

202-062

DGUV Information 202-062



Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in Kindertageseinrichtungen

Impressum

Herausgegeben von: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV)

Glinkastraße 40

10117 Berlin

Telefon: 030 13001-0 (Zentrale)

E-Mail: info@dguv.de

Internet: www.dguv.de

Sachgebiet Kindertageseinrichtungen und Kindertagespflege
im Fachbereich Bildungseinrichtungen der DGUV

Ausgabe: März 2023

Satz und Layout: Atelier Hauer + Dörfler, Berlin

Bildnachweis: Mit freundlicher Unterstützung der „Kindervilla Drei Eichen“
des Kreisjugendrings München

Copyright: Diese Publikation ist urheberrechtlich geschützt.
Die Vervielfältigung, auch auszugsweise, ist nur mit
ausdrücklicher Genehmigung gestattet.

Bezug: Bei Ihrem zuständigen Unfallversicherungsträger oder unter
www.dguv.de/publikationen › Webcode: p202062

Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in Kindertageseinrichtungen

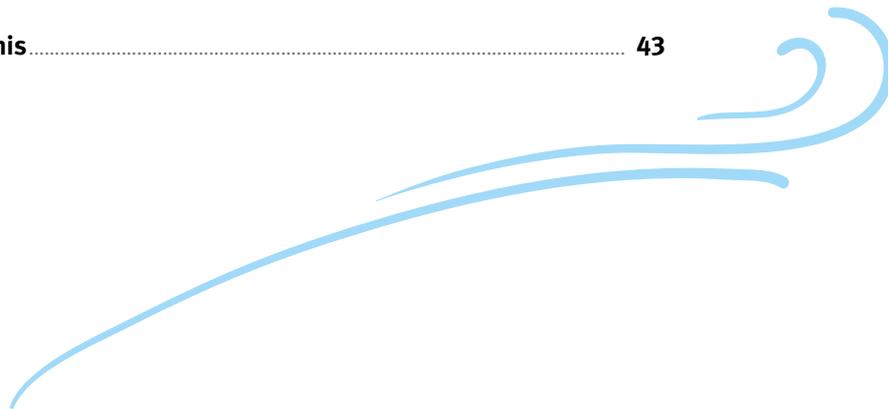
Die DGUV Information stammt ursprünglich aus 2004. Da sich die Schwerpunkte in der Präventionsarbeit und die Herangehensweise seit 2004 deutlich geändert haben, wurde die DGUV Information grundlegend überarbeitet.

- Entfallen sind die Abschnitte:
 - „Stundenbeispiele“ und „Altersvergleichende Entwicklungsübersichten“.
- Neu hinzugekommen sind Kapitel zu den Themen:
 - „Bewegung und Risiko“,
 - „Sichere Gestaltung von Bewegungsangeboten“ und
 - „Bewegungsangebote dauerhaft im Kita-Alltag verankern“.
- Grundlegend überarbeitet wurde das Kapitel „Bedeutung der Bewegung für die kindliche Entwicklung“.
- Verändert wurde auch der Abschnitt mit den Bewegungsspielen (Austausch von Spielen, Ergänzung von Variationen).
- Die Veränderungen sind sowohl struktureller als auch inhaltlicher Art.

Es geht nicht mehr nur um die reine Durchführung von Bewegungsangeboten in Kindertageseinrichtungen, sondern auch um die notwendigen organisatorischen, methodischen und strukturellen Maßnahmen in Kitas, um alle Kinder zu erreichen, Bewegungsangebote sicher zu gestalten und Angebote dauerhaft zu verankern. Mit dieser DGUV Information erhalten die Kindertageseinrichtungen ein zeitgemäßes und praxisorientiertes Informationsmaterial, das einen wichtigen Beitrag zur Prävention von Kinderunfällen leisten kann.

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Einleitung	5
1 Bedeutung der Bewegung für die kindliche Entwicklung	6
2 Bewegung und Risiko	12
3 Bewegungsangebote sicher gestalten	14
4 Gestaltung der Wahrnehmungsförderung in Kindertageseinrichtungen	17
Bewegungsspiele zur Förderung der kinästhetischen Wahrnehmung	18
Bewegungsspiele zur Förderung der vestibulären Wahrnehmung	22
Bewegungsspiele zur Förderung der taktilen Wahrnehmung	27
Bewegungsspiele zur Förderung der auditiven Wahrnehmung	31
Bewegungsspiele zur Förderung der visuellen Wahrnehmung	36
5 Bewegungsangebote dauerhaft im Kita-Alltag verankern	40
6 Literaturverzeichnis	43



Einleitung

Die überragende Bedeutung von Bewegung und Wahrnehmung für die kindliche Entwicklung ist bekannt. In diesem Zusammenhang machen Aussagen wie „Kinder haben zu wenig Raum zum Toben“ oder „Kinder bewegen sich zu wenig“ nachdenklich. Diese DGUV Information wendet sich an Kindertageseinrichtungen und möchte zu mehr Bewegung in Kindertageseinrichtungen anregen, d. h. Erzieherinnen und Erzieher motivieren, ihren Arbeitsalltag und auch den „Lebens“-Alltag der Kinder zu reflektieren.

Im ersten Kapitel führt Professorin Renate Zimmer in die Bedeutung von Bewegung und Wahrnehmung für die kindliche Entwicklung ein. Sie macht deutlich, dass Bewegung und Wahrnehmung fundamental für Kinder sind, um sich aktiv und selbstbestimmt mit ihrer Umwelt auseinanderzusetzen.

Viele Erwachsene betrachten Bewegung von Kindern, insbesondere Toben, schnelle Bewegungsabläufe wie Laufen, Rollerfahren oder das Klettern ambivalent. Einerseits messen sie der Bewegung eine große Bedeutung für die Entwicklung und Gesundheit von Kindern bei, andererseits sehen sie durchaus auch Risiken für die Kinder, z. B. durch Unfälle (vgl. Walther, Nentwig-Gesemann 2019: S. 89). Mit dieser Ambivalenz und möglichen Schlussfolgerungen für die pädagogische Praxis befasst sich das zweite Kapitel.

Um diese Risiken für Kinder in vertretbarem Rahmen zu halten, müssen Bewegungsangebote in Kindertageseinrichtungen sicher organisiert und durchgeführt werden, wie im Kapitel 3 erläutert wird.

Im vierten Kapitel wird es praktisch: Es werden Spiele zur Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in Kindertageseinrichtungen vorgestellt, die überwiegend aus der Psychomotorik stammen.

Das fünfte und abschließende Kapitel befasst sich mit der Frage, wie Bewegungsangebote dauerhaft in Kindertageseinrichtungen verankert werden können, also ein selbstverständlicher Bestandteil der täglichen Bildungsarbeit werden. Es wird deutlich, dass hierfür die gesamte Kindertageseinrichtung als „Organisation“ betrachtet und gestaltet werden sollte.



1

Bedeutung der Bewegung für die kindliche Entwicklung

(Professorin Renate Zimmer)

1.1 Bewegung als elementare Ausdrucks- und Betätigungsform von Kindern und als Medium zur Aneignung der Welt

Bewegung gehört zu den elementaren Ausdrucksformen von Kindern, sie ist Kennzeichen ihrer Lebensfreude und Vitalität: Kinder rennen und springen, steigen und klettern, schaukeln und balancieren, wo auch immer sie dazu Gelegenheit haben. Dies tun sie aus Lust an der Tätigkeit und den damit verbundenen Empfindungen, aber auch aus Interesse an den Dingen, mit denen sie umgehen und deren Funktionsweise sie kennen lernen wollen. Bewegung und Spiel sind die dem Kind angemessenen Formen, sich mit sich selbst, aber auch mit der sozialen und materialen Umwelt auseinanderzusetzen, auf sie einzuwirken, die Welt zu begreifen.

Nur durch Bewegung können sie sich zum Beispiel ein Bild darüber machen, wann, warum und wie ein Ball springt, rollt oder fliegt und wie man dies durch die eigene Handlung beeinflussen kann.

Bewegung ist damit ein wichtiges Medium der Erfahrung und Aneignung der Welt und bietet vielfältige Gelegenheiten für eine ganzheitliche Bildung und Erziehung.

Insbesondere in der frühen Kindheit sind Wahrnehmen, Bewegen, Denken, Fühlen und Sprechen eng miteinander verbunden. Frühkindliche Erziehungs- und Bildungsprozesse sind daher in hohem Maße auf eine anregende Bewegungsumwelt angewiesen. Die Berücksichtigung der Körperlichkeit des Kindes gehört zu den wesentlichen Prinzipien der Frühpädagogik.

Bewegung ist zwar ein elementares Bedürfnis des Kindes, in ihr drückt sich das Verlangen des Kindes aus, sich mit der Welt auseinander zu setzen, sie mit allen Sinnen zu begreifen und sich anzueignen. Bewegung trägt aber auch dazu bei, dass die Kinder lernen, sich selbst einzuschätzen, sie erwerben Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, sie lernen mit anderen umzugehen und sich auf sie einzustellen. Damit ermöglichen Bewegungserfahrungen in der Kindheit wichtige, unaustauschbare Bildungsprozesse.

Frühkindliche Entwicklung ist ein Prozess, der geprägt ist durch die aktive sinnliche Aneignung der Welt. Sie zeichnet sich durch die sozialen Interaktionen des Kindes mit seiner Umwelt aus. Laewen und Andres (2002, S.40) heben den Aspekt der Eigenaktivität als besonders wichtigen Faktor des Bildungsprozesses hervor und betrachten Bewegung als die zentrale Aktivität des Kindes, über die es sich die Welt aneignet:

„Aneignung von Welt meint, dass Kinder sich über ihre Sinneserfahrungen und ihr Handeln ein Bild von der Welt machen, innere Strukturen entwickeln, auf denen alles spätere Denken und Fühlen aufbauen wird“.

Frühkindliche Bildung geht aus von der sinnlichen Erfahrung. Kinder lernen, ihre Wahrnehmungsfähigkeit auszudifferenzieren. Diese ist Ausgangspunkt für forschendes Lernen. Aus den Erfahrungen formen Kinder Erwartungen, Theorien, Hypothesen. Sie machen sich Vorstellungen über mögliche Zusammenhänge und überprüfen dies, indem sie die Dinge genauer untersuchen (vgl. Schäfer, 2003; Zimmer, 2019a).

Wahrnehmung und Bewegung können als wesentliche Bestandteile frühkindlicher Bildungsprozesse betrachtet werden.

1.2 Die Bedeutung der Sinneswahrnehmung

Unter „Wahrnehmung“ wird das Aufnehmen und Verarbeiten von Reizen über die verschiedenen Sinnessysteme verstanden. Ein gut funktionierendes Wahrnehmungssystem kann als Voraussetzung für die Auseinandersetzung des Kindes mit seiner Umwelt betrachtet werden. Zwar sind die meisten Menschen von Geburt an mit einer durchschnittlich guten Fähigkeit zur Wahrnehmung ausgestattet, diese Grundfähigkeit muss jedoch vor allem in der Kindheit durch beständige Anpassung an Situationen, Dinge und Anforderungen geübt werden. Je vielfältiger und differenzierter sensorische Funktionen geübt werden, umso sicherer werden Kinder in ihren Bewegungen und umso besser gelingt es ihnen, den an sie gestellten Anforderungen gerecht zu werden.

Voraussetzung für die Orientierung in der Umwelt ist die Fähigkeit, Sinnesreize aufzunehmen, diese zu verarbeiten und zu differenzieren, d. h. beispielsweise wichtige Informationen von unwichtigen zu unterscheiden und anschließend situationsangemessen darauf reagieren zu können. Das Kind muss lernen, aus einer Fülle von Informationen diejenigen auszuwählen, die für die jeweilige Situation wichtig sind (Zimmer 2019a).

So muss ein Kind z. B. fähig sein, sich auch bei einem höheren Geräuschpegel im Straßenverkehr auf bestimmte Geräusche wie z. B. ein herannahendes Fahrrad oder Auto, eine Hupe oder die Stimme seiner Begleiter konzentrieren zu können. Es muss erkennen, aus welcher Richtung ein Signal kommt und was es bedeutet. Hierfür ist eine differenzierte auditive Wahrnehmung unerlässlich. Ebenso wichtig ist es für Kinder, dass sie Entfernungen abschätzen können, dass sie Verkehrszeichen beachten, die Farbsignale bei Ampeln unterscheiden, Fußgängerübergänge erkennen – diese Anforderungen bedürfen einer differenzierten visuellen Wahrnehmungsfähigkeit.

Während uns die oben genannten Sinne Informationen über körperferne Quellen aus unserer Umwelt geben – sie werden daher auch als Fernsinne bezeichnet – sind die körpernahen Sinne von ebenso zentraler Bedeutung. Sie bilden die Grundlage der Wahrnehmungsentwicklung, da sie von der Entwicklung her betrachtet die jüngeren Formen der Wahrnehmungen sind, auf denen sich alle weiteren aufbauen. Hierzu gehören die taktile (berühren, tasten), die kinästhetische (z. B. Bewegungssinn, Raum-Lage-Empfinden, Körperspannung) und die vestibuläre Wahrnehmung (Gleichgewicht). Sie sind für die Wahrnehmung und Beherrschung des Körpers von besonderer Bedeutung.

1.3 Zum Stellenwert von Bewegung in der frühkindlichen Bildung

Die Bedeutung und der besondere Stellenwert der Bewegungserziehung im Rahmen frühkindlicher Bildungsprozesse kann aus unterschiedlichen Perspektiven begründet werden:

1.3.1 Anthropologische Sicht: Der Mensch ist ein auf Bewegung angelegtes Wesen

Der Mensch ist ein auf Bewegung angewiesenes Wesen. Er benötigt seinen Körper und seine Sinne, um sich mit der Umwelt auseinanderzusetzen, um sich ein Bild von ihr zu machen und auf sie einzuwirken. Der Körper ist dabei Mittler der Erfahrungen, er ist aber zugleich auch Gegenstand, über den Erfahrungen gemacht werden.

Dies trifft auch noch auf uns Erwachsene zu, ist aber insbesondere für die kindliche Entwicklung von Bedeutung: Das Kind nimmt die Welt weniger mit dem „Kopf“, also mit seinen geistigen Fähigkeiten, über das Denken und Vorstellen auf, es nimmt sie vor allem über seine Sinne, seine Tätigkeit, mit seinem Körper wahr. Durch Bewegung tritt das Kind in einen Dialog mit seiner Umwelt, Bewegung verbindet seine Innenwelt mit seiner Außenwelt. Mit Hilfe von körperlichen Erfahrungen und Sinneserfahrungen bildet es Begriffe; im Handeln lernt es Ursachen und Wirkungszusammenhänge kennen und begreifen. So liefern die kinästhetischen Sinne, der Gleichgewichtssinn, der Tastsinn, das Sehen und das Hören dem Kind viele Eindrücke über seine Umwelt und über sich selbst in Zusammenhang mit ihr (vgl. Zimmer, 2019a).

Das Greifen ist immer auch ein Begreifen, das Fassen ein Erfassen. Das Kind gewinnt, bevor es sich sprachlich mitteilen kann, bereits ein Wissen über räumliche Beziehungen und es hat dieses Wissen aufgrund seiner Erfahrungen durch Wahrnehmung und Bewegung, in denen sich diese Zusammenhänge erschließen.

1.3.2 Entwicklungspsychologische Sicht: Körpererfahrungen als Mittel der Ich-Entwicklung und des Selbstständig werden

Kindliche Entwicklung kann als Prozess ständigen Strebens nach Unabhängigkeit, nach Autonomie angesehen werden. Für das Selbstständig werden des Kindes hat der Körper eine wichtige Funktion. Körperliche Fähigkeiten und Möglichkeiten sind Mittel und Symbole – seines „Größerwerdens“. Selbstständigkeitsentwicklung beginnt mit den ersten Versuchen des Kindes, sich aus eigener Kraft fortzubewegen, also mit dem Krabbeln und Robben. Einen Höhepunkt erreicht sie, wenn das Kind die ersten Schritte macht, wenn es das Laufen lernt und damit seinen Handlungs- und Erfahrungsspielraum zunehmend erweitert. An seinen körperlichen Fähigkeiten kann das Kind seine Fortschritte ablesen: Zum ersten Mal alleine eine Stufe überwinden, Roller fahren, einen Baum hinaufklettern – all das sind Zeichen wachsender Selbstständigkeit und Unabhängigkeit vom Erwachsenen.

Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, das Gefühl der eigenen Kompetenz und des „Selbstwertes“ sind gerade in den ersten Lebensjahren geprägt von der Art und Weise, wie das Kind sich in seiner Körperlichkeit erlebt.

Über die Erfahrungen, die das Kind mit seinem Körper macht, entwickelt es ein Bild von den eigenen Fähigkeiten, es erhält eine Vorstellung von seinem „Selbst“ (Zimmer, 2019c).

Auch aus der Beobachtung der Wirkung des eigenen Verhaltens kann das Kind Rückschlüsse auf seine Person ziehen. Gerade in Bewegungshandlungen erleben Kinder, dass sie Ursache bestimmter Effekte sind. Im Umgang mit Dingen, Spielsituationen und Bewegungsaufgaben rufen sie eine Wirkung hervor und führen diese auf sich selbst zurück. Das Handlungsergebnis verbinden sie mit dem eigenen Können – und so entsteht ein erstes Konzept eigener Fähigkeiten. Sie lernen im Experimentieren und Ausprobieren: Ich bin der Urheber einer Wirkung, ich kann etwas – und dieses Gefühl ist die Basis für das Selbstvertrauen bei Leistungsanforderungen (vgl. Zimmer, 2020).

1.3.3 Lernpsychologische Sicht: Lernen braucht Bewegung

Die zunehmende Differenziertheit des Gehirns beruht auf den Wachstumsreizen, die von den Sinnesorganen ausgehen. In der frühen Kindheit werden durch Sinnestätigkeit und körperliche Aktivität Reize geschaffen, die die Verknüpfungen der Nervenzellen – die Bildung der sogenannten Synapsen – unterstützen. Die Verbindungen zwischen den Nervenzellen werden komplexer, je mehr Reize durch die Sinnesorgane zum Gehirn gelangen. Die Plastizität des Gehirns ist groß, es muss jedoch in der Kindheit durch möglichst vielseitige Sinnestätigkeiten angeregt werden (vgl. Zimmer, 2019a).

Vor allem in den ersten Lebensjahren, wenn das Gehirn in seiner Entwicklung noch besonders beeinflussbar und veränderbar ist, sind vielseitige Wahrnehmungserfahrungen wichtig, um die Funktionsfähigkeit zu verbessern. Lernen im frühen Kindesalter verläuft in erster Linie über Wahrnehmung und Bewegung, über konkretes Handeln und über den Einsatz aller Sinne: So ist z. B. die sprachliche Kommunikation eng verbunden mit Wahrnehmungsprozessen. Sensomotorische Erfahrungen gehören zur Grundvoraussetzung für die Entwicklung der Sprache (vgl. Zimmer, 2019c).

Um feinmotorische Anforderungen beim Schreibenlernen bewältigen zu können, muss die Auge-Hand-Koordination ausgebildet sein. Und die Bedeutung von Buchstaben kann ein Kind nur dann erkennen, wenn es ihre Lage im Raum einordnen kann. Diese Fähigkeit zur Raum-Lage-Wahrnehmung baut sich ebenfalls zunächst über den Körper und die Bewegung auf.

1.3.4 Sozial-ökologische Sicht: Wie sich die Lebenswelt der Kinder verändert hat

Bewegungsarmut prägt das Alltagsleben unserer Gesellschaft. Davon sind insbesondere die Kinder betroffen. Heutige Kindheit ist gekennzeichnet durch den Verlust an unmittelbaren körperlich-sinnlichen Erfahrungsmöglichkeiten, durch eine immer stärker eingeeengte Bewegungswelt.

Veränderungen der sozialen und ökologischen Umwelt haben dazu geführt, dass Kindern der aktive, selbstbestimmte Umgang mit ihrer Lebenswelt immer mehr verwehrt wird.

Zwar hatten Kinder noch nie ein so großes Angebot an Freizeitaktivitäten, an Spielmaterial und Anregungen durch die Medien, genauso drastisch sind auf der anderen Seite jedoch ihre Möglichkeiten beschnitten worden, selbstständig Erkenntnisse über die Zusammenhänge ihrer Umwelt zu gewinnen und nachvollziehen zu können. Die ständig zunehmende Motorisierung und Technisierung, die Ausgrenzung von Spiel und Bewegung in speziell dafür hergerichteten Räumen und der wachsende Medienkonsum führen zu einer Einschränkung ihrer Körper- und Sinneserfahrungen in ihrem Lebensalltag. Kennzeichnend für die heutige Kindheit ist auch der Verlust an natürlichen Spiel- und Bewegungsgelegenheiten, der Ersatz durch künstlich geschaffene Plätze, die von Kindern oft nicht selbstständig erreicht werden können und wo das Spielen ohne Aufsicht der Erwachsenen kaum möglich ist.

Hinzu kommt die Reduzierung der sozialen Erfahrungen: Das Spielen in der Familie, mit Kindern aus der Nachbarschaft, auf der Straße oder auf freien Plätzen geht zurück. Der Rückgang der Straßenspielkultur und der Rückzug der Kinder in kleine Wohnungen haben auch eine Veränderung der Spielkultur mit sich gebracht. Spiele in der Gleichaltrigengruppe, die der gemeinsamen Absprache und des Aushandelns von Regeln bedurften, bei denen jüngere Kinder selbstverständlich in die Spielwelt der Älteren hineinsozialisiert werden, sind nur noch selten anzutreffen. Unter diesen Lebensbedingungen ist es heute besonders wichtig, in Kindertageseinrichtungen Freiräume für selbstständige Betätigungen zur Verfügung zu stellen, die Natur wieder als Spielraum zu entdecken und das fantasievolle, kreative Spielen zu unterstützen. Dazu gehört auch das Spiel mit anderen Kindern. Nirgendwo sonst findet man größere Gruppen, mit denen auch Regelspiele und Spiele mit verteilten sozialen Rollen möglich sind.

1.3.5 Gesundheitserzieherische Sicht: Bewegung ist die Voraussetzung für Gesundheit und Wohlbefinden

Bewegungsaktivitäten sind stets mit körperlichen Herausforderungen und Anpassungsprozessen verbunden. Sie trainieren die Muskulatur, stärken das Skelettsystem und das Herz-Kreislaufsystem. Beim Laufen, Rennen, Klettern und Springen werden Kraft, Ausdauer, Koordination und die Körperwahrnehmung unterstützt. Dies ist die Basis für den Erwerb körperlich-motorischer Leistungsfähigkeit und bildet die Grundlage für eine gesunde Entwicklung (Graf, 2017; Völker, 2008).

Die internationalen Richtlinien für ein gesundheitserhaltendes Aktivitätsniveau liegen für Kinder bei mindestens 60 Minuten moderater bis anstrengender Aktivität, um eine normale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen zu gewährleisten und gesundheitliche Effekte zu erzielen. Mit den „Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung“ liegt seit 2016 eine wissenschaftliche Grundlage für die geforderten Bewegungsaktivitäten von Kindern in Deutschland vor. Für Kindergartenkinder wird eine Bewegungszeit von 180 Minuten pro Tag und mehr empfohlen. Säuglinge und Kleinkinder sollen sich so viel wie möglich bewegen und so wenig wie möglich in ihrem natürlichen Bewegungsdrang gehindert werden (Rütten & Pfeiffer, 2016). Diese Forderung entspricht auch den von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) aktuell herausgegebenen Leitlinien zur körperlichen Aktivität von Kindern. Für ein gesundes Aufwachsen von Kindern werden u.a. folgende Empfehlungen ausgesprochen: Kinder im Alter von ein bis vier Jahren sollten sich mindestens 3 Stunden täglich bewegen, dabei sollte eine Vielzahl von Aktivitäten und Bewegungsarten möglich sein. Bei den Kindern über drei sollten darin auch mindestens 60 Minuten mit mittlerer und größerer Anstrengung enthalten sein, die sich über den Tag verteilen können. Sie sollten nicht mehr als eine Stunde am Tag körperlich inaktiv (sitzende Beschäftigungen etc.) sein (WHO, 2019).

Die Ergebnisse des Motorik-Moduls (MoMo), ein Bestandteil der vom Robert Koch-Institut (RKI) durchgeführten Langzeitstudie zur Gesundheit von bundesdeutschen Kindern und Jugendlichen (KiGGS-Studie), machen allerdings deutlich, dass diese Werte nicht annähernd erreicht werden. Weniger als die Hälfte der 3- bis 17-Jährigen erreichen die von der WHO empfohlenen 60 Minuten Mindestbewegungszeit. Lediglich 22,4 Prozent der Mädchen und 29,4 Prozent der Jungen bewegen sich am Tag mindestens eine Stunde. Die Daten belegen zudem, dass das Erreichen der empfohlenen täglichen Bewegungszeit mit zunehmendem Alter abnimmt. Mädchen sowie Kinder aus Familien mit niedrigem sozioökonomischem Status sind besonders betroffen (Woll et al., 2019).

1.3.6 Perspektive der Unfallprävention: Gefahren erkennen und Risikokompetenz entwickeln

Ein zunehmend bewegungsarmer Lebensalltag trägt dazu bei, dass sich motorische Kompetenzen der Kinder, die zur Bewältigung von Herausforderungen notwendig sind, nicht ausreichend entwickeln können. Dies bringt auch eine erhöhte Unfallgefahr mit sich. Eine mangelnde Ausbildung der motorischen Kompetenzen wie Koordinationsfähigkeit, Kraft und Ausdauer vergrößert die Gefahr, sich im Spiel zu verletzen oder auch im Alltag, im Straßenverkehr oder im Sport einen Unfall zu erleiden. So sind Zusammenstöße der Kinder bei Lauf- und Fangspielen oft auf mangelndes Orientierungsvermögen zurückzuführen, bei Stürzen sind die Kinder aufgrund fehlender Stützkraft und geringer Reaktionsfähigkeit nicht in der Lage, sich rechtzeitig mit den Händen aufzufangen.

Der Umgang mit Gefahren, das Erkennen von Risiken erfordert von den Kindern allerdings ein intensives tägliches, regelmäßiges „Training“ in Form von kindgerechtem Spiel, vielseitigen Bewegungsangeboten und Gelegenheiten zum Gewinn umfassender Bewegungserfahrungen.

Die unmittelbare Rückmeldung, die ein Kind bei der Bewältigung von Bewegungsaufgaben erhält, führt dabei zu einer realistischen Einschätzung der eigenen Fähigkeiten und zu einem angemessenen Anspruchsniveau.

Von besonderer Bedeutung ist in diesem Kontext die Entwicklung von Risikokompetenz. Unter diesem Begriff wird die Fähigkeit verstanden, Risiken angemessen einschätzen, sich darauf einstellen und mit ihnen umgehen zu können. Dazu gehört auch eine realistische Selbsteinschätzung: Was kann ich mir zutrauen, wo liegen meine Grenzen?

Den Umgang mit Herausforderungen lernen Kinder nur, wenn sie die eigenen Kräfte erproben, ihre Grenzen erkennen und Herausforderungen selbst bewältigen können. Die Ausbildung von Risikokompetenz braucht also Übungsmöglichkeiten, Freiräume, in denen Kinder selbstständig mit Risiken umgehen können. Insbesondere das Draußen spielen fördert motorische Kompetenzen und den Umgang mit Risiken (Richard-Elsner, 2017).

→ Weiteres zur „Risikokompetenz“ siehe Kapitel 2 dieser DGUV Information!

1.4 Konsequenzen für die Gestaltung der Bewegungserziehung in Kindertageseinrichtungen

Kinder brauchen täglich Gelegenheiten zum Rennen, Laufen, Klettern, Springen, sie brauchen Möglichkeiten, ihre Kräfte zu verausgaben und ihren Bewegungsbedürfnissen nachzukommen, sie brauchen aber auch Gelegenheiten zur Entspannung, Möglichkeiten, zur Ruhe zu kommen. Diese Bedürfnisse äußern sich meistens im freien Spiel, sie sind nicht auszugrenzen auf bestimmte festgelegte Zeiten oder Räume. Deswegen ist es wichtig, in Kindertageseinrichtungen sowohl freie Bewegungsgelegenheiten zur Verfügung zu stellen, die die Kinder nach Belieben wahrnehmen können, als auch regelmäßige, zeitlich festgelegte Bewegungszeiten anzubieten, die von der pädagogischen Fachkraft betreut und geplant werden (Zimmer, 2018, 2021b). Hier können ganz bewusst Anregungen zur Erweiterung des Bewegungsrepertoires der Kinder gegeben werden – mit der Möglichkeit, die motorischen Kompetenzen zu stärken und die Entwicklung von Fähigkeiten und Fertigkeiten zu unterstützen. Eine gute Beobachtung der motorischen und sensorischen Kompetenzen der Kinder wird der pädagogischen Fachkraft die Voraussetzungen zur Gestaltung des Alltags geben, der den Interessen und Bedürfnissen der Kinder entspricht und auf ihre Voraussetzungen abgestimmt ist (Zimmer, 2021a).

Bewegungserziehung in Kindertageseinrichtungen sollte dazu beitragen,

- den Bewegungsbedürfnissen der Kinder entgegenzukommen,
 - die motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten zu erweitern,
 - die Wahrnehmungsfähigkeit der Kinder durch den Gebrauch möglichst aller Sinne zu stärken,
 - das gemeinsame Spiel der Kinder mit unterschiedlichen Voraussetzungen zu unterstützen,
 - das Bedürfnis der Kinder nach zunehmender Selbstständigkeit zu respektieren,
- die Bewegungsfreude der Kinder zu erhalten, ihrer Neugierde entgegen zu kommen,
 - dass die Kinder Gelegenheiten zum Aufbau von Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten erhalten und eine realistische Selbsteinschätzung entwickeln können,
 - dass die Kinder lernen, mit Gefahren umzugehen und dadurch Risikokompetenz erwerben.



Professorin Renate Zimmer führt im ersten Kapitel dieser DGUV Information aus, wie Bewegung, Entwicklung, Spiel und Lernen bei Kindern eng miteinander verwoben sind. Kinder lernen durch Bewegung sowie durch das Spiel und entwickeln sich hierdurch weiter. Bewegung ist aber auch immer mit gewissen Gefährdungen und Risiken verbunden. Beim Rennen besteht die Gefahr zu stolpern und sich z. B. das Knie aufzuschürfen. Beim Klettern an der Sprossenwand besteht die Gefahr, den Halt zu verlieren und herabzustürzen. Um Gefahrenstellen zu erkennen, Risiken einzuschätzen und eine eigenständige Handlungsentscheidung treffen zu können, benötigen Kinder Risikokompetenz. Kinder sollen durch risikokompetentes Handeln in die Lage versetzt werden, selbst zu ihrer eigenen Sicherheit beizutragen (vgl. Vetter 2004, S. 165).

Wie alle anderen Kompetenzen ist die Risikokompetenz bei Kindern jedoch nicht von Geburt an vorhanden. Kompetenzen werden auch nicht einmal im Leben erlernt und sind dann dauerhaft und stabil vorhanden. Vielmehr müssen sie selbstorganisiert und handlungspraktisch erworben (vgl. Felden 2008, S. 111). und wiederholt werden, um sich zu etablieren.

Um Risikokompetenz zu erwerben, ist es also erforderlich, dass sich Kinder eigen-aktiv mit Risiken auseinandersetzen (vgl. Lensing-Conrady, 2005; Richard-Elsner, 2013). Das Eingehen von Risiken im Spiel, insbesondere in bewegungsintensiven Spielen, ist ein natürlicher Bestandteil des kindlichen Spielverhaltens. Forschungsarbeiten zum kindlichen Spiel zeigen, dass Kinder sich häufig auf Spiel-

varianten einlassen, in denen sie toben sowie ihre körperlichen Fähigkeiten und ihren Mut ausprobieren können, auch wenn hierbei die Möglichkeit besteht, dass sie sich verletzen (vgl. Sandseter, 2009, S. 3). Aber auch Bewegungen mit hoher Geschwindigkeit (z. B. rennen, Rollerfahren) oder Bewegungen in der Höhe (z. B. klettern, balancieren) sind von besonderem Interesse bei Kindern.

Das kindliche Spiel sowie die Förderung von Bewegung und Wahrnehmung verlagert sich zunehmend in Kindertageseinrichtungen, da Kinder diese immer häufiger und für einen täglich immer längeren Zeitraum besuchen. Damit fällt es mehr und mehr in den Aufgabenbereich einer Kindertageseinrichtung bzw. der dortigen Beschäftigten zu entscheiden, welche (riskanten) Spielformen und welche Bewegungsangebote Kinder eingehen und erleben dürfen. Hierbei befinden sich Kindertageseinrichtungen in einem Spannungsfeld: Zum einen sollen sie im Rahmen ihres Bildungs- und Erziehungsauftrages Kinder zu verantwortungsvollem Handeln anleiten und damit auch Risikokompetenz fördern. Dafür müssen sie Kindern Verantwortung und Freiheiten zugestehen. Zum anderen haben Kindertageseinrichtungen aber auch im Rahmen ihrer Aufsichtsführung die Verpflichtung, Kinder vor Unfällen und Gesundheitsgefährdungen zu schützen. Hierzu müssen sie das Handeln der Kinder einschränken, in dem sie z. B. Regeln aufstellen oder bestimmte Verhaltensweisen verbieten (vgl. Zimmer, 2020, S. 232 ff; Hundmeyer/Pimmer-Jüsten 2019, S. 15 ff.).

Um ihrer **Aufsichtspflicht** gerecht zu werden, haben die pädagogischen Beschäftigten eine Informationspflicht, eine Überwachungspflicht und eine Pflicht zum Eingreifen. Was ist hiermit gemeint?

→ **Informationspflicht:** Die Beschäftigten müssen Kenntnisse über die Kinder, ihre individuellen Besonderheiten und insbesondere ihren jeweiligen Entwicklungsstand haben. Gleichzeitig müssen sie auch über mögliche Gefahren im Umfeld informiert sein, denen Kinder möglicherweise ausgesetzt sind. Nur so können sie entscheiden, welche Freiräume sie Kindern zugestehen können. Informationspflicht bedeutet aber auch, dass die Kinder, ihrem Alter und Entwicklungsstand entsprechend, auf mögliche Gefahren hingewiesen werden.



→ **Überwachungspflicht:** Pädagogisch Beschäftigte müssen sich vergewissern, dass Kinder aufgestellte oder ausgehandelte Regeln einhalten und wichtige Informationen verstanden haben. Wie intensiv Kinder zu beaufsichtigen sind, ist dabei insbesondere von deren Entwicklungsstand sowie von der konkreten Situation abhängig, letztendlich also eine pädagogische Entscheidung. Hundmeyer und Pimmer-Jüsten (2019, S. 40) führen hierzu aus: „Je nach Situation und Entwicklungsstand kann auch ein gelegentliches, stichprobenartiges Kontrollieren genügen. Je weniger jedoch der Aufsichtspflichtige das Kind kennt, je unzuverlässiger es sich in der Vergangenheit erwiesen hat, je gefährlicher ein Spiel oder eine Situation ist und je wahrscheinlicher es ist, dass Gebote und Verbote missachtet werden, desto beständiger und umfangreicher wird ein Kind überwacht werden müssen.“

→ **Pflicht zum Eingreifen:** Sollte ein Kind durch seine Handlungen und sein Verhalten mit hoher Wahrscheinlichkeit einen nicht zu vertretenden gesundheitlichen Schaden erleiden, muss der Aufsichtsführende eingreifen (vgl. Hundmeyer/Pimmer-Jüsten 2019, S. 39 ff.)

Wie können Kindertageseinrichtungen sich nun in diesem Zielkonflikt zwischen der Verpflichtung zur Aufsichtsführung sowie der Pflicht, Kinder zu eigenverantwortlich handelnden Persönlichkeiten zu erziehen, orientieren? Sie müssen die Sicherheitsinteressen des Kindes mit pädagogischen Aspekten abwägen (vgl. Hundmeyer/Pimmer-Jüsten 2019, S. 16). Dies bedeutet, dass Kindertageseinrichtungen einen Rahmen festlegen, innerhalb dieses Kinder Erfahrungen auch mit riskanten Situationen machen können. In diesen Situationen kann es auch einmal passieren, dass Kinder einen Unfall haben. Diese Unfälle dürfen für Kinder jedoch keine unverhältnismäßigen gesundheitlichen Beeinträchtigungen, wie z. B. den dauerhaften Verlust von Sinnesorganen, zur Folge haben. Zudem müssen pädagogisch Beschäftigte ihre Entscheidungen in diesem Abwägungsprozess stets nachvollziehbar begründen können. Das heißt, sie müssen sowohl die Erziehungsziele darlegen können als auch die Erwägungen, welche Maßnahmen zum Schutz der Kinder vor Gesundheitsgefährdungen erforderlich sind. Denn: „Was pädagogisch nachvollziehbar begründet ist (d. h., von den Erziehungszielen gerechtfertigt ist und zugleich die Gesundheit des Kindes und die Sicherheitsinteressen anderer mitberücksichtigt), kann keine Aufsichtspflichtverletzung sein“ (Hundmeyer/Pimmer-Jüsten 2019, S. 16 f.).



Zusammenfassend ausgedrückt: Kindertageseinrichtungen sind gefordert, ihre pädagogische Arbeit auch im Hinblick auf die Erfahrungsräume für Kinder mit Bewegungsangeboten und möglichen Risiken zu hinterfragen. Sie sollten sich Gedanken machen, welche Erfahrungen Kinder in ihren Kindertageseinrichtungen machen dürfen, welche (Frei-) Räume hierfür bereitgestellt werden und wo gegebenenfalls Grenzen gezogen werden müssen, damit die Risiken kalkulierbar bleiben. Dazu ist Folgendes erforderlich:

1. Die Räumlichkeiten, die Ausstattung und das Außengelände der Kindertageseinrichtung müssen hinreichend sicher sein. Den entsprechenden Rahmen setzt das Regelwerk der gesetzlichen Unfallversicherung. Insbesondere die DGUV Regel 102-602 „Branche Kindertageseinrichtung“, welche die DGUV Vorschrift 82 „Unfallverhütungsvorschrift Kindertageseinrichtungen“ in Bezug nimmt, bietet einen guten Überblick über die Sicherheitsanforderungen an Kindertageseinrichtungen. Informationen über die sichere Gestaltung des Außenspielbereichs finden sich in DGUV Information 202-022 „Außenspielflächen und Spielplatzgeräte“. Für Kindertageseinrichtungen, bei denen sich die Kinder überwiegend in der freien Natur aufhalten, bietet die DGUV Information 202-074 „Mit Kindern im Wald“ eine sehr gute Orientierung.
2. Bewegungsangebote müssen sicher organisiert und gestaltet werden. Nähere Informationen hierzu erhalten Sie im Kapitel 3 dieser DGUV Information.
3. Die Aufsichtspflicht in Kindertageseinrichtungen muss jederzeit gewährleistet sein.

3

Bewegungsangebote sicher gestalten

Für eine sichere Gestaltung von Bewegungsangeboten sollten drei Aspekte betrachtet werden:

1. **sichere materielle Voraussetzungen (Räume und Geräte)**
2. **passende organisatorische Rahmenbedingungen (Aufbau und Durchführung)**
3. **Berücksichtigung des Entwicklungsstandes der Kinder**

Zu 1: Bewegungsräume und Einsatz von Geräten

Bewegungsangebote können fast überall stattfinden, z. B.:

- im Gruppenraum, im Flur, im Bewegungsraum
- auf dem Außengelände, im Garten, auf dem Spielplatz, im Park, im Wald
- in der Sporthalle der Nachbarschule oder im Gemeinderaum der Kirche.

Bei der Nutzung von Flächen im Gebäude sollte insbesondere auf Folgendes geachtet werden:

- ✓ Sie sind ausreichend groß und frei von Hindernissen.
- ✓ Es stehen keine scharfen Kanten hervor, gegen die ein Kind fallen kann.
- ✓ Glasflächen sind bruchstabil oder abgeschirmt.

Spezielle Bewegungsräume erfüllen diese Anforderungen und haben darüber hinaus noch einen elastischen Fußboden.

Werden Bewegungsübungen im Gruppenraum oder Flur angeboten, so muss das Angebot auf die vorhandene Fläche und mögliche Gefahrenpunkte (z. B. Lampen, Teppiche oder Möbel) abgestimmt werden.

Spiel- und Sportgeräte müssen sicher sein.

Bei großen Sport- und Spielgeräten, die vom Fachhandel bezogen werden, kann man davon ausgehen, dass sie normkonform sind. Dies erkennt man an der angegebenen DIN-Norm, dem CE- oder GS-Zeichen. Sportgeräte sind nach Herstellerangaben regelmäßig zu prüfen. Bei Sprossenwänden ist zusätzlich darauf zu achten, dass keine Körperfangstellen vorhanden sind. Körperfangstellen werden durch lichte Weiten zwischen den Sprossen oder zwischen Wand und Sprossenwand von 8,9 bis 23 cm (bei Krippenkindern) oder zwischen 11 und 23 cm bei Kindern über drei Jahren hervorgerufen.

Kleinsportgeräte wie z. B. Turnbänke, Rollbretter sollten ebenfalls über den Fachhandel bezogen werden, damit sie dem höheren Nutzungsgrad in der Kindertageseinrichtung gerecht werden.

Alle Sportgeräte sind vor der Nutzung in Augenschein zu nehmen. Bei einem Sicherheitsmangel sind sie auszusortieren.

Zu 2: Sichere Organisation von Bewegungsangeboten

Eine sichere Organisation umfasst folgende Aspekte:

a. Gestaltung des Angebotes

Hierzu zählen die geeignete Auswahl und der Aufbau der Geräte. Dabei sind Fallbereiche zu berücksichtigen und es ist auf die bestimmungsgemäße Verwendung der Geräte zu achten.

b. methodischer Aufbau der Übungsstunde

Wichtig ist, die Angebote so zu wählen, dass die Kinder nicht unter- aber auch nicht überfordert werden. Bewährt haben sich die Prinzipien des Lernens:

- vom Leichten zum Schweren
- vom Bekannten zum Unbekannten
- vom Einfachen zum Komplexen

Dabei sollte jedes Kind frei wählen können, ob es das Angebot annimmt und welcher Aufgabe es sich widmet.

Beim freien Spiel sollten genügend Materialien für alle Kinder bereitstehen. Dabei sind solche Kleinsportgeräte zu wählen, die dem Entwicklungsstand der Kinder entsprechen. Bei sehr jungen Kindern dürfen keine verschluckbaren Kleinteile verwendet werden.

Natürlich richtet sich der Aufbau der Bewegungsstunde auch nach der Gruppengröße, dem Alter sowie Entwicklungsstand der Kinder und dem zeitlichen Rahmen.

c. Qualifizierung der Fachkräfte

Die Pädagoginnen und Pädagogen, die Bewegungsangebote unterbreiten, sollten sich im Vorfeld mit dem Thema befassen und wenn notwendig, eine Qualifizierung absolvieren. Im Konzept der Einrichtung sollte dargelegt werden, wo, wann und wie Bewegungsangebote in der Einrichtung unterbreitet werden.

Angebote der Psychomotorik, die Verwendung der Hengstenberg-Geräte, der Aufbau von Bewegungslandschaften oder die Nutzung einer Bewegungsbaustelle erfordern spezielles theoretisches Hintergrundwissen, damit die Inhalte fachlich fundiert unterbreitet werden können. Es muss in der Kindertageseinrichtung sichergestellt werden, dass die Fachkräfte, die solche Angebote machen, sich mit den Risiken und dem genauen Vorgehen befasst haben.

d. Kleidung, Schmuck, Schuhwerk der Kinder

Zu einer sicheren Bewegungsstunde gehört auch, dass die Kinder mit einer passenden Bekleidung teilnehmen. Günstig ist, wenn sie nicht zu warm angezogen sind und die Kleidung bequem ist. Schuhe, bei denen die Ferse keinen Halt hat, sollten nicht getragen werden und auch keine Schuhe mit sehr festen Sohlen. Geeignet sind Stoppersocken, Hallenturnschuhe oder festsetzende Hausschuhe. Viele Angebote können auch barfuß durchgeführt werden.

Kinder mit langen Haaren sollten diese zusammenbinden. Schmuck ist in der Kita generell ungeeignet, bei Bewegungsaktivitäten aber wirklich gefährlich, da hier sowohl das Kind, das den Schmuck trägt, als auch andere Kinder und Beschäftigte verletzt werden können.

e. Verhalten der Fachkräfte, Aufsicht

Die Aufsicht bei Bewegungsangeboten richtet sich nach dem Alter und dem Entwicklungsstand der Kinder (mehr zu diesem Thema im Kapitel 2).

Gerade bei Bewegungsangeboten ist es wichtig, dass die Erzieherinnen und Erzieher das Kind selbst entscheiden lassen, welcher Aufgabe es sich widmet. Dabei sollte die Fachkraft zwar das Angebot leiten und betreuen, aber gleichzeitig offen sein für die Ideen der Kinder. Eine flexible Planung erfordert aber auch das Wissen von Gefahren und den Überblick über die Situation. Das setzt eine gute Vorbereitung voraus. Generell sollten die Fachkräfte die Kinder ermutigen, aber nicht überreden. Sie sollten Impulse geben und mitspielen, aber nicht dominieren. Bei Konflikten unter Kindern muss die Fachkraft nur eingreifen, wenn eine körperliche oder seelische Gefahr für ein Kind besteht.

f. Sicherer Rahmen schaffen – Aufstellen von Regeln

Damit sich alle Kinder beim Toben, Spielen und Bewegen wohlfühlen, ist es wichtig, einen sicheren Rahmen für Bewegungsangebote zu schaffen.

Gemeinsam aufgestellte Regeln, die von allen Kindern verstanden werden, können diesen Rahmen herstellen und gleichzeitig Grenzen setzen.

Der Inhalt richtet sich nach den Angeboten und den Gefahren, die dabei auftreten können. So ist das Spielen im Wald mit anderen Regeln verbunden als die Nutzung des Bewegungsraums. Natürlich muss auf die konsequente Einhaltung der Regeln geachtet werden oder es müssen einzelne Punkte geändert werden, wenn sie sich nicht bewähren.

Vor der ersten selbstständigen Nutzung eines Bewegungsraums sollten die Kinder eine Einweisung zur Nutzung der Geräte und zum Verhalten im Raum erhalten.

Zu 3: Die Förderung aller Kinder im Blick haben

Die Kinder in der Kindertageseinrichtung kommen mit sehr unterschiedlichen Voraussetzungen in die Einrichtungen. Angebote der Bewegungsförderung haben auch das Ziel, die Kinder in ihrer Entwicklung zu fördern. Dazu ist es wichtig zu wissen, welche Angebote für die einzelnen Kinder förderlich sind.

Ausgehend von diesem pädagogischen Grundverständnis sind Bewegungsangebote zu planen. Auch wenn nicht auf alle Bedürfnisse der Kinder im Einzelnen eingegangen werden kann, so sollte doch jedes Kind etwas finden, was seinem Entwicklungsstand entspricht, es herausfordert und fördert.

Die Bewegungsangebote sollten so gestaltet sein, dass sie die Fähigkeiten und Fertigkeiten der Kinder weiterentwickeln und die Kinder selbstwirksam werden können.

Die Fachkräfte sollten deshalb auf die individuellen Interessen und Bedürfnisse aller Kinder unter Berücksichtigung besonderer Förderbedarfe eingehen.

Bewährt haben sich offene Bewegungsmöglichkeiten, die den Kindern viel Freiraum lassen. Aber auch das gemeinsame Spiel nach Regeln ist förderlich – vor allem für die Ausprägung sozialer Kompetenzen.



Planung und Vorbereitung von Bewegungsangeboten

Um alle Gefährdungen im Blick zu haben und die Bewegungsangebote gut zu planen, hat sich eine Gefährdungsbeurteilung bewährt. Dabei werden mögliche Gefährdungen, die bei der Durchführung des Angebots auftreten können, aufgelistet und es werden Maßnahmen überlegt, die diese Gefährdungen reduzieren oder ganz ausschließen. Grundlage für diese Ermittlung sind die Erfahrungen aller pädagogischen Fachkräfte und die Auswertung des Unfallgeschehens bei Bewegungsangeboten.

Ziel dieser Gefährdungsbeurteilung ist es, schwere Unfälle zu vermeiden und Bagatelverletzungen z. B. eine Schürfwunde auf ein geringes Maß zu reduzieren.

Es ist nicht notwendig, für immer wiederkehrende Angebote jedes Mal eine neue Gefährdungsbeurteilung durchzuführen, wenn sich die Situationen wenig unterscheiden.

Aber für alle Schwerpunktangebote aus dem Bewegungskonzept der Einrichtung sollte vor der ersten Durchführung solch eine Gefährdungsbeurteilung vorliegen.

Anlässe für eine Gefährdungsbeurteilung könnten z. B. sein:

- die Nutzung des Bewegungsraums
- Bewegungsangebote im Garten
- Bewegungsspiele im Wald
- Nutzung der Sporthalle der Nachbarschule

Vorgehen bei der Gefährdungsbeurteilung:

1. Bewegungsangebote hinsichtlich denkbarer Gefährdungen beurteilen
2. Risiken abschätzen
3. Geeignete Schutzmaßnahmen ableiten
4. Wirksamkeit der eingeleiteten Schutzmaßnahmen überprüfen und ggf. Korrekturen einleiten

Bei der Festlegung der Maßnahmen geht es um die Einschätzung, ob sie zum Schutz der Kinder geeignet, zumutbar und erforderlich sind. Dies ist auch eine Frage der Verhältnismäßigkeit.

Viele Einrichtungen werden diese Abwägungen schon häufig vorgenommen haben ohne dafür den Begriff „Gefährdungsbeurteilung“ zu verwenden. Wichtig ist, diese Planungsgedanken vor allem für besondere Vorhaben mit hohen Risiken (Schwimmbadbesuch, Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel...) schriftlich festzuhalten und alle Beteiligten zu den Inhalten zu unterweisen. Dies dient nicht nur der sicheren Durchführung, sondern auch der Absicherung der Beschäftigten in einem Schadensfall.

4

Gestaltung der Wahrnehmungsförderung in Kindertageseinrichtungen

Angebote zur Bewegung und Wahrnehmungsförderung in Kindertageseinrichtungen sollten einen ganzheitlichen Blick auf kindliche Entwicklungsprozesse haben. Sie sind ein Zusammenspiel aus körperlichen, sensorischen, kognitiven, emotionalen und sozialen Prozessen.

Die unterschiedlichen Sinneswahrnehmungen sind beim Kind enger verknüpft als beim Erwachsenen, auch Gefühle und Körperbewegungen sind mehr aufeinander bezogen. Die Psychomotorik beschreibt diese enge Verbindung des körperlich-motorischen Bereichs mit dem geistig-seelischen Bereich. Da die psychomotorische Erziehung durch die funktionelle Einheit psychischer und motorischer Vorgänge gekennzeichnet ist, eignet sie sich in besonderer Weise für die Anwendung in der Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in Kindertageseinrichtungen. Während wir uns bewegen, nehmen wir unsere Umwelt wahr, reagieren auf diese und wirken auf sie ein. Die psychomotorische Erziehung geht davon aus, dass erst durch vielseitige Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen Grundlagen für eine harmonische Persönlichkeitsentwicklung des Kindes geschaffen werden (Zimmer/Circus, 1995). Die Stärkung der Ich-Fremd- und Sachkompetenz sind Eckpfeiler der psychomotorischen Erziehung.

Frühkindliche Bewegungserziehung ist dann erfolgreich, wenn kindgemäße, d. h. spielbetonte Bewegungsangebote im Vordergrund stehen, die vielseitige, breit angelegte Bewegungserfahrungen ermöglichen und der kindlichen Neugier sowie ihrem Aktivitätsdrang entgegenkommen. Im Vorschulalter haben Symbol- und Rollenspiele einen besonderen Stellenwert. Die Bewegungssituationen werden oft in komplexere Spielhandlungen eingebunden. Geräte und Materialien haben dabei oft symbolische Bedeutung.

Die Spiele sollten:

- jederzeit durchführbar und ohne zeitaufwändige Vorbereitungen und großen Materialaufwand einsetzbar sein
- das Kind ganzheitlich und möglichst effektiv fördern
- den Kindern Spaß machen
- für das Kind eine Bedeutung haben.

Kinder brauchen tägliche Bewegungsreize, in der sie vielfältige Material- und Sozialerfahrungen sammeln können.

Die Aneignung umfangreicher Erfahrungen durch Umgang mit verschiedenen Materialien (Kinder beziehen Alltagsmaterialien selbstverständlich in ihre Spielwelt ein) sowie über soziale Kontakte ist ein wesentliches Ziel psychomotorischen Arbeitens. Gerade Kinder knüpfen ihre sozialen Kontakte vorwiegend über motorische Aktivitäten. Sie gewinnen somit an Sozialerfahrung und erhöhen ihre Sozialkompetenz. Kinder sollen Räume erhalten, in denen sie sich spontan und frei mit sich selbst, anderen und verschiedenen Materialien auseinandersetzen können.

Kinder im Vorschulalter brauchen Erfahrungs- und Freiräume, die sie handlungsfähig machen.

Sowohl freie, aber auch angeleitete Bewegungsspiele können je nach Bedarf eingesetzt werden. Die freien Bewegungsspiele fördern mehr die Kreativität der Kinder und ihre Fähigkeit, selbst Regeln aufzustellen. Die angeleiteten Angebote bieten den Erzieherinnen und Erziehern mehr Möglichkeiten, einzelne Schwerpunkte in der Psychomotorik gezielter zu fördern.

Im folgenden Kapitel werden Bewegungsspiele zur Förderung verschiedener Wahrnehmungsfähigkeiten vorgestellt. Diese stellen eine Auswahl dar. Einige werden überrascht sein, dass manche Spiele schon älter sind. Aber wir halten sie für gut geeignet und denken, dass ihr Alter für die Kinder keine Rolle spielt. Für sie sind sie neu! Die Spiele wurden aber in dieser Ausgabe aktualisiert und durch Variationen und den Materialbedarf erweitert.

Die Unterteilung nach verschiedenen Förderschwerpunkten steht nicht im Widerspruch zu einer ganzheitlichen Förderung des Kindes. Es ist in der Bewegungspraxis ohnehin kaum möglich, motorische und sensorische Fähigkeiten isoliert zu fördern. Auf Grundlage der Einteilung in verschiedene sensorische Fähigkeiten können sich die Erzieherinnen und Erzieher aber der Förderung einzelner Schwerpunkte zuwenden.



Bewegungsspiele zur Förderung der kinästhetischen Wahrnehmung

Neben dem taktilen System gehört das vestibuläre System (Gleichgewicht) und das kinästhetische System (Eigenwahrnehmung, Bewegungsempfindung) zu den Nahsinnen der Wahrnehmungssysteme. Diese Nahsinne entwickeln sich beim Kind zuerst. Sie geben Informationen über den eigenen Körper und seine Lage im Raum. Die Fernsinne (optische und akustische Wahrnehmung) differenzieren sich erst später aus.

Die kinästhetische Wahrnehmung liefert dem Kind Informationen über Muskeln, Sehnen und Gelenke. Sie umfasst die Empfindungen, die durch die Bewegungen des eigenen Körpers ausgelöst werden und in Bewegungen registriert werden. Durch die kinästhetische Wahrnehmung ist es möglich, den Auf- und Abbau der Muskelspannung zu kontrollieren, unterschiedliche Gelenkstellungen und damit unterschiedliche Bewegungsrichtungen einzelner Körperteile wahrzunehmen sowie Körperpositionen zu halten und zu verändern. Kinästhetische, vestibuläre und taktile Wahrnehmungen tragen zum Aufbau des Körperschemas bei.

Kinästhesie ist als Faktor der motorischen Lernfähigkeit insbesondere für die Kontrolle von Eigenbewegungen, für die Bewegungskoordination, für die Orientierung im Raum, als Grundlage für das motorische Planen und damit letztlich für die Bewegungssicherheit des Kindes von entscheidender Bedeutung.

„Kletten“

Zwei Kinder stehen einander gegenüber. Es wird ein Körperteil benannt, diesen sollen die Kinder „aneinanderkleben“ und sich durch den Raum bewegen.

Variation:

Eine Hindernisbahn gemeinsam zurücklegen.

Beudels (1999), S. 262

Material: –

„Der Hexenmeister“

In der Mitte des Spielfeldes steht der „Hexenmeister“ mit seinem Besen. Die anderen Kinder teilen sich in vier Gruppen an den Ecken des Spielfeldes auf. Der Hexenmeister fliegt nun mit seinem Besen in eine Ecke und „verhext“ die Kinder, das heißt sie müssen alles nachmachen, was der Hexenmeister vormacht. Fliegt er wieder weg, sind die Kinder erlöst und eine andere Gruppe wird verhext.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand (1998)

Von der DGUV entwickelte Variationen des Spiels:

- Der Hexenmeister wird zwischendurch gewechselt.
- Mehrere Hexenmeister einsetzen.

Material: Poolnudeln o. ä. als Hexenbesen

„Begrüßungen“

Die Kinder laufen durch den Raum, die Erzieherin/der Erzieher gibt an, mit welchen Körperteilen sich die Kinder begrüßen. Nach der Begrüßung wird der nächste Mitspieler gesucht.

Variationen:

- Die Begrüßung wird mit Geräuschen oder Sätzen verbunden.
- Die Kinder rufen selbst bestimmte Körperteile auf.

Beudels et al. (1999), S. 259

Material: –

„Karussell“

Auf Teppichfliesen (alternativ auch Zeitungen oder Tücher) sollen die Kinder selbstständig ausprobieren, auf welche Weise sie Karussell fahren (sich drehen) können: auf einem Bein, auf beiden Beinen, im Sitz, im Kniestand, in der Bauchlage usw.

Variationen:

- Staubsauger: Teppichfliese mit den Händen durch den Raum im Vierfüßlergang schieben.
- Eis laufen: Die Kinder gleiten auf je zwei Teppichfliesen (Schlittschuhen) durch den Raum.
- Roller fahren: Ein Fuß steht auf der Fliese, mit dem anderen anschieben.
- Tandem: Ein Kind sitzt, kniet, steht oder liegt auf einer Fliese, ein anderes zieht (eventuell mit Reifen oder Seil) oder schiebt es durch den Raum.

DGUV (2019), S. 14

Material: Pro Kind eine Teppichfliese (Zeitungsblatt oder Tuch)

„Zauberwald“

Die Kinder gehen durch einen Wald, in dem ein Zauberer lebt. Sobald dieser ein Kind mit dem Zauberstab (z. B. zusammengerollte Zeitung) berührt, muss es in der gerade eingenommenen Haltung verharren. Es gibt aber auch eine gute Fee, die sie mit ihrem Zaubertuch wieder erlösen kann.

Variation:

- Der Zauberer sieht und hört schlecht (Augenbinde/ Gehörschutz). Sein Freund der Rabe führt ihn durch vorher vereinbarte taktile Signale zu den im Raum verteilten schweigenden Kindern, um diese zu verzaubern (vereinbartes Signal).

DGUV (2019), S. 12

Material: Verschiedene Geräte, wie Kasten, Matten, Plastikhütchen, Seile u. Ä., Tuch, Hut, Zeitung

„Wellen“

Die Kinder gruppieren sich um das Tuch und erzeugen durch Rütteln und Schwingen Wellen.

Variationen:

- Kreisel: Die Kinder lassen das Tuch durch Weiterreichen kreisen.
- Bovist: Der Kreis wird jetzt enger gemacht und die Kinder versuchen durch kräftiges Hochschwingen des Tuches einen Pilz zu erzeugen.
- Zudecke: Mehrere Kinder legen sich unter das Tuch, das die anderen über ihnen schwingen.
- Sonnendach: Das Tuch hochschwingen und wenn es den höchsten Punkt erreicht hat, durch die Halle laufen und an der neuen Stelle weiterschwingen.

DGUV (2019), S. 44

Material: ein Fallschirmtuch oder ein großes Schwungtuch, nach Möglichkeit mehrfarbig

„Kinkerlitzchen mit dem Luftballon“

Ein Luftballon wird mit verschiedenen Körperteilen hochgespielt, der Ballon darf dabei nicht auf den Boden fallen. Während der Ballon in der Luft ist, versuchen die Kinder sich hinzusetzen/hinzulegen und wieder aufzustehen.

Variationen:

- Es wird eine bestimmte Reihenfolge der Körperteile vorgegeben.
- Übungen mit zwei oder mehr Luftballons.
- Partnerübungen.
- Die Übungen mit Zeitlupenbällen ausführen.

Beudels et al. (2019), S. 29

Von der DGUV entwickelte Variationen des Spiels:

- Luftballon hochwerfen, in die Hände klatschen, wieder auffangen.
- Luftballon hochwerfen, um die Längsachse drehen, wieder auffangen.

Material: Luftballons, Zeitlupenbälle

„Rollende Reifen“

Jedes Kind bekommt einen Reifen und kann damit experimentieren. Den Reifen rollen und versuchen, sich genauso schnell wie der Reifen zu bewegen, dabei versuchen, ohne Zusammenstöße an den anderen Reifen vorbeizukommen. Den Reifen rollen und versuchen, ihn dabei zu überholen und mit verschiedenen Körperteilen zu stoppen. Den Reifen auf der Stelle drehen.

Beudels et al. (2019), S. 34

Von der DGUV entwickelte Variationen des Spiels:

- Den Reifen einem Partner zurollen.
- Den Reifen um sich drehen.
- In einen angedrehten Reifen hinein hüpfen.

Hinweis: Man benötigt für dieses Spiel viel Platz!

Material: Reifen

„Ball ‚Gassi‘ führen“

Jedes Kind bekommt einen Gymnastikreifen und einen Ball. Es versucht, den Hund (Ball) mit der Leine (Reifen) hinter sich her zu ziehen. Der Weg führt durch unterschiedliches Gelände (Matten, Seilchen ...), Hindernisse müssen umgangen werden.

Variationen:

- Zwei Reifen und Bälle pro Kind.
- Ball mit dem Reifen vor sich herschieben.

Beudels et al. (2019), S. 114

Von der DGUV entwickelte Variation des Spiels:

- Mit einem Partner gemeinsam den Hund Gassi führen.

Material: Reifen, Bälle, Teppichfliesen, Seilchen, Hütchen, Matten, ...

„Riesig“

Die Kinder legen mit Seilchen und anderen Materialien und Geräten einen Riesen im Raum aus. Ist der Riese fertig, kann er von einem Aussichtspunkt (Sprossenwand, Turnkasten) begutachtet werden.

Variation:

- Buchstaben oder Zahlen werden ausgelegt und diese nachgelaufen

Beudels et al. (2019), S. 234

Von der DGUV entwickelte Variation des Spiels:

- Kinder gehen zu zweit zusammen und legen gegenseitig ihre Körperform mit dem Seilchen ab.

Material: Seilchen, Kleingeräte, Alltagsmaterialien

„Rollball“

Jedes Kind rollt seinen Ball durch die Halle und nimmt ihn wieder auf: Den Ball mit den Augen verfolgen; wenn der Ball ausgerollt ist, den Weg des Balls nachlaufen und den Ball aufnehmen. Den Ball überholen, umdrehen und ihn mit den Händen aufnehmen. Den Ball überholen, in den Grätschstand gehen und den Ball durchrollen lassen.

Variation:

- Immer im gleichen Abstand hinter dem Ball oder neben dem Ball laufen. Im Laufen mehrmals die Seiten wechseln, z. B. hinter dem Ball nach links, vor dem Ball nach rechts laufen.

DGUV (2019), S. 38

Material: Volleybälle, Gymnastikbälle oder große Softbälle

„Kreiselmatte“

Unter einer Weichbodenmatte liegen Medizinbälle. Ein Kind legt sich auf die Matte und wird von den anderen Kindern durch Ziehen und Schieben der Matte leicht geschaukelt.

Variationen:

- Ein Kind sitzt auf der Matte.
- Verschiedene Bälle zwischen den Matten

Beudels et al. (1999), S. 141

Von der DGUV entwickelte Variationen des Spiels:

- Ein Kind macht einen Vierfüßlerstand auf der Matte.
- Ein Kind versucht einen Spinnengang auf der Matte.
- Ein Kind versucht, auf der Matte zu stehen.

Material: Medizinbälle, Weichbodenmatte

„Wassergraben“

Mehrere Matten werden so aneinandergelegt, dass sie an einer Ecke zusammenstoßen, an der anderen Seite mindestens einen Meter Abstand haben. Die Kinder springen von einer Matte zur anderen und versuchen, nicht in den Wassergraben zu treten. Jedes Kind kann auswählen, an welcher Stelle es den Graben überquert.

Zimmer (2019 c), S. 232

Material: Matten (statt Matten können auch Teppichfliesen verwendet werden)

„Matten-Express“*

Mehrere kleine Kästen, Bänke oder Matten stehen nebeneinander. Der Matten-Express besteht aus einer Weichbodenmatte, unter der mehrere Rollbretter liegen. Er wird von der Erzieherin oder dem Erzieher (und einigen Kindern) an den Kästen und Bänken vorbeigeschoben. Der Matten-Express hält kurz und die Kinder steigen ein.

Variationen:

- Jedes Kind darf einen Matten-Express bestellen, der entweder halten oder langsam vorbeifahren soll.
- Der Matten-Express fährt in verschiedenen Geschwindigkeiten an den Kästen und Bänken vorbei. Die Kinder, die möchten, dürfen aufspringen.
- Der Matten-Express hat einen „Schlafwagen“, in dem die Kinder mit geschlossenen Augen sanft transportiert werden.

Zimmer (2019 c), S. 229

Material: Rollbretter, Weichbodenmatte; kleine Kästen, Bank, Matten für den Bahnhof

„Zeitungsmauer“*

Ein großes Zeitungsblatt wird von mehreren Kindern an den Seiten gefasst und aufgespannt gehalten. Die Kinder fahren auf Rollbrettern durch diese Mauer. Bei genügender Geschwindigkeit reißt die Zeitungsmauer.

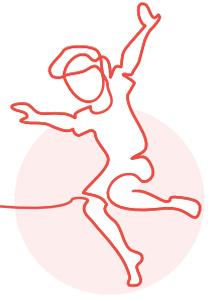
Variation:

- Die Mauer kann auch aus Schaumstoffelementen gebaut werden.

Zimmer (2019 c), S. 226

Material: Rollbretter, große Zeitungsblätter oder Schaumstoffelemente

* Das Fahren mit dem Rollbrett muss unbedingt methodisch eingeführt werden. Bewährt hat sich hier das Ablegen eines „Rollbrettführerscheins“, der den richtigen Umgang mit dem Rollbrett beinhaltet. Erst wenn die Kinder diesen besitzen, können Spiele mit dem Rollbrett durchgeführt werden. Der Raum muss dafür groß genug und frei von Hindernissen sein, an denen sich die Kinder verletzen können (Heizkörper o.ä.).



„Baustelle“*

Die Bausteine (Schaumstoffteile) werden mit Hilfe der Lastwagen (Rollbretter) transportiert und auf einer Baustelle zu verschiedenen Häusern, Türmen, Tunnel ... aufgebaut, durch die die Lastwagen hindurch- und herumfahren können.

Variation:

- Mit den Rollbrettern wird anderes Material transportiert (Säckchen, Seile, Hölzer), mit dem auch Straßen gebaut werden können.

Zimmer (2019c), S. 224

Von der DGUV entwickelte Variation des Spiels:

- Aus Kleinmaterialien kann ein Straßennetz gebaut werden, durch das die Kinder fahren müssen.

Material: Rollbretter, Baumaterialien wie Schaumstoffteile, Säckchen, Seilchen, Hölzer
für das Straßennetz: Seilchen, Joghurtbecher, Pappdeckel, Teppichfließen, Großgeräte

Bewegungsspiele zur Förderung der vestibulären Wahrnehmung

Das vestibuläre System ist ein Sinnessystem, welches eng mit dem kinästhetischen und visuellen Sinnessystem verbunden ist.

Die vestibuläre Wahrnehmung ist für die Gleichgewichtsregulation des Körpers verantwortlich, das heißt der Körper kann im Gleichgewicht gehalten bzw. das Gleichgewicht wiederhergestellt werden. Das Gleichgewichtsorgan befindet sich im knöchernen Labyrinth des Innenohrs.

Es reagiert auf Schwerkrafteinwirkung sowie auf Bewegungs- und Lageveränderungen des Körpers im Raum. Die Gleichgewichtsfähigkeit wird differenziert in statische, dynamische und Objektgleichgewichtsfähigkeit. Die vestibuläre Wahrnehmung gibt dem Kind Informationen über die Lage seines Körpers im Raum. Es entwickelt durch diesen Sinn ein Empfinden für die Schwerkraft. In Auseinandersetzung mit dieser lernt das Kind, sich im Raum aufzurichten und immer komplexere Bewegungsabläufe durchzuführen. Die vestibuläre Wahrnehmung sichert die aufrechte Körperhaltung, gewährleistet die Orientierung von Kopf und Körper im Raum, bewahrt die Einstellung von Beschleunigungs-, Richtungs- und Drehänderungen sowie die Einstellung auf veränderte Körperhaltungslagen. Ohne die vestibuläre Wahrnehmung ist in aufrechter Position keine koordinierte Bewegung möglich.

Um Grenzen der eigenen Gleichgewichtsfähigkeit kennenzulernen ist es notwendig, das Risiko einzugehen und Gleichgewicht zu verlieren. Fallen, Sich-Abfangen, Niederspringen und Sicher-Landen gehören zur Gleichgewichtsschulung. Je höher das Gleichgewichtsniveau des Kindes ist, desto bessere Möglichkeiten hat das Kind, sich sicher(er) in seiner Umwelt zu bewegen.

„Seiltanz“

Die Kinder balancieren auf vorhandenen Hallenlinien, die die Seile für den Seiltanz darstellen.

Mögliche Bewegungsformen:

- vorwärts, seitwärts, rückwärts gehen
- in der Hocke, gebückt, auf Zehenspitzen, mit Drehungen um die Längsachse
- mit geschlossenen Augen
- gleichzeitig Materialien/Geräte balancieren
- über Hindernisse, z. B. Medizinball, steigen

Variationen:

- Auf dem Langtau balancieren, dabei das Tau geradeaus legen, in Schlangenlinien oder im Kreis. Über Medizinbälle steigen, zwischen Bällen und Kegeln hindurchgehen (Slalom).
- Partnerarbeit: Mit geschlossenen Augen/Augenbinde und taktilem oder akustischem Signal arbeiten.

DGUV (2019), S. 12

Material: Zeitungen, Tücher, Kartons, Styroporplatten, Luftballons, Indiacas, Papierbälle, Tischtennisbälle, Gobabretter, Frühstücksbretter, Badmintonschläger, Tischtennisschläger, Balancierteller, Medizinkästen, kleine Kästen usw

„Storch im Nest“

Die Kinder sollen auf einem Bein/auf beiden Fußspitzen mit angelegten Armen (Flügel) stehen, zunächst mit offenen, dann mit geschlossenen Augen. Sie sollen versuchen, das Gleichgewicht zu halten bzw. – wenn es verloren zu gehen droht – es wiederherzustellen. Dies ist möglich durch „Flügelschlagen“ und/oder Öffnen der Augen.

DGUV (2019), S. 11

Material: Sprungseile, Balancekissen

„Hausbesetzer“

Es werden drei bis vier Reifen mehr ausgelegt als Kinder spielen. Die Kinder sollen von Reifen zu Reifen hüpfen, dabei darf nur in einen nicht besetzten Reifen hineingesprungen werden.

Variation:

- Nur in einen Reifen springen, in dem schon ein Kind steht. Dieses muss den Reifen dann verlassen.

Beudels et al. (2019), S. 198

Material: Reifen

„Schaufensterpuppen“

Die Kinder stellen allein oder paarweise Schaufensterpuppen dar. Dabei kann der Partner seine Puppe in eine bestimmte Stellung bringen und dekorieren.

Beudels et al. (2019), S. 87

Material: –

„Ballkellner“

Die Kinder versuchen, einen Ball o. Ä. auf einem Pappteller, Bierdeckel oder dem Boden eines Joghurtbechers zu balancieren.

Variation:

- Balancieren im Gehen oder Laufen. Die Hand mit dem Schläger drehen. Handwechsel.

Beudels et al. (1999), S. 66

Von der DGUV entwickelte Variationen des Spiels:

- Die Kinder spielen sich gegenseitig (paarweise) die Gegenstände zu.
- Schaffen die Kinder einen oder mehrere Luftballons mit ihren Gegenständen in der Luft zu halten?

Material: Bierdeckel, Pappteller, Joghurtbecher, Luftballons, Sandsäckchen

„Eiskugel“

Ein Spieler der Gruppe läuft umher und versucht, seine Mitspieler mit einem Softball abzuwerfen. Die Abgeworfenen erstarren sofort und werden „Eiskugeln“. Durch Reiben auf dem Rücken kann ein freier Spieler sie wieder auftauen. Nach fünf Minuten wird der Fänger abgelöst.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlich Hand (1998)

Material: Softball

„Eisschollenspiel“

Die Kinder stehen auf einer Eisscholle (Teppichfliese, Zeitung), die in der Sonne schmilzt, d.h. die Eisscholle wird immer kleiner (Zeitung falten). Die Kinder sollen von einer Scholle zur nächsten springen, so dass sie schließlich im Einbeinstand landen müssen.

Beudels et al (2019), S. 214

Material: Teppichfliesen, Zeitungspapier, Bierdeckel o.ä.

„Hindernisbahn“

Verschiedene Möbelstücke, Gegenstände zum Überklettern und Balancieren werden aufgebaut.

Herm (2013), S. 70

Material: Seil, Stuhl, Tisch, Bank, Teppichstreifen usw.

„Rodeo“

Eine Weichbodenmatte wird auf Rollbretter oder Medizinbälle gelegt. Ein Kind steht auf der Matte, die anderen Kinder versuchen, durch Ziehen und Schieben der Matte das Kind aus dem Gleichgewicht zu bringen.

Variation:

- Das Kind muss versuchen, aus dem Liegen oder Sitzen aufzustehen, während sich die Matte bewegt.

Beudels et al. (2019), S. 94

Material: Weichbodenmatte, Rollbretter oder Medizinbälle

„Busfahrt“

Eine umgedrehte Bank steht auf zwei Rollbrettern. Sie stellt einen Bus dar, in dem die Fahrgäste sitzen. Der Bus wird von der Erzieherin oder dem Erzieher und einem Kind durch den Raum geschoben, hält an verschiedenen Haltestellen, um Fahrgäste ein- und aussteigen zu lassen. Der Bus fährt Kurven, vorwärts, rückwärts.

Variationen:

- Mit geschlossenen Augen im Bus sitzen und angeben, wo der Bus gerade hält.
- Anstelle der Bank eine Matte auf vier Rollbretter legen.

Bei bewegungsunsicheren Kindern Hilfestellung geben.

Zimmer (2019 c), S. 227

Material: Langbank, Rollbretter

„Begegnungen auf der Bank“

In Dreiergruppen balancieren die Kinder auf einer Bank und versuchen, aneinander vorbeizukommen, ohne dass ein Kind herunterfällt.

Variation:

- Bänke im Viereck aufstellen.
- Alle Kinder balancieren darüber.



Beudels et al. (2019), S. 260

Material: Langbänke

Mögliche Stationen einer Bewegungslandschaft:

„Flussdurchquerung“

Mit Seilchen wird ein Bach ausgelegt. Die Kinder nehmen sich drei Bierdeckel oder Teppichfliesen und dürfen den Bach nur auf diesen überqueren. Schwieriger wird es anschließend mit zwei Bierdeckeln, da die Kinder nur auf einem Bein stehend den zweiten Deckel auslegen können.

Zimmer (2019 c), S. 219

Material: Bierdeckel

„Die Brücke“

Die Kinder gehen von einem Ufer (z. B. Hallenseite oder Matte) zum anderen über eine Langbank, oder Schwebelbalken, zunächst über die breite Seite, dann über die schmale Kante. Wenn sie eine gewisse Sicherheit erreicht haben, können auch Hindernisse überwunden bzw. Kleingeräte transportiert und balanciert werden. Alle Bewegungsarten wie z. B. vorwärts, rückwärts, seitwärts, in der Hocke gehen, dürfen ausprobiert werden. Die Schülerinnen und Schüler sollten auch von beiden Seiten gleichzeitig balancieren und aneinander vorbeigehen, ohne dabei abzustiegen.



DGUV (2019), S. 15

Material: Bänke, Matten, Kleingeräte zum Balancieren von z. B. Indiacas oder Luftballons

„Wackelboot“

Ein Kind steht, kniet oder sitzt auf einem Kastendeckel, der auf mehreren Medizinbällen aufliegt und versucht sein Gleichgewicht zu halten. Dabei kann es Kleingeräte jonglieren und balancieren.

Variation:

Ein Kind schließt die Augen/trägt eine Augenbinde, anderes Kind sichert

DGUV (2019), S. 20

Material: Kastendeckel, Medizinbälle und Kleingeräte

„Inseln springen“

Viele Teppichfliesen werden im Raum ausgelegt. Es sind Inseln, auf denen jeweils nur ein Mensch leben kann. Die Kinder dürfen die Inseln „besetzen“, aber auch andere Inseln besuchen. Da zwischen den Inseln Wasser ist, versuchen sie, von einer Insel zur anderen zu springen (ist der Abstand zu groß, kann man aber auch „schwimmen“). Manche Inselbewohner bevorzugen Inseln in der gleichen Farbe, springen also nur auf die blauen, roten, etc. Fliesen.

Variationen:

Die Teppichfliesen können auch zu „Straßen“ hintereinandergelegt werden, die zum Springen und Hüpfen herausfordern.

Zimmer (1999), S. 218

Material: Viele quadratische Teppichfliesen (ca. 40 x 40 cm), mindestens dreimal so viele, wie Kinder in der Gruppe sind.

„Eiertanz“

Die Kinder blasen möglichst viele Luftballons auf. Auf diese Ballons wird dann eine Gymnastikmatte gelegt. Die Kinder sollen nacheinander auf die Matte steigen, ohne dass die Ballons zerplatzen.

Beudels et al. (1999), S. 89

Material: Luftballons, Bettbezug, Matte

„See-Wege mit Fähre“

Rundhölzer, Balancierbalken und Bretter werden hintereinandergelegt, so dass Wege, Brücken und Stege entstehen. Die Kinder versuchen sich darauf zu bewegen, um nicht in das Wasser zu fallen. Es können auch Fähren auf dem Wasser fahren (stabile Kartons, in die sich ein Kind hineinsetzt und die von einem anderen Kind gezogen werden).

Variationen:

- Mit geschlossenen Augen über die Balancierwege gehen.
- Die Balancierwege können in größere Bewegungslandschaften eingebaut werden.
- Bei labilem Untergrund sollte Hilfestellung gegeben werden.

Zimmer (2019 c), S. 225

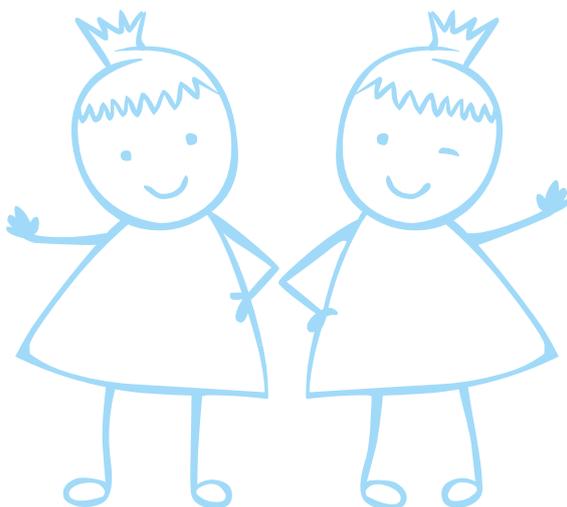
Material: Rundhölzer (nur draußen verwenden, rutschen auf dem Hallenboden leicht weg), Bretter, Balancierbalken, Kartons



Bewegungsspiele zur Förderung der taktilen Wahrnehmung

Die taktile Wahrnehmung reagiert auf Informationen, die über die Haut empfangen werden (Druck, Berührung, Temperatur, Schmerz). Sie trägt dazu bei, dass das Kind die unterschiedlichen Qualitäten von Materialien und Gegenständen (Erkennen von verschiedenen Gewichten, von unterschiedlicher Feuchtigkeit, Temperatur und Oberflächenbeschaffenheit) seiner Umgebung differenzieren lernt. Über die Haut als größtes Wahrnehmungsorgan nimmt das Kind erste Informationen aus seiner Umwelt auf und lernt, Berührungen zu tolerieren, als angenehm oder unangenehm zu empfinden und ihnen eine entsprechende Bedeutung zu geben.

Die taktile Wahrnehmung hat eine bei der Geburt ausgereifte Struktur und umfasst die gesamte Oberflächen-sensibilität unseres Körpers. Sie entwickelt sich über das globale Empfinden von Berührungsreizen hin zu einer zunehmenden Differenzierungsfähigkeit für Tasterindrücke. Diese allmähliche Differenzierung trägt dazu bei, dass das Kind eine immer genauere Vorstellung von seinem Körper erfährt. Übungen zur taktilen Wahrnehmung sollten vor allem die Hände und Füße beanspruchen. Besonders intensiv wird der Tastsinn bei geschlossenen Augen angesprochen.



„Zwillinge“

Zwei Kinder fixieren einen Luftballon eventuell auch einen Softball mit verschiedenen Körperteilen (Bauch, Stirn, Rücken, Handflächen, Fußsohlen) und bewegen sich gemeinsam:

- auf und nieder,
- nach links und nach rechts,
- drehen um die Längsachse usw.

Der Luftballon soll nicht herunterfallen, aber auch nicht mit den Händen festgehalten werden.

DGUV (2019), S. 28

Material: Luftballons oder Softbälle

„Fühlpost“

Alle Kinder sitzen im Kreis und halten sich an den Händen. Es wird durch Drücken der Hand des nächsten Kindes eine Post losgeschickt. Nach der Ankündigung „Ich schicke eine Post an“ schließen alle Kinder die Augen und warten auf einen Händedruck. Der Empfänger ruft „Angekommen!“, sobald ihn der Händedruck erreicht.

Variationen:

- Bei „größerer Post“ mehrmals drücken.
- Bei Luftpost leichter drücken.
- In beide Richtungen drücken.

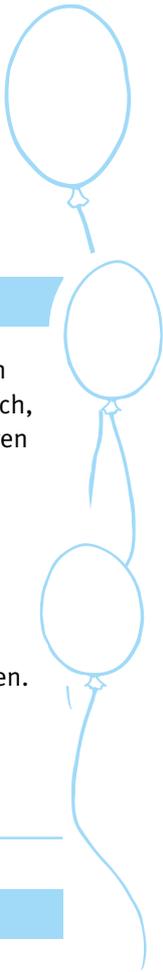
Beudels et al. (2019), S. 108

Von der DGUV entwickelte Variation des Spiels:

- Die Post eine komplette Runde rumschicken.

Hinweis: bei sehr großen Gruppen besser zwei Kreise bilden.

Material: –



„Erlebnisbahn“

Eine Seilchengasse wird ausgelegt. Innerhalb dieser Gasse werden verschiedene Hindernisse (Hütchen, Bälle) und verschiedene Untergründe (Matten, nasse Tücher) aufgebaut. Die Kinder gehen barfuß mit geschlossenen Augen und Hilfestellung eines Partners die Gasse entlang.

Variationen:

- Der Weg führt durch eine Reihe Kisten, die mit verschiedenen Materialien gefüllt sind.
- Der Weg kann durch gespannte Seile, die mit den Händen ertastet werden müssen, vorgegeben werden.

Beudels et al. (2019), S. 159

Material: Seilchen, Hütchen, Bälle, Kleingeräte, Matten, Tücher, Kisten, Materialien zum Tasten

„Handwirrwarr“

Die Kinder gehen in Vierergruppen zusammen. Ein Kind hat die Augen verbunden. Die anderen Kinder der Gruppe strecken diesem Kind ihre Hände entgegen – möglichst wirr durcheinander (überkreuz). Das „blinde“ Kind muss nun durch Betasten der Hände erkennen, welche Hände zusammengehören. Werden die Gruppen vergrößert, wird die Aufgabe schwieriger.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand (1998)

Material: –

„Perlen sammeln“

Es werden Centstücke oder getrocknete Erbsen auf dem Boden verteilt. Ein Teil der Kinder (je nach Größe des Raumes) zieht Schuhe und Strümpfe aus und bekommt die Augen verbunden. Diese Kinder sollen jetzt die „Perlen“ aufsammeln, auf die sie getreten sind. Die Hände dürfen erst zum Boden greifen, wenn die Füße eine „Perle“ berührt haben.

Varianten:

- Bei jüngeren Kindern werden die Augen nicht verbunden, sondern nur zugemacht.
- Die Kinder krabbeln durch den Raum und ertasten mit den Händen die „Perlen“.
- Die Augen werden nicht verbunden, dafür müssen die „Perlen“ nur mit den Füßen gegriffen werden! Hier sollten größere „Perlen“ verwendet werden (z. B. kleine Zeitungsknäule)

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand (1998)

Material: Centstücke, getrocknete Erbsen, kleine Zeitungsknäule, andere kleine Materialien, die mit den Füßen ertastet werden können.

„Klammerfühlspiel“

Die Kinder gehen paarweise zusammen. Ein Kind legt sich auf den Bauch und schließt die Augen. Das andere Kind klammert nun die Klammern an dessen T-Shirt oder Hose fest. Das liegende Kind muss nun der Reihe nach sagen, wo die Klammern befestigt wurden.

Variante:

- Das genaue Körperteil soll angegeben werden.
- Mehrere Klammern werden angeklammert. Das liegende Kind muss sagen, wie viele Klammern angeklammert wurden.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand (1998)

Material: pro Paar 10 Klammern

„Schwebende Tücher“

Tücher hochwerfen und wieder auffangen. Die Tücher können auf verschiedenen Körperteilen schweben. Tücher fördern die Sensibilität, da sie ganz „sanfte“ Empfindungen vermitteln.

DGUV (2019), S. 29

Material: Chiffontücher

„Staffel“

Die Kinder transportieren Gegenstände, z. B. Luftballons, Papierbälle, Indiacas o. Ä. auf Goba-Schlägern durch einen vorgegebenen Parcours.

DGUV (2019), S. 38

Material: Goba-Bretter, Luftballons, Papierbälle, Indiacas u. Ä.

„Formen nachlegen“

Die Kinder spielen zu zweit, jedes hat ein Seilchen. Das erste Kind legt mit dem Seilchen eine bestimmte Form aus, die das andere Kind nachlegen muss.

Variationen:

- Beim Auslegen des Seilchens nicht zuschauen.
- Mit geschlossenen Augen die Form ertasten und nachlegen.
- Mit geschlossenen Augen die Form mit den Füßen ertasten und nachlegen.

Beudels et al. (2019), S. 161

Material: Seilchen

„Plumpssack“

Die Kinder sitzen oder stehen im Kreis. In der Mitte des Kreises liegt ein Tuch. Ein Spieler läuft außen herum und schlägt einem Kind auf die Schulter. Das betreffende Kind greift sich das Tuch und läuft hinter dem ersten Kind her und versucht es abzuschlagen, bevor es die Runde beendet hat und auf dem frei gewordenen Platz angekommen ist. Gelingt es ihm nicht, muss es nun selbst herumgehen.

Variante:

Das Kind, das außen herumgeht, hat das Tuch in der Hand und legt es plötzlich hinter eins der Kinder aus dem Kreis, das das Tuch ergreift und hinter dem ersten herläuft. Diese Form ist lustiger, da es sehr leicht passiert, dass ein Kind „schläft“ und erst wach wird, wenn das erste Kind seine Runde beendet hat und es anschlägt.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand (1998)

Material: Tuch in der Kreismitte

„Tastbox“

Eine Waschpulvertrommel bekommt an zwei Seiten Schlitze, in die Hände hineingesteckt werden können. Ein Gegenstand wird in die Tastbox belegt, den die Kinder mit den Händen ertasten müssen.

Herm (1993), S. 102

Material: Gegenstände zum Ertasten

„Irrgarten“

Es werden aneinander geknotete Seile als kurvenreicher Weg im Raum ausgelegt. Die Kinder laufen nun barfuß mit verbundenen Augen langsam auf den Seilen entlang.

Variationen:

- Es gehen nur wenige Kinder auf den Seilen. Die Kinder müssen zwischendurch stoppen und sagen, wo im Raum sie sich befinden.
- Es werden Vierergruppen gebildet. Jede Vierergruppe legt eine „8“ aus Seilen. Zwei Kinder laufen blind auf dem Seilirrweg. Die anderen zwei geben Hinweise, wo es lang geht. Die zwei blinden Kinder sollen auf der „8“ nicht zusammenstoßen.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand (1998)

Material: –

„Spiegelbild“

Zwei Kinder stehen sich einander gegenüber. Ein Kind schließt die Augen, die Handflächen beider Kinder werden an einander gelegt. Das „sehende“ Kind führt die „blinde“ Partnerin oder den „blinden“ Partner vorsichtig umher.

Variationen:

- Im Stand muss die/der „blinde“ Partnerin/Partner die Bewegungen des anderen Kindes nachmachen.
- Berührung nur mit den Fingerspitzen.
- Ein Kind berührt bei sich verschiedene Körperteile. Die anderen Kinder müssen bei sich spiegelbildlich die entsprechenden Körperteile berühren.
- Es werden zusätzlich verschiedene Körperhaltungen eingenommen, die ebenfalls spiegelbildlich nachgeahmt werden müssen.

Beudels et al. (2019), S.115

Material: –

„Kitzelmonster“

Die Kinder liegen mit geschlossenen Augen auf dem Boden (so wie sie möchten). Die Erzieherin/der Erzieher geht umher und berührt die Kinder mit einem Tuch, Seilchen oder einer Feder. Die Kinder versuchen, keine Reaktion zu zeigen. Wer vom „Kitzelmonster“ besucht wurde, darf zusehen, wie die anderen gekitzelt werden oder selbst mitkitzeln.

Variation:

- Das Kitzelmonster begleitet die Aktionen mit Geräuschen oder Sätzen, die Kinder dürfen ebenfalls keine Reaktion zeigen.

Beudels et al. (2019), S. 118

Material: Chiffontuch, Seilchen, Feder

„Der Mattenberg“

Es werden verschiedene Matten über- und nebeneinandergelegt. Die Kinder sollen mit verbundenen Augen über diesen „Mattenberg“ laufen. Durch Handfassung kann Hilfestellung gegeben werden.

Variationen:

- Es lassen sich verschiedene Untergründe einbauen (Teppichfliesen, Mausepads).
- Die Matten können in Gassenform ausgelegt werden.

Beudels et al. (2019), S. 96

Material: verschiedene Matten, Teppichfliesen, Yogamatten, Mausepads o.ä.





„Kratzbürste und Samthandschuh“

Alle Kinder sitzen mit geschlossenen Augen im engen Halbkreis auf dem Boden. Die Hände werden nach hinten gehalten. Die Gegenstände zum ertasten liegen in einer Kiste. Ein Gegenstand aus der Kiste wird einem Kind gegeben. Dieses ertastet ihn und gibt ihn weiter. Dann wird der nächste Gegenstand in den Kreis gegeben. Während des ertastens darf nicht gesprochen werden. Alle Gegenstände wandern so nacheinander von Hand zu Hand, bis sie am Ende wieder in der Kiste liegen. Erst jetzt dürfen die Kinder die Augen öffnen. Nun sollen sie sich erinnern, welche Gegenstände sie erfühlt haben und wie es sich angefühlt hat.

Variante:

Die Kinder setzen sich zu zweit gegenüber. Das eine Kind macht seinen Arm frei und schließt die Augen. Das andere Kind holt sich aus der Kiste einen Gegenstand und streichelt damit über den Arm des „blinden“ Kindes. Dieses versucht zu erraten, um was es sich handelt. Dann wird ein neuer Gegenstand aus der Kiste geholt. Nach einer Weile werden die Rollen getauscht.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand (1998)

Material: unterschiedliche Gegenstände: z. B. Handfeger, Handwaschbürste, Watte, verschiedene Stoffläppchen, Schmirgelpapier, Tennisball, kleines Metallauto, Tischtennisball, Vogelfeder, Löffel, Garnknäuel ...

Bewegungsspiele zur Förderung der auditiven Wahrnehmung

Die auditive Wahrnehmung ermöglicht es, Geräusche, Stimmen, Klänge und Töne wahrzunehmen und sie zu unterscheiden. Das Hörorgan liegt im Mittel- und Innenohrbereich in räumlicher Nähe zum Gleichgewichtsorgan. Das auditive System spielt eine wichtige Rolle für die Kommunikation und Kognition, es bildet die Grundvoraussetzung für den Spracherwerb. Schon im Mutterleib nehmen Kinder Geräusche und Töne wahr, die sich in der nachgeburtlichen Entwicklung zunehmend differenzieren. Der Raum-Lage-Sinn wird dadurch mit beeinflusst. Insbesondere die differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit unterschiedlicher Geräuschquellen im Straßenverkehr sowie im Spielraum ist für die Sicherheit des Kindes von Bedeutung. Wie auch beim Tastsinn wird die auditive Wahrnehmung besonders bei geschlossenen Augen angesprochen. Häufig werden mehrere Sinnessysteme miteinander verknüpft.

„Räuber Hotzenplotz“

Ein Kind ist der Fänger und steht an der Wand der Sporthalle. Alle anderen Kinder stehen dem Fänger in ca. drei bis fünf Meter Abstand gegenüber. Entweder der Fänger oder eine unbeteiligte dritte Person erzählt eine Geschichte vom Räuber Hotzenplotz. Immer wenn der Name Hotzenplotz fällt, läuft der Fänger los und die anderen Kinder müssen versuchen, ihm zu entkommen. Wer gefangen wird, wird zum Räuber.

DGUV (2019), S. 33

Material: –



„Hussa“

Die Kinder stehen im Kreis und halten sich an den Händen. Sie laufen in eine Richtung. Bei „eins“ erfolgt ein Richtungswechsel, bei „zwei“ setzen sich die Kinder hin, bei „drei“ legen sie sich auf den Bauch, bei „vier“ gehen sie in die Mitte und springen mit einem kräftigen „Hussa“ Schrei gemeinsam hoch.

Beudels et al. (2019), S. 209

Von der DGUV entwickelte Variationen des Spiels:

- Ohne die Handfassung zu verlieren.
- Die Kinder denken sich für 1, 2, 3 usw. selbst Aufgaben aus.

Material: –

„Versteinern“

Die Erzieherin/der Erzieher gibt mit einem Instrument Rhythmus und Lautstärke vor, z. B. laut = schnell, leise = langsam. Auf einen lauten Ton müssen alle Kinder wie versteinert stehenbleiben. Die Erzieherin/der Erzieher kann die „Versteinerten“ in ihrer Position verändern.

Beudels et al. (2019), S. 196

Von der DGUV entwickelte Variationen des Spiels:

- Anstelle eines Instrumentes Musik nehmen. Bei Musikstopp „versteinern“ die Kinder.
- Kinder dürfen das Instrument selbst „spielen“.

Material: Instrument, Musik

„Laut und Leise“

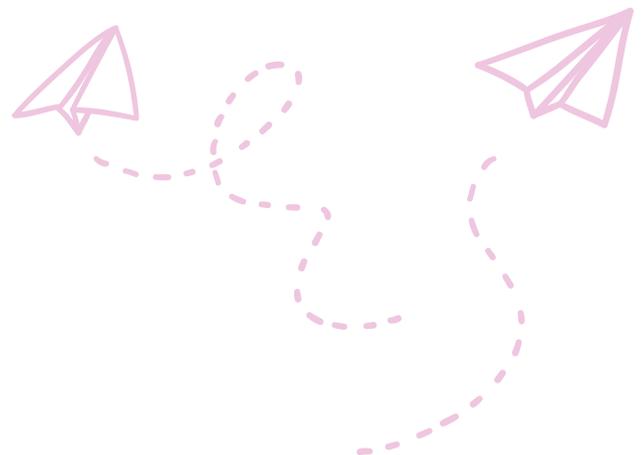
Die Kinder sitzen auf der Erde und stampfen ganz laut mit den Füßen, werden immer lauter und dann wieder leiser. Die Kinder klatschen laut und leise in die Hände oder auf den Boden, trommeln auf den Tisch, spielen mit verschiedenen Instrumenten laut und leise.

Herm (1993), S. 133

Von der DGUV entwickelte Variationen des Spiels:

- Kinder bewegen sich wie verschiedene Tiere durch den Raum und machen dabei „laute“/„leise“ Geräusche.
- Mit Bewegungsgeschwindigkeit und Lautstärke experimentieren.

Material: verschiedene Instrumente



„Autos und Flugzeuge“

Die Kinder spielen Autos (Hände am imaginären Lenkrad) oder verschiedene Flugzeuge. Sie sind:

- Segelflieger: langsames Bewegen mit ausgebreiteten Armen
- Hubschrauber: Hüpfen mit Armkreisen
- Düsenjäger: schnelles Laufen mit angelegten Armen

Auf ein Signal wechseln die Kinder die „Flugzeugart“. Die Kinder sollen die verschiedenen Flugzeuge mit den Geräuschen untermalen, die ihnen zu den Flugzeugen einfallen.

Herm (1993), S. 85

Von der DGUV entwickelte Variationen des Spiels:

- Kinder spielen verschiedene Tiere.
- Kinder spielen verschiedene Verkehrsfahrzeuge.
- Kinder spielen verschiedene Berufe.



Material: –

„Heulbojen“

Die Kinder teilen sich in zwei Gruppen. Die einen Kinder sind die Schiffe, die anderen die Heulbojen. Die „Schiffe“ versuchen, mit geschlossenen Augen zur anderen Spielfeldseite (Hafen) zu gelangen, ohne eine Boje zu berühren. Die Bojen geben ihre Position durch akustische Zeichen (Heulen, Tuten ...) bekannt. Die Geräusche werden lauter, je näher ein Schiff kommt und leiser, wenn sie sich wieder entfernen.

Beudels et al. (2019), S. 177

Material: –

„Ich höre was, was du nicht hörst“

Die Kinder laufen durch den Raum (Wiese, Wald). Auf ein Zeichen legen oder setzen sich hin, schließen für ca. 30 Sekunden die Augen und lauschen intensiv nach den umgebenden Geräuschen. Anschließend berichtet jedes Kind über das Wahrgenommene.

Variation:

- Die Erzieherin/der Erzieher kann zusätzlich künstliche Geräusche erzeugen.

Beudels et al. (2019), S. 120

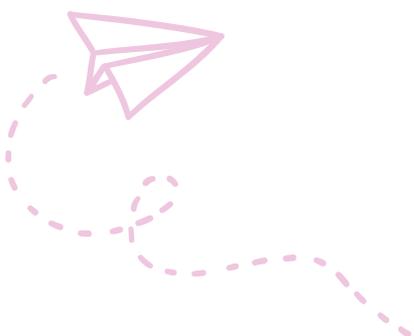
Material: evtl. Material zum Geräusche erzeugen

„Geräusche machen“

Unterschiedliche Geräuschequellen werden in die Kindergruppe gegeben. Die Kinder sollen ausprobieren, welche Geräusche man damit machen kann.

Herm (2013), S. 129

Material: Sämtlich vorhandene Musikinstrumente wie Trommel, Glocken, Klangstäbe usw. Aber auch Schlüsselbund, Wecker, Hupe, Quietschtiere usw.



„Zauberreifen“

Alle Kinder verteilen sich mit je einem Gymnastikreifen im Raum und drehen diesen. Sie legen sich dann auf den Boden und hören zu, wie der Reifen austrudelt. Wenn der Reifen am Boden liegt, stehen die Kinder auf und wiederholen die Aufgabe.

Variationen:

- Mehrere Reifen zeitversetzt drehen, die Kinder stehen erst auf, wenn der letzte Reifen ausgetrudelt ist.
- Nur laufen, wenn der Reifen sich dreht, sonst still liegenbleiben.

Beudels et al. (2019), S. 107

Material: Reifen

„Schatzhüter“

Ein Kind sitzt auf einer Matte in der Mitte des Raumes, hat die Augen verbunden und hütet einen Schatz (mehrere Bälle). Die anderen Kinder stehen in etwas Abstand im Kreis um das Kind und versuchen, den Schatz zu stehlen. Sie müssen sich anschleichen, damit die Schatzhüterin/der Schatzhüter nichts hört. Nimmt sie/er ein Geräusch wahr, zeigt sie/er auf die Geräuschquelle. Das Kind muss dann zurück zu seinem Platz. Das Spiel ist beendet, wenn der Schatz entwendet worden ist.



Beudels et al. (2019), S. 164

Material: verschiedene Kleinmaterialien wie Bälle, Säckchen, Tücher

„Geräuscheraten“

Die Erzieherin/der Erzieher versteckt (z. B. hinter ihrem/seinem Rücken) verschiedene Geräuschquellen und bringt sie abwechselnd zum Klingen. Die Kinder müssen raten, um welche Geräuschquellen es sich handelt.

Herm (1993), S. 130

Material: verschiedene Instrumente und Alltagsgegenstände mit denen man Geräusche produzieren kann, z. B.: Zeitungspapier, Wasserglas, Schlüsselbund, Schere, Fön, Audiodateien, ...

„Wachhund“

Es werden 5 Stühle nebeneinander aufgestellt. Auf dem mittelsten Stuhl sitzt (mit verbundenen Augen) der „Wachhund“, der sein Haus bewacht. Ein anderes Kind schleicht sich nun an und versucht, sich auf einen der freien Stühle zu setzen ohne, dass der „Wachhund“ etwas merkt. Hört er ein Geräusch, deutet er in die entsprechende Richtung und bellt. Erappt er so ein Kind, setzt er sich an dieser Stelle auf den Boden und das nächste Kind versucht sein Glück. Das Spiel dauert so lange, bis alle Stühle belegt sind oder alle Kinder am Boden sitzen.

Anmerkung: Deutet der „Wachhund“ beim Bellen in eine Richtung, in der sich kein Kind befindet, kann das Kind auf der Strecke weiterschleichen.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand (1998)

Material: 5 Stühle, 1 Augenbinde

„Geräusche suchen“

Während eine Erzieherin/ein Erzieher bei der Kindergruppe bleibt, versteckt sich die/der andere mit einem Instrument im Raum oder auf dem Spielplatz. Das Instrument erklingt und die Kinder suchen die Person.

Herm (2013), S. 131

Von der DGUV entwickelte Variationen des Spiels:

Die Kinder sitzen mit geschlossenen Augen im Kreis auf dem Boden. Verschiedene Kleingeräte (Säckchen, Bälle ...) werden fallengelassen. Die Kinder sollen mit geschlossenen Augen in die Richtung zeigen, aus der das Geräusch kam. Die Kinder sollen danach die Augen öffnen und in Richtung des Geräusches laufen.

Material: Säckchen, verschiedene Bälle, Schlüsselbund

„Atomspiel“

Alle Kinder laufen frei durch die Halle. Wenn die Erzieherin/der Erzieher eine Zahl ruft, finden sich die Kinder in der entsprechenden Anzahl zusammen.

Beudels et al. (2019), S. 231

Von der DGUV entwickelte Variation des Spiels:

Die Kinder führen in den entstandenen Kleingruppen verschiedene Bewegungsaufgaben aus, z. B. zu zweit Rücken an Rücken drücken, zu Dritt in den Vierfüßlerstand gehen und versuchen, sich gegenseitig die Handrücken abzuklatschen, dabei versuchen nicht abgeklatscht zu werden, zu viert in Handfassung und im Kreis tanzen, ...

Material: –

„Heiße Kartoffel“

Die Kinder sitzen im Kreis. Es wird zur Musik ein Ball von den Kindern möglichst schnell weitergespielt. Hört die Musik auf, hat das Kind, das gerade den Ball in der Hand hat, die „heiße Kartoffel“. Es muss, um die Hände zu kühlen, zweimal um den Kreis laufen und darf dann wieder mitspielen.

Beudels et al. (2019), S. 223

Material: Musik, Ball, Sandsäckchen o.ä.



Bewegungsspiele zur Förderung der visuellen Wahrnehmung

Im Vorschulalter vollziehen sich im Bereich der visuellen Wahrnehmung große Entwicklungsschritte.

Die visuelle Wahrnehmung beinhaltet die Erkennung optischer Reize, die Fähigkeit, sie zu unterscheiden und sie durch Verbindungen mit früheren Erfahrungen zu interpretieren. Sie ermöglicht es, die Umwelt zu strukturieren, Vorder- und Hintergrund, nah und fern, Objekte, Größe, Farben, Formen sowie Höhe, Tiefe und Breite eines Raumes zu unterscheiden.

Die visuelle Wahrnehmung wird oft als wichtigste und dominanteste Wahrnehmungsfähigkeit für die Orientierung in der Umwelt angesehen, der weitaus größte Teil, der von außen kommenden Informationen wird über diesen Sinnesbereich aufgenommen. Sie ermöglicht die Strukturierung der Umwelt und das Klassifizieren von Gegenständen. Durch diese Fähigkeit ist die Wahrnehmung von verschiedenen Helligkeiten, Objektgrößen und -formen sowie Farben und deren Unterscheidung möglich. Kinder können aufgrund ihrer Körpergröße Situationen schlechter überblicken. Ihr Blickfeld ist kleiner und auf den Nahbereich ausgerichtet. Gerade im Straßenverkehr und auch im Spielbereich ist aber das Einschätzen von Geschwindigkeiten für die Sicherheit der Kinder wichtig. Allerdings können Kinder im Alter von vier Jahren meistens die vier Grundfarben Blau, Grün, Gelb und Rot unterscheiden.

„Zublitzeln“

Die Kinder stehen paarweise im Innenstirnkreis. Die Paare stehen hintereinander. Nur ein Kind hat keinen Partner oder Partnerin. Es versucht nun ein anderes Kind, das zum Kreis hin innen steht, anzublitzeln, damit dieses zu ihm kommt. Das Kind, das hinter dem angeblitzelten Kind steht, versucht dies durch Festhalten zu verhindern. Gelingt dies, muss das allein stehende Kind ein anderes Kind anblitzeln.

DGUV (2019), S. 35

Material: –

„Schattengehen“

Die Kinder spielen zu zweit. Ein Kind läuft/geht/hüpft ... vorneweg. Das andere Kind versucht, seine Bewegungen nachzumachen. Nach einer Weile werden die Rollen getauscht.

Beudels et al. (2019), S. 185

Material: –

„Schwänzchen fangen“

Jedes Kind befestigt sich ein Band an der Hose. Alle laufen durcheinander, wobei jedes versucht, dem anderen das Band wegzunehmen. Auch das Kind, das ein „Schwänzchen“ verloren hat, spielt weiter mit und versucht, ein „Schwänzchen“ zu fangen und es wieder bei sich zu befestigen.

Zimmer (2015), ohne Seitenzahlen

Von der DGUV entwickelte Variation des Spiels:

Ein „Schwänzenlager“ wird am Rand des Spielfeldes gebaut. Nach einer „Zusatzaufgabe“ (z. B. drei Hampelmänner) dürfen Kinder sich ein neues „Schwänzchen“ holen und weiterspielen.

Material: Bänder

„Signal“

Die Kinder stehen alle an einer Linie. Am anderen Ende des Raumes steht der Spielleiter/die Spielleiterin auf der Ziellinie. Er/sie hat ein grünes und rotes Tuch in der Hand. Hebt er/sie das grüne Tuch, laufen, hüpfen oder krabbeln alle Kinder so schnell wie sie können in Richtung Ziel. Wird das rote Tuch gehoben, stoppen alle sofort ab. Wenn ein Kind das Stopp-Signal übersieht, muss es auf die Startlinie zurück. Sieger ist, wer als erster das Ziel erreicht.

Variante Raupenrennen:

Die Kinder stellen sich in zwei Reihen hintereinander auf und fassen den jeweiligen Vordermann an der Hüfte. Die Raupen laufen um die Wette. Der Spielablauf mit der Verkehrsampel gilt auch hier.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand (1998)

Material: rotes und grünes Tuch

„Fliegende Tücher“

Die Kinder haben je ein Jongliertuch und stehen einander zu zweit gegenüber. Auf ein Zeichen werfen sie das Tuch hoch und versuchen das Tuch der Partnerin oder des Partners in der Luft zu fangen, bevor es den Boden berührt.

Variationen:

- Statt eines können zwei Jongliertücher genommen werden.
- Jongliertücher können durch Luftballons ersetzt werden.
- Beim Platzwechsel verschiedene Fortbewegungsarten (Kriechen, Hüpfen) ausführen.

Beudels et al. (2019), S. 38

Von der DGUV entwickelte Variation des Spiels:

Das Tuch mit einem bestimmten Körperteil auffangen.

Material: Chiffontücher, Luftballons

„Zielball“

Drei Turnkästen (oder Turnhocker, Pappkartons) werden umgedreht. In 4 m Entfernung wird jeweils eine Linie gezogen. Jedes Kind erhält einen Ball (oder anderes Wurfgerät). Die Kinder bilden drei Gruppen, die sich jede an die Linie vor einem Kasten aufstellt. Nun versucht jedes Kind, seinen Ball in den Kasten zu werfen. Welche Gruppe hat zuerst alle Bälle im Kasten?

Anmerkung: Über die Linie darf nur getreten werden, um liegengebliebene Bälle zu holen.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand (1998)

Material: drei Turnkästen oder Turnhocker oder Pappkartons, Softbälle oder Sandsäckchen, Kooshbälle o. ä.

„Frisbee-Golf“

Mehrere Gymnastikreifen sind im Raum verteilt. Sie sind gleichzeitig Abwurfring und Ziel. Die Kinder stehen in einem Reifen und sollen mit möglichst wenig Versuchen eine Frisbee-Scheibe (Schaumstoff) ins Ziel zu werfen (anderer Reifen in der Nähe). Sie dürfen von dem Platz weitermachen, wo die Frisbee-Scheibe liegen geblieben ist.

Variationen:

- Statt Reifen mit Kreide markierte Turnmatten verwenden.
- Statt Frisbees Bierdeckel, kleine Säckchen oder Kooshbälle einsetzen.
- Durchführung als Wettspiel:
Wer braucht die wenigsten Versuche?

Beudels et al. (2019), S. 30

Material: Reifen, Schaumstoff-Frisbees, evtl. Turnmatten + Kreide, Bierdeckel, Säckchen o.ä.

„Halt den Ballon im Auge“

Die Kinder werfen ihre Ballons auf ein Schwungtuch und halten das Schwungtuch in Bewegung. Die auf- und absteigenden Ballons werden im Auge behalten. Auf ein Zeichen wird der eigene Ballon gefangen.

Hinweis: Um Zusammenstöße zu vermeiden, sollten am Anfang nur zwei bis drei Kinder ihren Ballon wieder fangen.

Variationen:

- Die Kinder versuchen, verschieden große Bälle über das Tuch rollen zu lassen.
- Die Kinder versuchen durch kräftiges Hochschwingen des Tuches, einen Pilz zu erzeugen, unter dem einige Kinder durchlaufen.

Beudels et al. (1999), S. 169

Material: Schwungtuch, Luftballons, Bälle

„Ein Ei gleicht dem anderen“

Alle Kinder haben je einen kleinen Ball und rollen ihn zugleich in eine Richtung. Jedes Kind soll versuchen, seinen Ball nicht aus den Augen zu verlieren und nachher wiederzufinden.

Variationen:

- Gymnastikreifen statt Bälle verwenden.
- Jeder Ball/Reifen muss eine bestimmte Markierung im Raum erreichen.

Beudels et al. (1999), S. 122

Von der DGUV entwickelte Variationen des Spiels:

- Aus verschiedenen Ecken heraus die Bälle rollen.
- Aus einer Kreisauftellung die Bälle rollen.

Material: Bälle, Reifen

„Ping Pong Bälle schütten“

Die Kinder stehen im Kreis. Jedes Kind hat einen Joghurtbecher in der Hand. Der Abstand zum Nachbarn beträgt ca. 1m. Ein weißer Tischtennisball wird nun durch eine „Schüttbewegung“ zum Nachbarn weitergegeben. Der Ball macht so die Runde. Es werden immer mehr weiße Tischtennisbälle in die Runde gegeben, bis schließlich alle ständig beschäftigt sind.

Variation:

Es wird ein anders farbiger Ball mit in die Runde gegeben. Dann muss jeder, bevor dieser farbige Tischtennisball weitergegeben wird, sich schnell 1x drehen (oder hinsetzen). Erst dann wird der Ball weitergegeben.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand (1998)

Material: pro Kind einen Joghurtbecher, viele weiße und einige farbige Tischtennisbälle

„Reaktionsball“

Jedes Kind hat einen Gymnastikball und kann damit verschiedene Spiele durchführen:

- Den Ball hochwerfen und fangen ohne, dass er auf den Boden fällt – dabei möglichst oft in die Hände klatschen.
- Den Ball auf den Kopf legen, in die Hände klatschen und wieder fangen.
- Den Ball hochhalten, nach hinten fallen lassen und versuchen, ihn nach einer Körperdrehung und einmaligem Aufprellen wieder aufzufangen.

Beudels et al. (1999), S. 192

Material: Gymnastikbälle

„Ball im Kreis“

Die Kinder hocken im Kreis. Ein Ball wird im Kreis gerollt, jedes Kind rollt den Ball weiter und passt auf, dass er nicht aus dem Kreis rollt.

Variationen:

- Mehrere Bälle werden im Kreis gerollt.
- Verschiedene Bälle werden gerollt.

Beudels et al. (1999), S. 200

Von der DGUV entwickelte Variationen des Spiels:

- Den Namen des Kindes nennen, zu dem der Ball gespielt wird.
- Mit Platzwechsel spielen.

Material: Bälle

„Pfützenspringen“

Zeitungsblätter oder Teppichfliesen liegen auf dem Boden, sie stellen Pfützen nach Regenwetter dar. Die Kinder laufen um die Pfützen herum, springen darüber weg und hinein.

Variationen:

- Die Zeitungen können auch für andere Spielideen verwendet werden: Beim Laufen über den Kopf flattern lassen.
- Beim Laufen vor den Körper halten, so dass die Zeitung klebt.
- Einen Ball formen und damit werfen.

Zimmer (2019 c), S. 214

Material: Zeitungsblätter oder Teppichfliesen

„Zauberschlange“

Ein Springseil wird von der Erzieherin/dem Erzieher an einem Ende gehalten und über den Boden geschlängelt. Es bewegt sich so schnell wie eine Schlange. Wenn ein Kind es schafft, mit einem Fuß auf das Seil zu treten, darf es selbst die Schlange führen.

Zimmer (2019 c), S. 218

Hinweis der DGUV: Dann mehrere Schlangen einsetzen, damit mehr Kinder in Aktion sind.

Material: Seilchen



5

Bewegungsangebote dauerhaft im Kita-Alltag verankern

Professorin Renate Zimmer betont im Kapitel 1 dieser DGUV Information, dass Kinder vielfältige und tägliche Bewegungsmöglichkeiten und -angebote in Kindertageseinrichtungen benötigen. Aber wie können Kindertageseinrichtungen diesen kindlichen Bedürfnissen gerecht werden? Manchmal fehlt es an Räumen, manchmal an personellen Ressourcen, manchmal gehen Bewegungsangebote in der Vielfalt der sonstigen Bildungsangebote unter. Keine Einrichtung fängt jedoch bei null an, wenn es um Bewegung im Kita-Alltag geht. Und es braucht auch nicht zwingend einen „Bewegungsraum“, damit sich Kinder bewegen (können). Es empfiehlt sich vielmehr, dass sich Kindertageseinrichtungen systematisch mit dem Bildungsbereich „Bewegung“ auseinandersetzen, um ein gemeinsames Verständnis zu entwickeln und darauf aufbauend Standards aufzustellen, um den Alltag einer Kindertageseinrichtung bewegungsintensiver und bewegungsfreundlicher zu gestalten.

Systematische Herangehensweise

Um sich systematisch mit dem Thema zu befassen und Bewegungsförderung dauerhaft zu implementieren und zu gestalten, muss die Kindertageseinrichtung als Ganzes betrachtet werden. Es geht also um die Entwicklung der Einrichtung als Organisation. Organisationsentwicklung hat zum Ziel, die Verhältnisse der Kindertageseinrichtung in ihrer Gesamtheit zu gestalten und die Verhaltensweisen

aller Kinder und Beschäftigten zu beeinflussen. Bewährt hat sich hier die Nutzung des Qualitätskreislaufes mit aufeinander aufbauenden Stufen (siehe Abbildung). Nach einer Bestandsaufnahme und der Zielklärung folgt eine Interventions- und Maßnahmenphase. In dieser werden Entscheidungen für konkrete Maßnahmen getroffen und umgesetzt und in der anschließenden Evaluationsphase überprüft. Demzufolge ist Organisationsentwicklung ein langfristiger Prozess.

Gemeinsames Verständnis entwickeln

Alle Beschäftigten einer Kindertageseinrichtung haben eine eigene Bewegungsbiografie, die mehr oder weniger unbewusst in das alltägliche pädagogische Handeln einfließt. Damit unterscheidet sich auch die Bedeutung, die der Bildungsbereich Bewegung bei allen Beschäftigten einnimmt. Zu Beginn des Organisationsentwicklungsprozesses ist das Team einer Kindertageseinrichtung daher gefordert, ein gemeinsames Verständnis zur Bedeutung von Bewegung für die kindliche Entwicklung zu erarbeiten. Neben entsprechender Fachliteratur, z. B. dem Eingangskapitel von Professorin Renate Zimmer in dieser DGUV Information, kann auch eine eventuell vorhandene Rahmenkonzeption des Kita-Trägers oder der Bildungs- und Erziehungsplan des jeweiligen Bundeslandes hilfreich sein, Eckpunkte eines gemeinsamen Verständnisses der Bedeutung von Bewegung zu skizzieren. Auch die Eltern

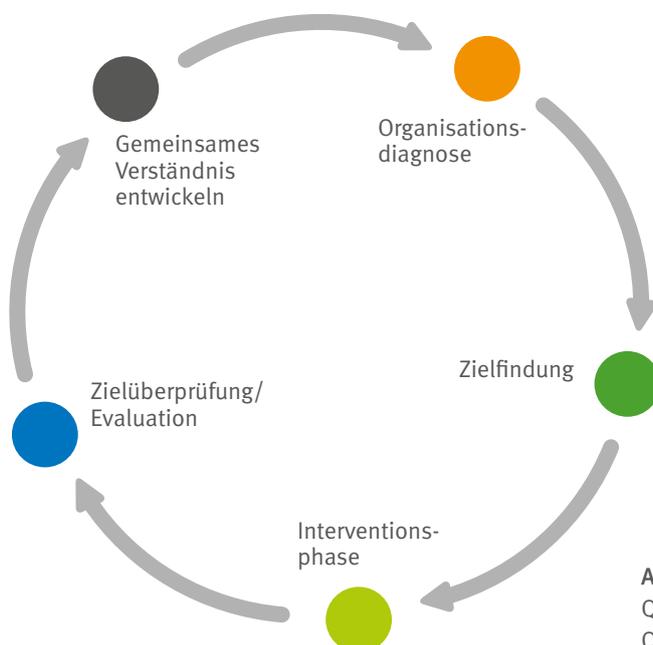


Abb. 1
Qualitätskreislauf in der
Organisationsentwicklung

können hier mit ins Boot geholt werden, um das Thema Bewegungsförderung sowohl in der Bildungsarbeit der Kindertageseinrichtung als auch in der elterlichen Erziehung im häuslichen Umfeld angemessen zu berücksichtigen.

Organisationsdiagnose

An dieser Stelle geht es um eine Bestandsaufnahme zum Thema Bewegungsförderung in der Einrichtung. Es wird also der „Ist-Stand“ ermittelt.

→ Räumliche Bedingungen

Ein fehlender Bewegungsraum oder überhaupt sehr beengte Bedingungen stellen für einige Einrichtungen ein großes Problem dar. Aber auch ein kleines, ein anregungsarm gestaltetes oder ein fehlendes Außengelände erschweren Bewegungsangebote. Daher suchen viele Einrichtungen nach Möglichkeiten für Bewegung in der Umgebung. Spielplätze im Stadtteil, der Park um die Ecke oder die Sporthalle der Nachbarschule werden vielleicht bereits genutzt und sind Alternativen.

→ Personelle Bedingungen

Umfang und Qualität der Angebote in einer Kindertageseinrichtung sind immer auch abhängig von der Anzahl und Qualifikation des pädagogischen Personals. Wenn das Personal knapp ist und sogar die Gruppen zusammengelegt werden müssen, lassen sich spezielle Bewegungsangebote oft nur schwer realisieren. Häufig fallen dann die geplanten Aktivitäten aus oder die Bewegungskonzepte werden nur noch sporadisch umgesetzt. Gerade kleinere Einrichtungen haben es hier schwer, die Lücken zu schließen.

Aber auch bei ausreichend Personal ist es nicht selbstverständlich, dass sich alle Fachkräfte für dieses Thema begeistern. Deshalb dürfen kritische Fragen zur Haltung und zum Einsatz der Fachkräfte bei Bewegungsangeboten an dieser Stelle nicht ausgespart werden.

→ Qualifizierung

Einige Einrichtungen verfügen über gut qualifizierte Fachkräfte (Psychomotorikerinnen und Psychomotoriker, Bewegungserzieherinnen und -erzieher, Motopädagoginnen und Motopädagogen), die die Bewegungsangebote regelmäßig durchführen. Andere setzen darauf, dass jede Fachkraft in der eigenen Kindergruppe Bewegungsstunden anbietet und führen dafür interne Fortbildungen durch.

Einige Erzieherinnen und Erzieher hatten das Thema Bewegungsförderung gar nicht oder nur rudimentär in ihrer Ausbildung. Durch Personal- und Teamentwicklungsmaßnahmen kann für die Aneignung des Wissens und der Kompetenzen gesorgt werden. Qualifizierungswünsche der Beschäftigten sollte der Träger unter Berücksichtigung des Rechts auf Fortbildung aktiv unterstützen.

→ Inhaltliche Ausrichtung der Angebote

Was wird regelmäßig in der Einrichtung angeboten? Sind hier alle Altersgruppen berücksichtigt? Haben alle Kinder genügend Bewegungsangebote mit unterschiedlicher Ausrichtung, so dass jedes Kind seine Bedürfnisse ausleben kann und gleichzeitig gefördert und gefordert wird? Haben alle Kinder sowohl angeleitete als auch freie Bewegungsmöglichkeiten? Sind die Angebote entwicklungsangemessen und attraktiv? Haben die Kinder Freude an der Bewegung?

→ Organisation

Wie sind die Bewegungsangebote organisiert? Fühlen sich einige Fachkräfte durch ihren Einsatz als Bewegungserzieherin oder -erzieher überlastet? Wird der Bewegungsraum gleichmäßig ausgelastet? Haben die Gruppen im Bewegungsraum eine angemessene Größe? Wird die Ausstattung des Bewegungsraums und des Außengeländes den Ansprüchen gerecht?

Zielfindung

In diesem Schritt soll nun gemeinsam ausgelotet werden, welche Ziele in Bezug auf Bewegungsangebote erreicht werden sollen. Es können Mindeststandards festgelegt werden, die nicht unterschritten werden dürfen. Auch nicht, wenn zum Beispiel Personalmangel vorliegt. Diese Mindeststandards können beispielsweise beinhalten, dass Kinder jeden Tag die Möglichkeit bekommen, das Außengelände der Kindertageseinrichtung zu nutzen. Oder dass ein eventuell vorhandener Bewegungsraum jeden Tag ausgelastet ist und sowohl durch angeleitete Angebote als auch im Freispiel genutzt wird.

Gleichzeitig sollten wünschenswerte Standards entwickelt werden, die zu einem späteren Zeitpunkt erreicht werden sollen. Das übergeordnete Ziel sollte es sein, Bewegungsangebote in hoher Qualität und vor allem dauerhaft in ausreichendem Umfang in den Kita-Alltag zu integrieren. Hierzu müssen sich Kindertageseinrichtungen

kontinuierlich verständigen, wie eine gleichbleibend hohe oder höhere Qualität erreicht werden kann und welche einzelnen Schritte erforderlich sind, um zu diesem Ziel zu gelangen.

Interventionsphase

In der Interventionsphase werden die ausgearbeiteten Maßnahmen und Standards umgesetzt. In dieser Phase kann es erforderlich sein, dass sich die Kindertageseinrichtung Unterstützung von außen holt beziehungsweise auf bestehende Netzwerke zurückgreift.

→ **Unterstützung/Netzwerke**

Natürlich ist der Träger von Kindertageseinrichtungen ein erster Anlaufpunkt. Wenn in den Träger-eigenen Einrichtungen Bewegungsräume vorhanden sind, kann es hier möglicherweise zu Nutzungsvereinbarungen zwischen einzelnen Kindertageseinrichtungen kommen. Wenn diese Möglichkeit nicht besteht, gibt es vielleicht Räume im Stadtteil, die genutzt werden können oder Vereine in der Kommune/Stadt, die unterstützen.

Häufig gibt es Bewegungsprojekte, die Krankenkassen oder Sportvereine anbieten. Diese sollten unbedingt genutzt werden, bevor ein zusätzliches privates Angebot von außen in die Kindertageseinrichtung geholt wird, das von den Eltern extra bezahlt werden muss.

Über Projekte freier Träger oder Krankenkassen besteht mitunter auch die Möglichkeit, einige Kolleginnen oder Kollegen fortzubilden oder es werden die Weiterbildungsangebote der Bildungsstätten der Sportvereine oder des zuständigen Unfallversicherungsträgers genutzt.

→ **Verankerung im Kita-Alltag**

Bei der Planung der Bildungsarbeit sollte das Thema Bewegungsförderung sowohl als Querschnittsthema als auch in konkreten Bildungsangeboten erscheinen. Zudem macht die Verankerung im Einrichtungskonzept auch den Eltern die Wichtigkeit des Themas deutlich und begründet die Angebotspalette.

Zielüberprüfung/Evaluation

Mit der einmaligen Auseinandersetzung und Zielabstimmung sind häufig die Ziele nicht langfristig umsetzbar. Sowohl die Qualität als auch die Quantität der Angebote sollte immer wieder hinterfragt werden. Ein regelmäßiger Austausch zu diesem Thema schafft Transparenz und Offenheit und die Möglichkeit, auf Probleme schnell zu reagieren. Besteht in der Kindertageseinrichtung ein Qualitätsmanagement-System (QMS) und ist das Bewegungskonzept darin enthalten, sichert dies eine kontinuierliche Bestandsaufnahme.

Ziel muss es sein, qualitativ hochwertige Bewegungsangebote dauerhaft im Kita-Alltag zu verankern. Dies sollte auch dann verfolgt werden, wenn die Rahmenbedingungen nicht optimal sind, um allen Kindern die bestmöglichen Entwicklungschancen zu bieten.



Literaturverzeichnis

- Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Küppers, B. (1999): ... *das ist für mich ein Kinderspiel. Handbuch zur psychomotorischen Praxis*. Dortmund: Verlag modernes Lernen.
- Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H.-J. (2019): ... *das ist für mich ein Kinderspiel. Handbuch zur psychomotorischen Praxis*. 12., völlig überarb. Aufl. Dortmund: Verlag modernes Lernen.
- DGUV Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e. V. (2019) *Wahrnehmen und Bewegen. Übungen und Spiele zur Sinnesförderung*. DGUV Information 202-050. Berlin.
- Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand (1998): *Spiele zur Sicherheitserziehung und Bewegungsfrühförderung*. ohne Seitenzahlen.
- Felden, H. (2008): *Lerntheorie und Biographieforschung: Zur Verbindung von theoretischen Ansätzen des Lernens und Methoden empirischer Rekonstruktion von Lernprozessen über die Lebenszeit*. In: Felden, H. (Hrsg.): *Perspektiven erziehungswissenschaftlicher Biographieforschung*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. S. 109–128.
- Graf, C. (2017). Bewegung im Kindes- und Jugendalter. In Zimmer, R; Hunger, I. (Hrsg.), *Gut starten. Bewegung – Entwicklung – Diversität* (S. 184–191). Schorndorf: Hofmann.
- Herm, S. (1993): *Psychomotorische Spiele für Kinder in Krippen und Kindergärten*.
- Hundmeyer, S.; Pimmer-Jüsten, B. (2019): *Aufsichtspflicht in Kindertageseinrichtungen. Aufsichtspflicht, Haftung und Versicherungsschutz*. 10., überarb. Aufl., Köln: Carl Link.
- Laewen, H.J. (2002): *Was Bildung und Erziehung in Kindertageseinrichtungen bedeutet*. In: Laewen, H. J.; Andres, B. (Hrsg.): *Forscher, Künstler, Konstrukteure*. Berlin: Cornelsen. S. 33–69.
- Lensing-Conrady, R. (2005): *Erwerb von Risikokompetenz durch Risikobeteiligung*. Haltung und Bewegung, 24 (2). S. 23–30.
- Richard-Elsner, C. (2013): *Risikokompetenz ohne Risikoerfahrung?* Unsere Jugend. Die Zeitschrift für Studium und Praxis der Sozialpädagogik, 65 (10). S. 436–445.
- Richard-Elsner, C. (2017). *Draußen spielen*. Weinheim: Beltz.
- Rütten, A.; Pfeiffer, K. (Hrsg.) (2016). *Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung*. Erlangen – Nürnberg: FAU.
- Sandeseter, E. (2009): *Characteristics of risky play*. Journal of Adventure Education & Outdoor Learning, 9 (1). S. 3–21.
- Schäfer, G.E. (2003). *Bildung beginnt mit der Geburt*. Berlin: Cornelsen.
- Vetter, M. (2004): *Wer wagt, gewinnt, oder: Hilft Risikokompetenz, Unfälle zu vermeiden*. In: Zimmer, R.; Hunger, I. (Hrsg.): *Wahrnehmen, bewegen, lernen. Kindheit in Bewegung*. Schorndorf: Hofmann. S. 162–167.
- Völker, K. (2008). *Wie Bewegung und Sport zur Gesundheit beitragen – Tracking-Pfade von Bewegung und Sport zur Gesundheit*. In: Schmidt, W. (Hrsg.), *Zweiter deutscher Kinder- und Jugendsportbericht. Schwerpunkt: Kindheit*. Schorndorf: Hofmann. S. 89–106.
- Walther, B.; Nentwig-Gesemann, I. (2019): *Kinder in Bewegung. Fokussierte Bewegungserfahrungen und -praktiken vier- bis sechsjähriger Kinder in Kindertageseinrichtungen*. In: Becker-Stoll, F. et al.: *Frühe Bildung*. Interdisziplinäre Zeitschrift für Forschung, Ausbildung und Praxis. Jahrgang 8/Heft 2. Göttingen: Hogrefe: S. 89–99.
- WHO – World Health Organization (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. Verfügbar unter: <https://www.who.int/news/detail/24-04-2019-to-grow-up-health-children-need-to-sit-less-and-play-more>.
- Woll, A.; Oriwol, D.; Anedda, B.; Burchartz, A.; Hanssen-Doose, A.; Kopp, M. et al. (2019). *Körperliche Aktivität, motorische Leistungsfähigkeit und Gesundheit in Deutschland. Ergebnisse aus der Motorik-Modul-Längsschnittstudie (MoMo)*. Karlsruhe: Karlsruher Institut für Technologie (KIT).

Zimmer, R. (1999): *Handbuch der Psychomotorik*. Freiburg: Herder.

Zimmer, R. (2015): *Sport und Spiel im Kindergarten*. Aachen: Meyer & Meyer.

Zimmer, R. (2018). *Wilde Spiele zum Austoben. Durch Bewegung zur Ruhe kommen*. Freiburg: Herder

Zimmer, R. (2019a). *Handbuch Sinneswahrnehmung. Grundlagen einer ganzheitlichen Erziehung*. Freiburg: Herder.

Zimmer, R. (2019b). *Handbuch Sprache und Bewegung*. Freiburg: Herder.

Zimmer, R. (2019c). *Handbuch Psychomotorik. Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung von Kindern*. Freiburg: Herder.

Zimmer, R. (2020). *Handbuch Bewegungserziehung. Grundlagen für Ausbildung und pädagogische Praxis*. Freiburg: Herder.

Zimmer, R. (2021a). *MotorikPlus. Beobachtung psychomotorischer Kompetenzen von Kindern im Alltag von Kindertageseinrichtungen*. Freiburg: Herder

Zimmer, R. (2021b). *Bewegung erleben in der Kita*. Freiburg: Herder

Zimmer, R.; Circus, H. (1995): *Psychomotorik*. Schorndorf: Hofmann.

**Deutsche Gesetzliche
Unfallversicherung e.V. (DGUV)**

Glinkastraße 40
10117 Berlin
Telefon: 030 13001-0 (Zentrale)
E-Mail: info@dguv.de
Internet: www.dguv.de