

PSYCHOMOTORIK UND BEWEGUNGSBAUSTELLE FÜR ZUHAUSE

Mobil im Spiel – Spielideen für zuhause

Die Projektinitiative „Kita in Bewegung“ wird aus Mitteln des Ministeriums für Bildung, Jugend und Sport gefördert.

Liebe Eltern,

die Wichtigkeit von Bewegung im frühen Kindesalter für die körperliche und geistige Entwicklung rückt immer mehr in den Vordergrund. Dabei geht es aber nicht um „Training“ im engeren Sinne. Die Kinder brauchen kein organisiertes Bewegungsprogramm. Sie brauchen viel mehr die Zeit, den Raum und anregendes Material, Bewegung auszuprobieren und das damit einhergehende Gefühl zu erleben. Hier stellen wir Ihnen Spielideen vor, die sich mit Kindern und Jugendlichen wunderbar umsetzen lassen und auch spielfreudige Erwachsene begeistern. Die motivierenden Spielvorschläge fordern Kinder heraus und fördern nicht nur ihre Motorik. So sind z.B. Geschicklichkeit, Ausdauer und Kreativität gefragt.

Was ist eigentlich eine Bewegungsbaustelle:

Die Bewegungsbaustelle, nachfolgend BBS genannt, fördert die motorische, soziale, sprachliche und kognitive Entwicklung von Kindern.

Ob im Garten oder im Kinderzimmer – überall können Bewegungsbaustellen entstehen. Dafür können Kunststoffrohre, Autoschläuche oder -reifen, Seile, Tücher, Decken, Kästen/Kisten, Bretter, Holzklötze, Matratzen, Pappkartons, Kübel etc. verwendet werden.

Die BBS ist kein fertiges „Endprodukt“, sondern kann je nach Entwicklungsstand der Kinder durch neue, andere Teile erweitert werden.

Die Kinder probieren, konstruieren und entwickeln eigenständig, wodurch immer wieder neue Spiele und Bewegungsarrangements neu kombiniert werden können. Sie machen Bewegungs- und Körpererfahrungen, setzen sich mit entsprechenden Materialien und deren Formen sowie Situationen auseinander und erleben im sozialen Miteinander mit anderen Kindern Erfolge beim Erfinden und Bauen.

Material zuhause:

- Kriechtunnel
- Schwämme
- Klammern
- Becher
- Decken/Tücher/Kissen
- Eier-Packungen
- Pappkartons
- Kisten
- Eimer
- Bälle
- Autoreifen

Material Baumarkt:

- Bretter
- Rohre
- Holzklötzer
- Rohrverbindungen
- Dachrinnen
- Pylonen
- Drainagerohre

Weitere Ideen für zuhause:

- Verschiedene Bodenbeschaffenheit mit Kissen für Körpererfahrungen bauen
 - Darüber krabbeln, laufen und was den Kindern zusätzlich einfällt
- Gegenstände zum Schieben und Ziehen nutzen
 - z.B. Pakete mit ein paar Büchern füllen und die Kinder können diese durch die Wohnung schieben
- Große Kartons zum Reinkriechen und sich Verstecken
- Balancieren über ein Seil
 - Die Seile über Kissen oder andere leichte Hindernisse legen
- Konstruieren und spielen mit Papprollen (Küchenrolle, Toilettenpapierrolle)
 - Damit einen Luftballon transportieren
 - Murelbahn bauen
 - Kegeln

Bewegungspraxis	Kind von 0 -1 Jahr	Kind von 1 – 3 Jahren	Kind von 4 – 6 Jahren
Bewegungsangebote		<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgeschichten (Bewegungsraum + Außenbereich) → Üben von unterschiedlichen Bewegungsformen, Inhalte sind in einer Geschichte eingebettet, z.B. Nachahmen von Tieren, wobei die Bewegungsform den Kindern nicht demonstriert wird (robben, rutschen, rollen, Schlangenbewegungen, krabbeln, springen etc.) • Bewegung mit Kleingeräten (Bewegungsraum + Außenbereich) → Materialerfahrung, freie Übungsphasen mit Tüchern, Luftballons, Reifen, Bällen, Säckchen, Kegeln etc., Kinder können sich mögliche Übungen vom Übungsleiter bzw., von anderen Kindern frei abgucken ❖ Ziele: Materialerfahrung, vielfältige Körpererfahrungen, Steigerung der koordinativen Fähigkeiten: Gleichgewichtsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit, Rhythmusfähigkeit, Reaktionsfähigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsspiele mit/ohne Materialien (Bewegungsraum + Außenbereich) • Bewegungsbaustelle (Bewegungsraum + Außenbereich-abhängig von Material-) • Kinderturnen (Bewegungsraum + Außenbereich) ❖ Ziele: Materialerfahrung, vielfältige Körpererfahrungen, Steigerung der koordinativen Fähigkeiten: Gleichgewichtsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit, Rhythmusfähigkeit, Reaktionsfähigkeit, fördern der sozialen Kompetenz, Selbstwirksamkeit erfahren durch selbstbestimmtes Handeln
Eltern-Kind Angebote	<ul style="list-style-type: none"> • PEKiP bzw. Elemente des PEKiP • Babykrabbelstunde, Inhalte: Krabbelparcours, Schrägen, Treppen, Bälle, Tücher, Spielzeuge zum Ertasten und Drücken, Festhaltegriffe zum Stehen, Aufrichten und erste Schritte 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsparcours (Bewegungsraum + Außenbereich) → Übungsleiter und Eltern bauen einen Parcours aus Bänken, Hockern, Seilen, Matten (Material der Bewegungsbaustelle ist möglich), Eltern geben Kindern Hilfestellung, Kinder stehen aber im Mittelpunkt und haben freie Entscheidungsfreiheit, Eltern geben Hilfestellung und motivieren, Kein „Wettkampf“ unter den Eltern ❖ Ziele: Materialerfahrung, vielfältige Körpererfahrungen, Steigerung der koordinativen Fähigkeiten: Gleichgewichtsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit, Rhythmusfähigkeit, Reaktionsfähigkeit, fördern der sozialen Kompetenz, Eltern-Kind Kontakt intensivieren, Bewegungsverständnis für den Alltag schaffen 	<ul style="list-style-type: none"> • Eltern-Kindturnen (Bewegungsraum + Außenbereich) ❖ Ziele: Materialerfahrung, vielfältige Körpererfahrungen, Steigerung der koordinativen Fähigkeiten: Gleichgewichtsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit, Rhythmusfähigkeit, Reaktionsfähigkeit, fördern der sozialen Kompetenz, Eltern-Kind Kontakt intensivieren, Bewegungsverständnis für den Alltag schaffen