

<b>Vorwort</b>	5
<b>1 Mehr Bewegung in der Kindheit</b>	7
1.1 Bewegungsförderung – Bildung von Anfang an	8
1.2 Warum Kinder spielen – Spielentwicklung	18
1.3 Persönlichkeitsentwicklung durch Bewegung und Spiel – Psychomotorik	23
1.3.1 Prinzipien der Psychomotorik	26
1.3.2 Planungshilfen für Bewegungsstunden	31
<b>2 Ideen für die Praxis</b>	35
2.1 Spiele als Grundlage vielfältiger Erfahrungen	36
2.1.1 Spiele zur Körpererfahrung	38
2.1.2 Spiele zur Materialerfahrung	42
2.1.3 Spiele zur Sozialerfahrung	51
2.2 Von Hexen, Schiffen und Karotten – Themenbezogene Spiele	57
2.3 „Heute sind wir ...“ – Bewegungsgeschichten	75
2.3.1 Die Dinge vor Augen – Bilderbücher	77
2.3.2 Im Fluss der Natur – Jahreszeiten	88
2.3.3 Offen für Situationen – Freie Themen	99
2.4 Im Wald, da sind die Räuber – Bewegungsaktivitäten im Wald	111
2.5 Bei Hitze, Matsch und Schnee – Bewegungsaktivitäten draußen	120
2.6 Nass wie ein Pudel – Bewegungsaktivitäten im Wasser	126
2.7 Von Medaillen und Führerscheinen – Stationen für Feste und Aktionen	138
2.8 Die wichtigsten Unterstützer*innen überzeugen – Bewegter Elternabend	151
<b>3 Kooperation zwischen Kita und Sportverein</b>	159
3.1 Ziele und Nutzen einer Kooperation	160
3.2 Gelingensbedingungen	161
3.3 Organisationshilfen für eine Kooperation	163
3.4 Aufsichts- und Versicherungsfragen	167
3.5 Erfahrungen aus der Kooperationsarbeit	169
<b>Anhang</b>	
Literatur	173
Material	174

## 1.2 WARUM KINDER SPIELEN – SPIELENENTWICKLUNG

Spielen ist nicht nur einfach „spielen“ für Kinder, sondern es ist die vorherrschende Form kindlicher Betätigung. Im Kleinkind- und Vorschulalter ist das Spiel die kindgemäße Form der Auseinandersetzung mit der sozialen und materialen Lebensumwelt. Das Spiel fördert die Persönlichkeitsentwicklung und über das Spiel lernen Kinder. Sie spielen aber nicht um zu lernen, sondern weil sie Freude am eigenen Tun haben. Der Sinn des Spielens liegt vor allem in sich selbst, im „Glück des Augenblicks“. Wichtige Merkmale des Spiels sind seine Zweckfreiheit und die Freiwilligkeit. Es geschieht um seiner selbst willen und nicht, um etwas zu erreichen. Die Motivation kommt aus dem Inneren der Kinder und ist meist spontan und selbstbestimmt.

Neben der motorischen und kognitiven Funktion ist die sozial-emotionale Funktion des Spiels besonders für die psychosoziale Entwicklung von großer Bedeutung. Im Spiel kann das Kind emotionale Spannungen, Konflikte und Gefühle verarbeiten. Es lernt, mit emotionalen Höhen und Tiefen umzugehen, sich spielerisch mit sozialen Normen auseinanderzusetzen, Beziehungen aufzubauen, Zufriedenheit im eigenen Tätigsein zu erleben und sich selbst als kompetent zu erfahren.

Das Spiel ist Entwicklungsmedium in der psychomotorischen Arbeit. Wesensmerkmale und die Art des Spielens in bestimmten Altersstufen sind bei der Gestaltung von Bewegungsangeboten von Bedeutung und sollten in jede Planung eingehen. Das Spiel muss dem Entwicklungsstand des Kindes entsprechen.

Im Hessischen Erziehungs- und Bildungsplan (2007, S. 30) ist nachzulesen, dass das Spiel die ureigenste Ausdrucksform des Kindes ist und im Kindesalter ein zentrales Mittel, Entwicklungsaufgaben und Lebensrealität zu bewältigen.



## ■ Die Spielentwicklung

Die Spielformen finden ihren Schwerpunkt in den verschiedenen Altersstufen, verschwinden aber danach nicht, sondern bleiben erhalten und können bis in das Erwachsenenalter bestehen (vgl. Zimmer, Bewegung, Sport und Spiel mit Kindern [Zimmer 1990, Lehrbrief 4, S. 4]):

### **Spielalter**

0 - 2 Jahre:

2 - 4 Jahre und später:

2 - 4 Jahre:

3/4 - 6 Jahre:

5/6 - 10 Jahre:

### **Spielformen**

Funktionsspiele

Konstruktionsspiele

Fiktions-/Illusionsspiele

Rollenspiele

Regel-/Wettspiele

### **Funktionsspiele (sensomotorische Übungsspiele)**

Das Funktionsspiel ist die früheste Form des kindlichen Spiels. Der Säugling erprobt einfache Bewegungen am Körper und bezieht später Objekte und Personen mit ein. Dies geschieht spontan und aus Lust am Ausprobieren und „Funktionieren“. Funktionen und Steuerung der Bewegung werden dabei geübt und erste Erfahrungen gesammelt. Die Bewegungen erfolgen koordinierter und den Gegenständen wird immer mehr ihre Funktion zugeordnet und entsprechend benutzt. Der Ball wird gerollt und der Klotz in das entsprechende Loch gesteckt. Auch wenn Kinder später Pedalofahren oder Seilspringen üben, ist dies ein Funktionsspiel.

### **Konstruktionsspiele**

Das Kind spielt produktiv und gestaltet. Es baut, stapelt, steckt zusammen und nimmt wieder auseinander. Kenntnisse über Objekteigenschaften, praktisches Problemlösungsverhalten und schöpferische, kreative Fähigkeiten entwickeln sich. Nach und nach konstruiert das Kind nach Plan und genauen Vorstellungen und erwirbt so seine Handlungsfähigkeit. Oft werden diese Spielprozesse von Kindern sprachlich begleitet.

### **Fiktions- und Illusionsspiele (Symbolspiele)**

Bei diesem „So-tun-als-ob-Spiel“ gibt das Kind einem Gegenstand eine andere Funktion. Die ursprüngliche Bedeutung des Gegenstandes wird dabei aufgegeben und oft rasch gewechselt. Aus einem Seil wird eine Schlange oder aus einer

### 2.1.1 Spiele zur Körpererfahrung

#### **Körpererfahrung bedeutet,**

- | seinen Körper wahrzunehmen, zu erleben und kennen zu lernen
- | mit dem Körper umgehen zu können
- | lernen, sich selbst einzuschätzen

#### ■ **Spieleformen mit der ganzen Gruppe**

Die Kinder laufen herum und wenn die Musik stoppt, müssen Aufgaben – alleine oder zu mehreren – bewältigt werden.

Es ist wichtig, dass auch die Kinder selbst Aufgaben stellen.

#### **Was gehört zu meinem Körper?**

Beispiele:

- | Mit einem Körperteil einen anderen berühren: Ellenbogen an Fuß, Daumen an Knie
- | Mit einem Körperteil eine Farbe berühren: Kopf an etwas Grünes, Knie an etwas Rotes
- | Mit einem Körperteil ein Material berühren: Po an Holz, Finger an Plastik

Variationen für ältere Kinder:

Rechter Ellenbogen an linken Fuß, Kopf an linkes Knie, rechter Fuß an linken Oberarm, linker kleiner Finger an rechte Ferse, rechtes Ohr an linkes Ohr, Po an Po, rechte Wade an linken Ellenbogen, rechter Daumen an etwas Grünes.

Mit mehreren Körperteilen gleichzeitig, z. B. mit dem rechten Ohr und linken Fuß, den am Boden liegenden Bierdeckel berühren.

#### **Die Körperteile sind magnetisch**

Auf dem Boden sind Reifen (weniger Reifen als teilnehmende Kinder) verteilt. Die Kinder laufen herum, und wenn ein Körperteil gerufen wird, müssen sie zu einem Reifen laufen und mit dem entsprechenden Körperteil den Boden innerhalb des Reifens berühren.

**McDonald's**

Beim Musikstopp müssen folgende Figuren dargestellt werden:

- | Pommes: Die Kinder legen sich ausgestreckt auf den Boden.
- | Hamburger: Sie legen sich zu zweit übereinander.
- | Big Mac: Sie legen sich zu dritt übereinander.
- | Schüttelshake: Die Kinder bilden einen Kreis, fassen sich an den Händen und schütteln sich.



- | Juniortüte: Die Kinder bewegen sich wie ein Spielzeugroboter.
- | Chicken McNuggets: Die Kinder hocken sich hin und flattern mit den angewinkelten Ellenbogen.
- | Coca-Cola: Die Kinder springen hoch und strecken dabei die Arme.
- | Popcorn: Die Kinder setzen die Hände auf den Boden und springen mit den Füßen auf und ab.

**Wir gehen im Sumpf**

Beim Musikstopp sollen sich die Kinder pantomimisch bewegen:

- | wie ein Roboter gehen
- | im tiefen Sumpf oder durch hohes Wasser waten
- | in Pfützen springen
- | über heißen Sand laufen

Es empfiehlt sich, sobald man im Wald ist, mit den Kindern eine Einstimmung durchzuführen, damit die Kinder im Wald „ankommen“ können. Geht man öfter in den Wald, kann immer wieder ein fester Platz aufgesucht werden, den die Kinder durch die Jahreszeiten erleben und der ihnen vertraut ist. Vielfältige Spielideen können im Wald umgesetzt und angeregt werden. Es sollte aber darauf geachtet werden, dass die Kinder genügend Zeit und Raum haben, selbstständig diesen Naturraum zu erobern und ihre eigenen Spielideen zu entwickeln. Gehen wir wieder mit den Kindern aus dem Wald heraus, kann ein Abschlusskreis stattfinden, in dem sich z. B. alle von den Tieren verabschieden.

### ■ Tipps für den Waldausflug

#### **Rucksack packen:**

- | Erste-Hilfe-Ausrüstung
- | Handy (Empfang testen)
- | Plastiktüten zum Draufsetzen oder eine andere Unterlage als Nässeschutz
- | Pfeife (Signal zum Treffen)
- | Lupe/Lupenbecherglas
- | Bestimmungsbuch
- | Messer
- | Mülltüte (auch als „Regenmantel“ einsetzbar)
- | Klopapier, kleine Schaufel
- | Picknick

Bollerwagen, evtl. für Kinder mit Handicap oder kleine Kinder bei langen Laufwegen; gegebenenfalls Absprache mit der Forstverwaltung: Welche Plätze dürfen wir nutzen?

#### **Eindeutige Regeln:**

- | Keine frischen Zweige abreißen
- | Nur bis Sichtweite entfernen
- | Rücksicht auf die Tiere nehmen
- | Keinen Müll hinterlassen
- | Keine Beeren, Kräuter etc. essen
- | Bei einem bestimmten Signal versammeln sich alle



## ■ Planung, Organisation und Durchführung von „Waldausflügen“

### Ort, Weg

- | Wo?
- | Wie weit? Welche Begleitpersonen? Wie kommen wir hin?

### Zeitraumen

- | Wann? Wie oft? Wie lange?

### Sonstiges

- | Wer spricht mit der Forstverwaltung?
- | Welche Regeln brauchen wir?
- | Wie sieht das Waldfrühstück aus?
- | Was gehört in den Rucksack der Kinder und der Erwachsenen?
- | Welche Kleidung ist am besten?
- | Wie informieren wir die Eltern?
- | Wer bereitet wie eine „Ausstellung“ vor? (z. B. Fotos, Kinderaussagen, Waldmodell)