Hügel zum Hinaufklettern und Herabspringen (Kästen, Matten und große, aufeinander getürmte Schaumstoffelemente),
- schmale Stege zum Balancieren (Turnbänke oder zu einer langen Reihe zusammengestellte Stühle und Getränkekisten, die mit Brettern untereinander verbunden sind),
- Abhänge zum Rutschen und Klettern (schiefe Ebenen aus Bänken, die an einer Sprossenwand, an einem Kasten oder einem Tisch eingehängt sind),
- Tunnels, durch die man hindurchkriechen oder auf Rollbrettern hindurchfahren kann (Tische, die als Hindernisse dienen),
- Schaukeln zum Ausruhen und Sich-Erholen (mehrere Reifen, in die eine Matte eingeschoben wird).

Bewegungslandschaften können ganz auf die individuellen Bedürfnisse von Kindern verschiedener Altersstufen abgestimmt werden. Für jüngere Kinder können sie „bodennah“ gestaltet werden: Mit Decken, Kissen, Matten, flachen Kästen und Schaumstoffblöcken bieten sie erste Herausforderungen bereits im Krabbelalter. Hier erfahren Kinder die Beschaffenheit verschiedener Untergründe, überwinden Hindernisse,

kriechen durch Tunnel, krabbeln über Kissenberge oder verstecken sich unter Tüchern. Aus der sicheren Position des Kriechens und Krabbelns nutzen sie die Gelegenheiten, um sich hochzuziehen, an Kästen entlangzugehen, sich stützend in die aufrechte Position zu bringen.

Ist diese erreicht, gewinnen die Hindernisse im Raum und die Gelegenheiten zum Klettern und Steigen an Bedeutung. Aufrecht gehen zu können heißt nun, sich neuen Herausforderungen zuzuwenden: sich auf schiefe Ebenen hinaufziehen, über Bretter zu rutschen, auf kleine Kästen zu klettern, Stufen zu steigen, sich in Höhlen zu wagen, unter Hindernissen hindurchzukriechen – mit zunehmender Sicherheit werden auch die Wagnisse größer.





## Materialien

1. **Sammel- und Sortier-Station** 2–3 Eimer, mehrere Bälle
2. **Hohe Wurf-Station** Reifen zum Aufhängen, Ball
3. **Boden-Wurf-Station** Kasten, mehrere Bälle
4. **Schräge Rollbahnen** Turnbank, großes Drainagerohr, Kasten, mehrere Bälle
5. **Tunnel-Station** großes Drainagerohr, mehrere Bälle
6. **Hindernisparcours** 4 Pylone, mehrere Bälle

## Variationen

In allen Stationen können **Bälle** in verschiedenen Größen, Farben und Materialien eingesetzt werden (z. B. Gymnastik-, Tennis-, Textil-, Schaumstoff-, Pezzi-, Medizin- und große, leichte Wasserbälle).



Ablauf	Beschreibung
Einstieg	<p><b>Einstimmung in das Thema</b></p> <p>Es werden verschiedene Bälle unterschiedlicher Farbe, Größe und Beschaffenheit bereitgelegt. Die Kinder suchen sich Bälle aus, fühlen ihr Material, wiegen sie in der Hand, lassen sie über den Boden rollen, werfen sie, spielen Fußball damit oder lassen sie auf dem Boden springen.</p> <p><b>Impuls:</b> „Wir bauen verschiedene Ball-Stationen auf.“</p>
Schwerpunkt	<p><b>Bewegungslandschaft „Ballspiel-Stationen“</b></p> <p>1. Sammel- und Sortier-Station ▶ Die Bälle in Eimern sammeln und sie dabei z. B. nach Farben, Größe oder Form sortieren.</p> <p>2. Hohe Wurf-Station ▶ Die Bälle auf ein über den Köpfen der Kinder befindliches Ziel werfen, z. B. durch einen an der Decke hängenden Reifen.</p> <p>3. Boden-Wurf-Station ▶ Die Bälle in einen auf dem Boden stehenden kleinen Kasten, Eimer oder Karton werfen.</p> <p>4. Schräge Rollbahnen ▶ Die Bälle auf einer schräg stehenden Turnbank oder durch ein von einem Kasten herabführendes Drainagerohr rollen lassen.</p> <p>5. Tunnel-Station ▶ Die Bälle durch ein Drainagerohr hindurchrollen.</p> <p>6. Hindernisparcours ▶ Die Bälle um Hindernisse herumrollen.</p>
Abschluss	<p><b>Ballmassage</b></p> <p>Die Kinder legen sich bäuchlings auf eine auf dem Boden liegende Decke, die Erzieherin – oder auch einige Kinder – lässt mit leichtem Druck Tennisbälle auf ihren Rücken hin und her rollen.</p>

#### Ziele

- Materialspezifische Eigenschaften der Bälle herausfinden;
- Grundbewegungsformen „Werfen“ und „Rollen“ üben;
- Auge-Hand-Koordination trainieren (Werfen auf Ziele).



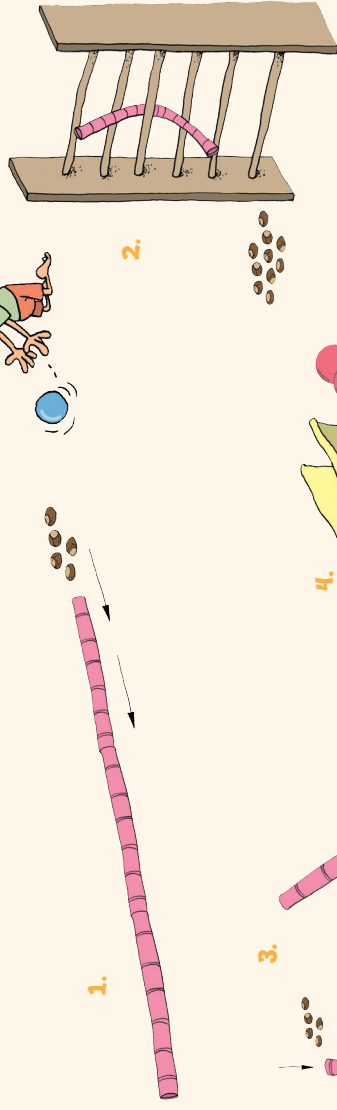
# KULLERBAHN

## Materialien

1. **Lange Bahn** breite Papp- oder Heulrohre, kurze Papprollen, kleine Bälle, Kastanien, Korken
2. **Steiler Fall** Sprosswand, Heulrohr, kleine Bälle, viele Kastanien
3. **Regenrohr** Rohr, viele kleine Kugeln
4. **Tuchbahn** Tuch, 2–3 kleine Bälle
5. **Schräge Bahn** Sprosswand, Turnbank, viele Bälle, Papierrollen o. Ä.
6. **Hindernisbahn** mehrere Papierrollen, Bälle

## Variationen

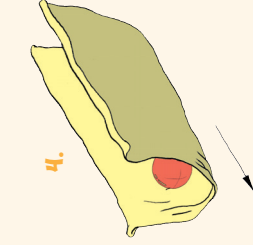
1. **Lange Bahn** Hierfür kann auch ein Stück **Drainagerohr** eingesetzt werden.
3. **Regenbahn** Statt des Rohrs Schlauchstücke verwenden.
5. **Schräge Bahn** Eventuell Kastanien, Korken und Tannenzapfen nehmen.



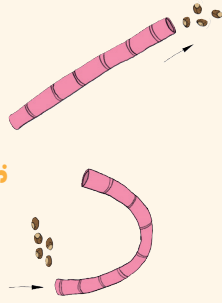
2.



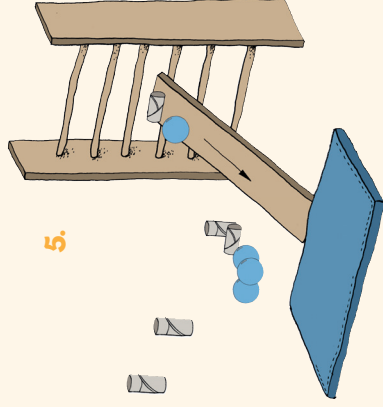
4.



3.



5.



6.



Ablauf	Beschreibung
Einstieg	<p><b>Einstimmung in das Thema</b></p> <p>Im Raum liegen verschieden lange und breite Rohre bereit. Die Kinder probieren aus, was man mit ihnen machen kann: durch sie hindurchschauen, sie über den Boden rollen lassen, mehrere Rohre ineinanderstecken, etwas hineinstecken oder durch sie hindurchkullern lassen.</p> <p><b>Impuls:</b> „Wir bauen eine Kullerbahn.“</p>
Schwerpunkt	<p><b>Bewegungslandschaft „Kullerbahn“</b></p> <p>1. Lange Bahn ▶ Kleine Bälle oder Kastanien durch Papprollen oder Heulrohre, die zu langen Rohren zusammengesteckt sind, kullern lassen.</p> <p>2. Steiler Fall ▶ Eine Sprossenwand hochklettern und kleine Bälle oder Kastanien durch ein dort eingeklemmtes Heulrohr rollen lassen.</p> <p>3. Regenrohr ▶ Röhren an einer Seite zuhalten und mit Kugeln befüllen, dann diese Seite wieder öffnen und alle Kugeln „herausregnen“ lassen.</p> <p>4. Tuchbahn ▶ Zwei Kinder halten ein Tuch an den Enden so, dass eine nach unten verlaufende Rinne entsteht. Die Bälle oben hineinwerfen und unten wieder auffangen.</p> <p>5. Schräge Bahn ▶ An einer Sprossenwand hochklettern und Bälle, Papierrollen o. Ä. an einer dort eingehängten Turnbank herunterrollen lassen; anschließend hinterher rutschen.</p> <p>6. Hindernisbahn ▶ Bälle um Papprollen herum rollen oder die Papprollen wie Kegel mit den Bällen abtreffen.</p>
Abschluss	<p><b>Regenmacher-Geräusche</b></p> <p>Zum Schluss lauschen die Kinder einem (aus einer Papprolle, Nägeln und Erbsen selbst gebauten) Regenmacher, den die Erzieherin langsam bewegt und herumdreht.</p>
Ziele	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Auge-Hand-Koordination, visuelle und auditive Wahrnehmung trainieren;</li> <li>■ materialspezifische Eigenschaften kennenlernen;</li> <li>■ mit physikalischen Gesetzmäßigkeiten wie Schwerkraft und Beschleunigung experimentieren.</li> </ul>



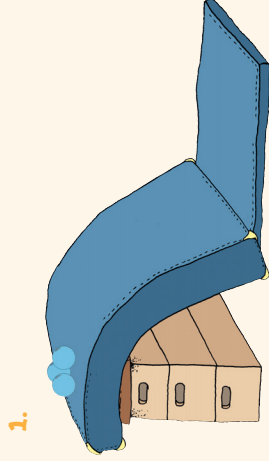
## Materialien

1. **Grube** Kasten, Weichbodenmatte, Turmklötze, Bälle
  2. **Türme** große Schaumstoffelemente, Joghurtbecher, Pappröhren, Bälle, Rutschauto
  3. **Transporter** Rollbrett, 2–3 Eimer o. Ä.
  4. **Straße** Rollbrett, Kasten, 4–6 Pylone
  5. **Garage** 6–12 große Schaumstoffelemente (je nach Größe)
  6. **Bauschutt** 2–3 Eimer, 2–3 Seile, Kleinmaterial
- + Rutschautos  
+ Rollbretter mit Kästen u. Ä.

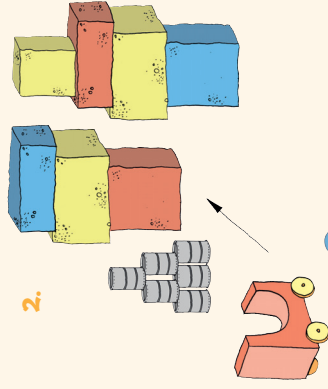
## Variationen

2. **Türme** Für den Turmbau können auch Holzklötze, Dosen und Schwämme eingesetzt werden.

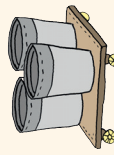
# BAUSTELLE



1.



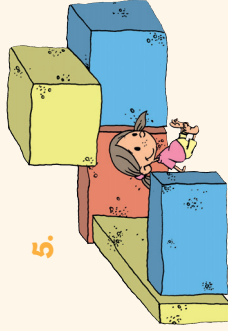
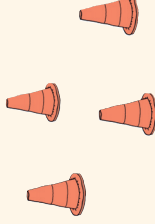
2.



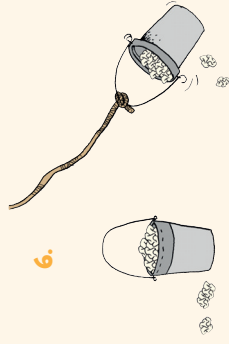
3.



4.



5.



6.

Ablauf	Beschreibung
Einstieg	<p><b>Einstimmung in das Thema</b></p> <p>Schaumstoffwürfel (Bausteine) liegen im Raum verteilt auf dem Boden. Die Kinder laufen um die Bausteine herum, überspringen sie und stapeln sie zu unterschiedlich hohen Hindernissen.</p> <p><b>Impuls:</b> „Wir errichten mit den Bausteinen eine Baustelle.“</p>
Schwerpunkt	<p><b>Bewegungslandschaft „Baustelle“</b></p> <p>Materialien, die zum Bauen anregen, werden bereitgelegt, z. B. Schaumstoffelemente, große und kleine Holzklötze, Becher, Pappröhren, Pylone usw. Die Kinder bauen Türme, Mauern und Wege.</p> <p>1. Grube ► <i>Auf einer Matte oder Bank herunterrutschen oder Gegenstände runterrollen lassen.</i></p> <p>2. Türme ► <i>Aufgebaute Türme überspringen, mit Bällen umwerfen, durch Springen oder mit Rutschautos zum Einsturz bringen.</i></p> <p>3. Transporter ► <i>Große oder schwere Gegenstände auf einem Rollbrett transportieren.</i></p> <p>4. Straße ► <i>Mit Hütchen eine Baustelle abgrenzen oder eine Straße für Baufahrzeuge bauen.</i></p> <p>5. Garage ► <i>Mit großen Schaumstoffteilen ein anderes Kind umranden oder sich selbst einmauern.</i></p> <p>6. Bauschutt ► <i>Kleinmaterialien in Eimern sammeln und an einem Seil hinter sich herziehen.</i></p>
Abschluss	<p><b>Vers „Turmfall“</b></p> <p>Zum Schluss bilden alle Kinder einen Sitzkreis um einen aufgebauten Turm. Die Erzieherin beschließt die Stunde mit dem folgenden Vers, nachdem der Turm umgeschubst werden darf:</p> <p>„Fällt der Turm nun um, ist unsere Stunde rum.“</p>

### Ziele

- Grundbewegungsformen „Schieben“, „Ziehen“ und „Tragen“ sowie Auge-Hand-Koordination üben;
- Bedeutung von Stabilität und Gleichgewicht erfahren und Selbstwirksamkeit erleben;
- materialspezifische Eigenschaften kennenlernen.