



Bewegungsangebote in Kindertageseinrichtungen

Sichere Gerätenutzung und
Übungsvorschläge

DGUV Information 202-121

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 des Fachbereichs Bildungseinrichtungen der DGUV In Anlehnung an UKH Schriftenreihe Band 21 „Bewegungs- angebote in Kindertageseinrichtungen – Übungsvorschläge und sichere Gerätenutzung“, 2020. Autoren: Dipl.- Sportwiss. Annette Krawietz, Frankfurt am Main, u. A. Übernahme und Bearbeitung mit freundlicher Genehmigung der Unfallkasse Hessen.
Ausgabe:	Oktober 2026
Satz und Layout:	Satzweiss.com Print Web Software GmbH, Saarbrücken
Bildnachweis:	Titelbild: © DGUV Abb. 1, 11–14, 18, 20–22, 24–49 © Annette Krawietz, Abb. 3–5, 17, 19 © Herbert Hartmann, Abb. 15, 16 © Helene Hein, Abb. 2, 6–8, 10, 23 © DGUV, Abb. 9 © Kindergärten NordOst Berlin
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: p202121

Bewegungsangebote in Kindertageseinrichtungen

Sichere Gerätenutzung und Übungsvorschläge

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	5		
2	Bedeutung elementarer Bewegungsformen in der frühen Kindheit	6		
3	Bewegungserfahrungen ermöglichen	8		
4	Sicher gestaltete Bewegungsangebote	10		
4.1	Einsatz von Matten im Fallbereich	10		
4.1.1	Ab welcher Fallhöhe werden Matten benötigt?	10		
4.1.2	Welche Matten eignen sich?	11		
4.1.3	Wie groß muss der zu sichernde Fallbereich sein?	13		
4.2	Gerätekombinationen	14		
4.2.1	Standsicherheit	14		
4.2.2	Belastung, Gerätestatik	15		
4.2.3	Fallschutz bei Gerätekombinationen	16		
4.2.4	Fangstellen	17		
5	Gerätenutzung und Qualifikation des pädagogischen Personals	18		
6	Geräte und Aufbauten von Bewegungslandschaften in der Praxis	19		
6.1	Matten als Spielgerät	20		
6.1.1	Inselspringen	20		
6.1.2	Holpriger Weg	21		
6.1.3	Mattenrutschen	21		
6.1.4	Mattenklatschen	22		
6.1.5	Hügel	22		
6.2	Sprossenwand	23		
6.2.1	Rutsche mit Bank	24		
6.2.2	Steilwand	25		
6.2.3	Wurfstation	26		
6.2.4	Kugelbahn	26		
6.2.5	Höhle	27		
6.3	Bank	28		
6.3.1	Schräge Bank	29		
6.3.2	Rollbahn	29		
6.3.3	Sprungbahn	30		
6.3.4	Labyrinth	30		
6.3.5	Rollbank	31		
6.3.6	Wippe	32		
6.3.7	Tunnel	33		
6.4	Schwingen, Schaukeln	34		
7	Spielideen an Gerätearrangements	36		
8	Literaturverzeichnis	38		

1 Einleitung

Bewegungsförderung stellt in der frühkindlichen Bildung einen zentralen Schwerpunkt dar, denn Bewegung legt den Grundstein für eine gesunde Entwicklung. Aber nicht nur für jedes einzelne Kind, sondern auch für die Gemeinschaft hat das gemeinsame Bewegungsspiel sehr positive Effekte. Unabhängig von individuellen Sozialisationsbedingungen und dem Entwicklungsstand können alle Kinder bei Spiel und Sport mitmachen, ihre Stärken zeigen und Teil des Ganzen sein. Gerade bei Bewegungsangeboten spielen Sprachbarrieren und kulturelle Unterschiede keine Rolle und auch das Einbeziehen von Kindern mit körperlichen oder geistigen Beeinträchtigungen kann hier gut gelingen.

In dieser DGUV Information werden vor allem Bewegungsarrangements aufgezeigt, die nicht nur Spaß machen, sondern auch Mut erfordern. Der Umgang mit kleinen Herausforderungen schafft die Grundlage für die Entwicklung von Risikokompetenz. Diese soll die Kinder später befähigen, Gefahren im Alltag oder im Beruf richtig

einzuschätzen und für die eigene Sicherheit, aber auch für die Sicherheit anderer Verantwortung zu übernehmen.

Vor diesem Hintergrund kommt den pädagogischen Fachkräften die Aufgabe zu, solche Geräteaufbauten anzubieten, die dem Entwicklungsstand der Kinder entsprechen und kalkulierbare Risiken enthalten. Hier wird das Scheitern der Bewegungshandlung – z. B. das Fallen – mit eingeplant. Versteckte Gefahren müssen aber zwingend verhindert werden, weil diese von den Kindern nicht erkannt werden können.

Die DGUV Information möchte hierbei Hilfestellungen und Anregungen geben. Es werden vielfältige Aufbauten gezeigt, die so gut umgesetzt werden können. Die Sicherheitshinweise verdeutlichen zudem, wann welche Matten als Fallschutz zum Einsatz kommen und wie Geräte sicher verwendet werden.

2 Bedeutung elementarer Bewegungsformen in der frühen Kindheit

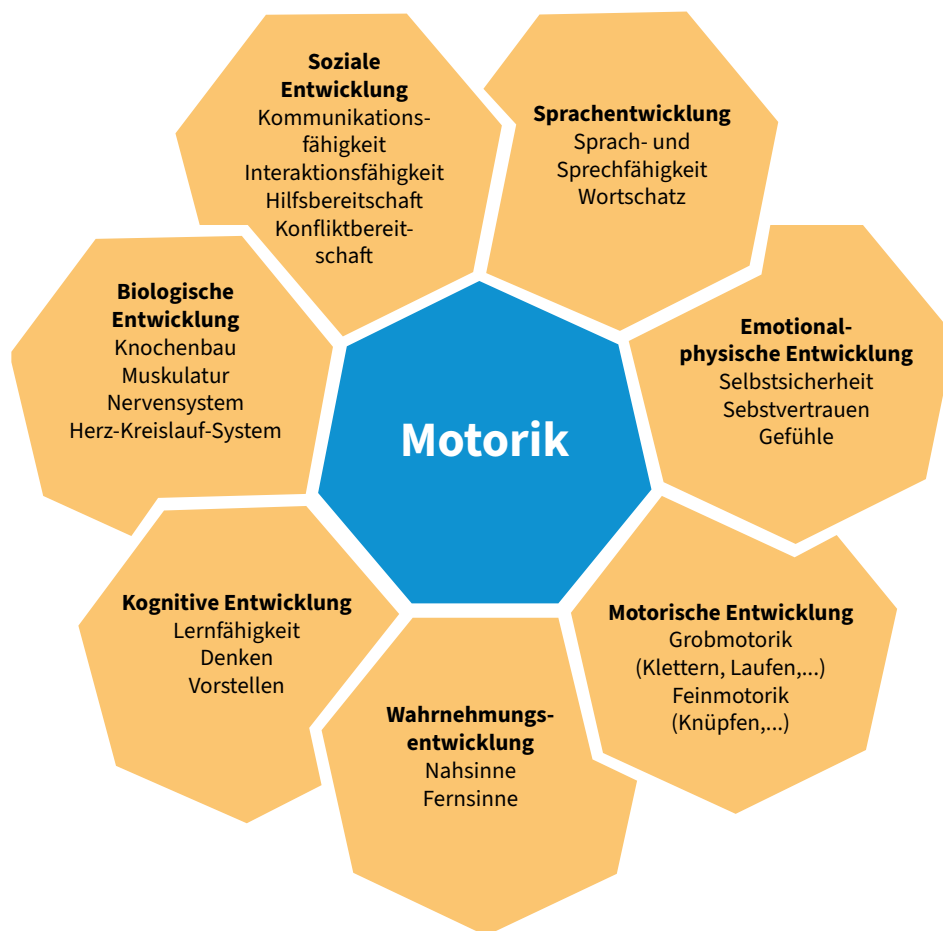


Abb. 1 Wechselbeziehung zwischen Motorik und anderen Entwicklungsbereichen (nach Krawietz, A./Krawietz, Ch./Rohr, M./Schröder, F. P., 2022)

Das Kind ist Akteur seiner Entwicklung und macht sich ein Bild von der Welt und von sich selbst.

Die Motorik spielt eine bedeutende Rolle in der menschlichen Entwicklung. Schon im Säuglingsalter wandeln sich spontane Bewegungsäußerungen in gezielte Bewegungstätigkeiten. Kinder erobern Schritt für Schritt ihre Umwelt über Bewegung und Wahrnehmung. Dabei setzen sie sich aktiv, handelnd mit ihr auseinander. So versuchen sie alles, was sie wahrnehmen zu erreichen, zu erkunden und zu benutzen. So veranlasst sie das Geräusch einer Rassel, den Kopf zu drehen und nach ihr zu greifen, um sie dann vielleicht in den Mund zu stecken, damit sie sie tasten und erkunden können. Dabei werden bedeutende sensomotorische Erfahrungen freudvoll

gesammelt, Zusammenhänge erkannt und so Erkenntnisse für das Leben gewonnen.

Es verwundert von daher nicht, dass Fachleute immer wieder feststellen, dass es durch einen Mangel an Bewegungsraum und Spielzeit zu empfindlichen Störungen der kindlichen Entwicklung kommen kann. Es ist somit unabdingbar, frühzeitig vielseitige Bewegungsmöglichkeiten zu schaffen, um letztendlich eine ganzheitliche gesunde Entwicklung und frühkindliche Bildung zu unterstützen. Dies ist zum Teil auch in den Bildungsplänen der Länder verankert.

Entwicklung ist anlage- und umweltbedingt, aber sie wird auch vom Kind selbst, von seinem Wollen und Streben nach Eigenständigkeit mitbestimmt (abhängig vom jeweiligen

Verhalten und Temperament). Zwei wichtige Entwicklungsprinzipien lassen sich dabei festhalten, die bedingen, dass die motorischen Entwicklungsverläufe von Kindern sehr unterschiedlich und individuell verlaufen können:

Zum einen sind Eigenschaften und Fähigkeiten wie z. B. Motorik oder Sprache von Kind zu Kind, aber auch beim einzelnen Kind unterschiedlich angelegt und reifen verschieden aus (Prinzip der intra- und interindividuellen Variabilität).

Zum anderen ist die motorische Entwicklung nicht vorbestimmt, sondern beeinflussbar, gestaltbar und modifizierbar (Prinzip der Plastizität, vgl. Scheid 2010, Largo 2023) und kann somit positiv beeinflusst werden.

Kinder brauchen also für ihre gesamte Entwicklung eine anregende Bewegungswelt, in der sie sich aktiv eigenständig erproben können, damit sie vielfältige Erfahrungen mit ihrem Körper, Materialien und anderen Personen sammeln können und in der sie sicher, verantwortungsvoll, individuell und einfühlsam begleitet werden.

Das vorherige Schaubild verdeutlicht die Bedeutung der Motorik für die ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung und Bildung von Kindern.

Dies soll nun am Beispiel des Kletterns verdeutlicht werden.

Beim **Klettern** finden wir folgende Wechselbeziehung der Motorik zu den wichtigen Entwicklungsbereichen:

Motorik: Kraft, Kraftausdauer, Koordination, Gelenkigkeit, Anbahnung der Dominanzentwicklung durch kreuzkoordinierte Bewegung.

Kognition, Handlungsplanung: Wie muss ich Hände und Füße einsetzen? Wie komme ich von der Sprossenwand auf die Rutsche? Konzentration, Festhalten und Kletterbewegung ausführen; Wortbedeutung von „oben“ und „unten“ begreifen.

Emotion: Selbstbewusstsein und Freude über das Gelingen des Kletterns, Selbstsicherheit und Selbstvertrauen. „Ich habe es geschafft!“, „Ich kann das!“

Sozial: Kommunikation und Interaktion z. B. beim zusammen Klettern: „Wer kann mir helfen?“, Rücksichtnahme: abwarten, bis man an der Reihe ist.

Wahrnehmung: taktile Wahrnehmung, Griffe spüren; vestibuläre Wahrnehmung, das Gleichgewicht beim Klettern halten, Springen von der Sprossenwand; kinästhetische Wahrnehmung, die Kletterbewegung ausführen, koordinieren und automatisieren; visuelle Wahrnehmung, Auge-Hand-Koordination beim Greifen.

Sprache: Wortschatz: Begriffe lernen, wie „Klettern“, „Sprossenwand“, „oben und unten“; Sprachverständnis: was bedeutet z. B. „hochklettern“; Satzbau: z. B. „Ich habe es geschafft.“; Kommunikation: erzählen, was man gemacht hat, sich mitteilen.

3 Bewegungserfahrungen ermöglichen

Das Beispiel Klettern zeigt bereits die mannigfaltigen Entwicklungsverknüpfungen der kindlichen Bewegung auf. Dies gilt natürlich für alle elementaren Bewegungsformen, wie das:

- Robben, Kriechen, Krabbeln,
- Rutschen, Gleiten,
- Gehen, Laufen,
- Hüpfen, Springen,
- Klettern, Hängen, Hangeln, Stützen,
- Schwingen, Schaukeln,
- Balancieren,
- Tragen, Ziehen, Schieben,
- Drehen, Rollen, Wälzen und
- Schwimmen.

Eine ideale Basis zur Verwirklichung dieser Bewegungsformen stellen großmotorische Bewegungsmöglichkeiten, wie Bewegungslandschaften dar. Selbstständigkeit und Selbsttätigkeit werden durch Mitgestaltung und eigenständiges Ausprobieren der eigenen Fähigkeiten und Kräfte gefördert. Dabei gelten die Prinzipien der Orientierung am Kind, an seiner Entwicklungs- und Handlungsfähigkeit sowie das Prinzip der Freiwilligkeit. Die Kinder können ohne lange Wartezeiten ihren Bewegungsdrang ausleben. Die Aneignung, Festigung und Kombination von motorischen Grundformen werden angeregt. Damit verbunden werden die motorischen Fähigkeiten wie Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination und Gewandtheit trainiert. Haltungsschwächen und gesundheitlichen Schäden wird vorgebeugt.

Die Ausübung von motorischen Grundformen wirkt Haltungsschäden entgegen. Die Rumpfmuskulatur wird gekräftigt, die Beweglichkeit gefördert und durch den Wechsel von Be- und Entlastung die Ernährung der Bandscheiben gewährleistet.

Ein Bewegungsangebot und insbesondere ein multifunktionales Geräteangebot im Sinne einer Bewegungslandschaft schult die Bewegungssicherheit. Die Kinder werden in und mit ihrem Körper sicherer. Wichtige Voraussetzungen zur Bewältigung von Alltagssituationen, wie sichere Teilnahme am Straßenverkehr werden geübt, etwa Reaktionsvermögen, Abschätzen von Risiken und Geschwindigkeiten, Gleichgewicht, Körperkoordination usw.

In der heutigen Lebenswelt vieler Kinder stehen spontan zugängliche Bewegungsfreiräume häufig nur noch eingeschränkt oder stark reglementiert zur Verfügung oder werden nicht mehr so häufig genutzt.

Wo und wann können Kinder noch unbeschwert klettern, rennen, springen, balancieren oder hangeln?

Folgende Faktoren kennzeichnen aktuell die Entwicklung der Kinder:

- Verinselung von Spiel- und Bewegungsräumen
- Motorisierung und Technisierung
- Funktionalisierung
- Verkehrsdichte
- beengte Wohnverhältnisse
- Medienkonsum
- Wertewandel
- überängstliche Erziehungsberechtigte.

Die Bewegungslandschaft ermöglicht den Kindern großräumige Bewegungserfahrungen.

Konkret bietet die Bewegungslandschaft folgende Möglichkeiten, sie:

- schafft **elementare Bewegungsformen**: Springen, Rennen, Klettern, Hangeln, Schieben, Balancieren,
- holt **Anregungen aus der Natur** zum Klettern, Rollen, Krabbeln usw. in den Bewegungsraum,
- fördert **motorische Fähigkeiten** wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination und Gewandtheit,
- fördert **Problemlöseverhalten** durch Bewegungsaufgaben (Wie gelange ich über den Berg?). Dies stellt eine wichtige Voraussetzung für Handlungsfähigkeit dar,
- fördert **Selbstständigkeit und Selbsttätigkeit** der Kinder durch Raum für individuelle, spielerische Bewegungserfahrungen und Mitgestaltung der Landschaft und Spielideen. Das freiwillige und selbstbestimmte Aufsuchen der Bewegungsmöglichkeiten ist hierfür wichtiges Prinzip,

- fördert das **Rollenspiel**. Kreativität und Phantasie werden angeregt, da die Geräteaufbauten von den Kindern oder pädagogischen Fachkräften in einen bestimmten Sinnzusammenhang gestellt werden können. Eine Bank wird z. B. eine Brücke, das Schiff braucht einen Kapitän ...,
- hat großen **Aufforderungscharakter** und lässt die Kinder ihren Bewegungsdrang ausleben. Auch bewegungsgehemmte Kinder werden angesprochen. Die Aufbauten können wechselweise ausprobiert werden, so entstehen geringe Wartezeiten und eine hohe Bewegungsintensität ist gewährleistet,
- lässt sich **zusätzlich mit Kleinmaterialien kombinieren** und sich in ihrer Vielfalt an Bewegungs- und Spielmöglichkeiten erweitern,
- kann mit **unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad** aufgebaut werden und gewährleistet somit Differenzierungsmöglichkeiten **für jedes Kind**,
- lässt sich als Teil der **angeleiteten Bewegungsstunde** oder als eigenständiges **offenes Angebot** einsetzen.

Eine Bewegungslandschaft bietet also sehr viel, dennoch können Erfahrungen aus Natur und sonstigen Freiräumen nicht vollständig ersetzt werden. Wichtig bleibt daher, den Kindern draußen genügend Anregungen, Freiräume zum Klettern, Rennen und Toben anzubieten und die nötige Zeit und Begleitung dafür zu geben.

4 Sicher gestaltete Bewegungsangebote

Bewegungsangebote lassen sich durch ein Zusammenspiel verschiedener Maßnahmen sicher gestalten. Dazu zählen:

- technische Maßnahmen
- organisatorische Maßnahmen (inklusive Aufsicht)
- personenbezogene Maßnahmen.

Zu den technischen Maßnahmen gehören z. B. sicher gestaltete Räumlichkeiten und Bewegungsflächen, normgerechte und regelmäßig geprüfte Sportgeräte, sichere und übersichtliche Aufbewahrungsmöglichkeiten für Material, Spiel- und Sportgeräte. Gemeint sind damit auch die altersgerechte Auswahl der Geräte und der Einsatz geeigneter stoßdämpfender Matten im Fallbereich.

Die organisatorischen Maßnahmen beinhalten z. B. die Kontrolle des Materials und der Geräte auf Beschädigungen und die entwicklungsförderliche Auswahl von herausfordernden Bewegungsaufgaben. Wichtig sind außerdem eine an den Schwierigkeitsgrad angepasste Gruppengröße und eine situationsgerechte Aufsichtsführung.

Zu den personenbezogenen Maßnahmen zählt die Förderung der Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie des Sicherheitsbewusstseins und der Risikokompetenz der Kinder. Dies gelingt mit erlebnisorientierten Angeboten, die Wagnisse und kalkulierbare Risiken bieten.

Bezogen auf das pädagogische Personal bedeutet dies, die fachlichen Voraussetzungen zu besitzen und durch Fortbildung kontinuierlich zu aktualisieren, um sichere Bewegungsangebote nach didaktisch-methodischen Grundsätzen gestalten zu können.

4.1 Einsatz von Matten im Fallbereich

Matten gibt es in vielen verschiedenen Ausführungen. Sie werden bei Bewegungsangeboten ganz unterschiedlich eingesetzt, z. B. als bequeme Unterlage, eigenständiges Sportgerät oder Teil einer Bewegungslandschaft.

Neben der spielerischen Nutzung dienen Matten auch der Sicherung des Fallbereiches z. B. an einer Sprossenwand oder bei Geräteaufbauten eines Bewegungsparcours. Indem der Fallbereich mit Matten abgedeckt wird, werden Verletzungsgefahren bei der Landung nach Sprüngen oder Stürzen auf hartem Untergrund vermieden.

Für eine sichere Gerätenutzung ist es notwendig, geeignete Matten vorzuhalten und eine richtige Mattenwahl durch die pädagogischen Fachkräfte zu gewährleisten. Hierzu ist die Klärung folgender Fragen hilfreich:

- Ab welcher Fallhöhe werden Matten benötigt?
- Welche Matten eignen sich?
- Wie groß muss der zu sichernde Fallbereich sein?

4.1.1 Ab welcher Fallhöhe werden Matten benötigt?

Bei der Benutzung von Sport- und Klettergeräten oder anderen erhöhten Spielaufbauten sind stoßdämpfende Materialien ab einer Fallhöhe von 60 cm zu verwenden. Dies gilt für Kinder im Alter über drei Jahren. Für Kinder im Krippenalter hat sich Fallschutz schon bei geringeren Fallhöhen bewährt (siehe DGUV Information 202-093 „Die Jüngsten in Kindertageseinrichtungen sicher bilden und betreuen“).

Auch für über Dreijährige kann unterhalb einer Fallhöhe von 60 cm die Verwendung von Matten sinnvoll sein, z. B. bei Übungsaufgaben, die häufige Absprünge beinhalten. Hier hilft die Dämpfungseigenschaft der Matte Gelenkbelastungen zu vermeiden (siehe DGUV Information 202-035 „Matten im Sportunterricht“).

Nachfolgend zwei Beispiele zur Fallhöhe:

Stehen Kinder auf einer Bank oder einem Kasten, ergibt sich die Fallhöhe aus dem Abstand der Standfläche zum Fallbereich. Können Kinder auf dem obersten Querholm einer überkletterbaren Sprossenwand sitzen, ist die

Fallhöhe der Abstand von der höchstmöglichen Sitzfläche zum Fallbereich.



Abb. 2 Fallhöhe (h) = Abstand zwischen Standfläche auf Kasten und Fallbereich

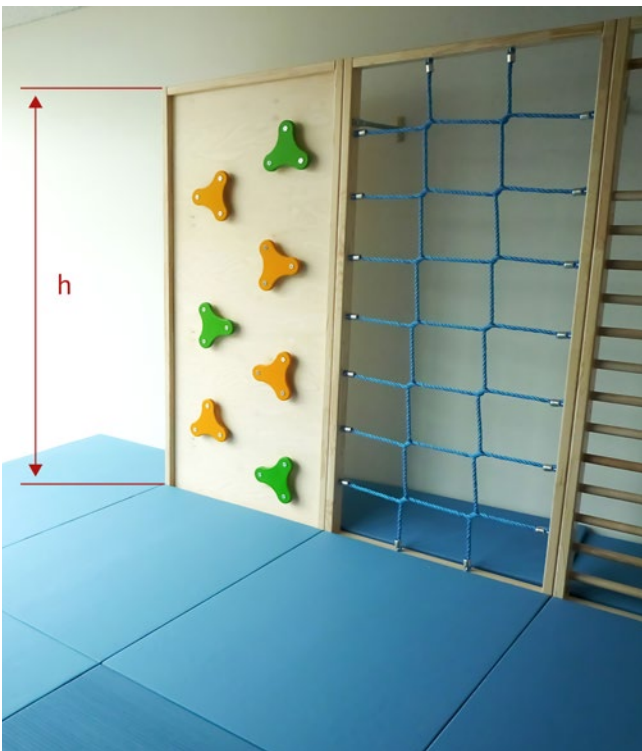


Abb. 3 Fallhöhe (h) = Abstand zwischen Sitzmöglichkeit auf einer überkletterbaren Sprossen-/Kletterwand und Fallbereich

4.1.2 Welche Matten eignen sich?

In Kindertageseinrichtungen kommen häufig Turn- oder Weichbodenmatten (nach DIN EN 12503-1) zum Einsatz. Grundsätzlich sollten die Informationen des Herstellers zum Einsatz der Matten berücksichtigt werden. Liegen keine Informationen des Herstellers vor, können nachfolgenden Angaben hilfreich sein:

Turnmatten

Turnmatten mit einer Stärke von 6 cm bis 8 cm sind vielseitig einsetzbar, z. B. für die Absicherung von Geräteaufbauten. In der Regel sind diese für 3- bis 6-jährige Kinder bei Fallhöhen bis zu 100 cm geeignet. Turnmatten bieten einen sicheren Stand und eignen sich deshalb für Punktlandungen, z. B. gezielte Sprünge auf die Füße.

Weichbodenmatten

Weichbodenmatten, die sehr gute Dämpfungseigenschaften besitzen, eignen sich bei Fallhöhen bis zu 2 m.

Problematisch ist, dass man in Kitas bisweilen leichtere Weichbodenmatten vorfindet, die keine ausreichenden Dämpfungseigenschaften besitzen und daher als Fallschutz nicht geeignet sind. Bei einem Sprung aus 2 Meter Höhe schlägt so eine Weichbodenmatte unter Umständen bis auf den Fußboden durch. Diese ungeeignete Weichbodenmatte ist daran erkennbar, dass bei einer Fersenprüfung ein deutlicher Widerstand fehlt und ein leichtes Zusammendrücken bis auf den Boden (siehe Abb. 4) möglich ist.



Abb. 4 Fersenprüfung – Die Weichbodenmatte schlägt bis auf den Boden durch. Sie besitzt keine ausreichenden Dämpfungseigenschaften und eignet sich nicht als Fallschutz.

Fallschutzmatten

Mittlerweile gibt es neben Turn- und Weichbodenmatten auch spezielle Fallschutzmatten. In einem Prüfzertifikat benennt der Hersteller die größtmögliche Fallhöhe, für die die Fallschutzmatte ein ausreichendes Maß an Stoßdämpfung bietet, so dass bei einem Sprung oder Sturz auf die Matte kein ernsthaftes Verletzungsrisiko besteht. Die Gerätehersteller bieten für ihre Geräte oft zugeschnittene Matten-Sets an.

Was ist beim Einsatz und der Lagerung von Matten zu beachten?

Fallbereiche weisen eine durchgehende, geschlossene Oberfläche auf. Die Matten liegen bündig aneinander und am Gerät an. Während der Nutzung wird überprüft, ob die Matten verrutscht sind. Bei Bedarf werden sie wieder zusammengeschoben. Falls Turnmatten mit Trageschlaufen zum Einsatz kommen, werden die Schlaufen unter die Matte geschoben.

Matten sind sachgerecht zu lagern und vor der Benutzung zu überprüfen. Mattenkerne dürfen nicht zusammengebrochen, durch- oder ausgetreten sein. Falls eine Matte auf dem Boden liegend oder senkrecht stehend eine deutlich spürbare Verformungsmulde aufweist, muss diese aussortiert werden.

Praxisbeispiele: Fehlerhafter Fallschutz

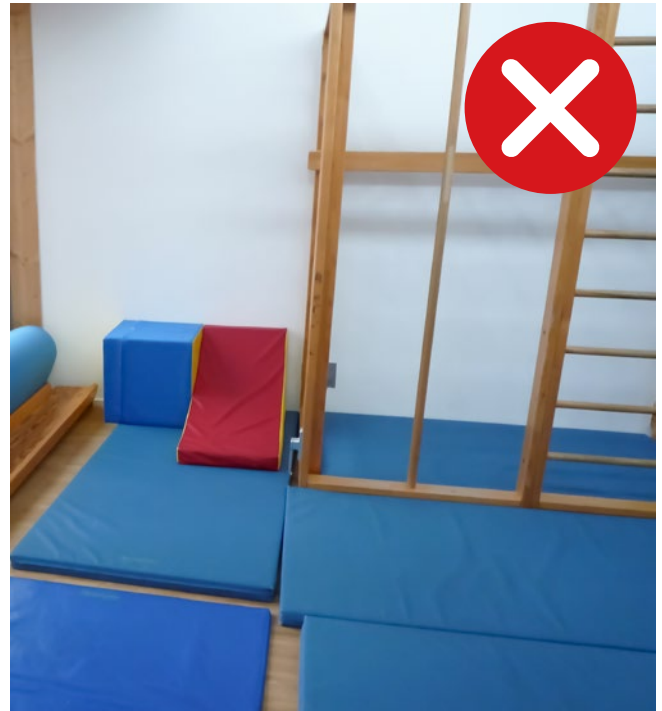


Abb. 5 Fallbereich ohne durchgehende, geschlossene Oberfläche



Abb. 6 Fallbereich ohne Matten

Ergänzend ist anzumerken, dass Matratzen, Sitzpolster, Kissen und dergleichen nicht als Fallschutz unter Spiel- und Klettergeräten geeignet sind.

4.1.3 Wie groß muss der zu sichernde Fallbereich sein?

Die Auswahl und Platzierung der Matten – insbesondere um den Fallbereich abzusichern – orientieren sich am jeweiligen Gerätemodell, dem Aufbau möglicher Gerätekombinationen, dem Entwicklungs- und Könnensstand der Kinder, der geplanten Bewegungsaufgabe sowie der zu erwartenden Bewegungsdynamik. Dabei ist auch zu beachten, dass der Fallbereich nicht nur nach vorne, sondern ggf. auch zu den Seiten ausreichend bemessen wird. Pädagogische Fachkräfte legen auf dieser Grundlage fest, wo Matten sinnvoll platziert werden.

Beispiel 1: Klettern Kinder an einer Sprossenwand (Einzel-feld bis ca. 1,0 m Breite, max. Fallhöhe 2,0 m), bietet eine Weichbodenmatte mit dem Standardmaß von mindestens 2,0 x 3,0 m in der Ausrichtung quer zur Bewegungsrichtung einen guten Schutz. Bei Sprossenwänden mit mehreren Feldern ist die Anzahl der benötigten Matten entsprechend anzupassen.



Abb. 7 Absicherung einer Sprossenwand mit einer klappbaren Weichbodenmatte

Wenn durch eine optische Markierung oder die Bewegungsaufgabe die Kletterhöhe reduziert wird, kann eine Absicherung mit Turnmatten ausreichend sein.

Auch die Rückseite der Sprossenwand muss mit Matten ausgelegt werden, sofern diese überkletterbar ist (siehe Abb. 3).

Beispiel 2: Bewegen sich Kinder an einer Gerätekombination mit einem vierteiligen Kasten von 0,90 m Höhe, kann eine Absicherung mit Turnmatten im Standardmaß 1,50 x 1,00 m ausreichend sein.



Abb. 8 Absicherung eines vierteiligen Kastens mit Turnmatten

Trotz sorgfältiger Planung und umfassender Vorüberlegungen ist bei Bewegungsangeboten Flexibilität gefragt, da sich in der Praxis oft unerwartete Spiel- und Bewegungssituationen ergeben. Deshalb ist es wichtig, diese im Blick zu behalten, potenzielle Gefährdungen frühzeitig zu erkennen und gegebenenfalls die Mattenabsicherung anzupassen oder mit den Kindern geeignete Verhaltensregeln zu besprechen.

Wenn Kinder den Bewegungsraum selbstständig nutzen – etwa im offenen Konzept oder während des Freispiels ohne unmittelbare Aufsicht – bedarf es einer gemeinsamen Reflexion im Team, welche Geräte frei zugänglich sein sollen. Sprossenwände lassen sich z. B. durch gesicherte Matten abdecken, wenn eine Nutzung ausgeschlossen werden soll.

Fallbereiche von Schaukeln

Bei Schaukeln mit kleiner Schwingweite und geringer Fallhöhe, wie z. B. Traubenschaukeln, genügen als Untergrund in der Regel Turnmatten.

Die Größe des Fallbereichs ist den Herstellerangaben zu entnehmen. Sofern hier Angaben fehlen und kleine Schwingweiten sichergestellt werden können, genügt in der Regel eine Mattenauslage von 1,50 Meter in den möglichen Schwingrichtungen (bezogen auf die Außenabmessungen der Schaukel). Auf ausreichenden Wandabstand ist zu achten.

An Decken abgehängte Schaukeln weisen häufig eine größere Schwingweite auf und erfordern einen entsprechend großen zu sichernden Fallbereich. Die Herstellerangaben sind zu beachten. Die Einhaltung der erforderlichen Rahmenbedingungen ist bereits in der Planungsphase des Schaukeleinbaus sorgfältig abzuklären, z. B. mit einem Sachkundigen für Spielplatzgeräteprüfung.



Abb. 9 Schaukel

4.2 Gerätekombinationen

Die Kombination verschiedener Geräte ermöglicht ein breiteres und attraktiveres Bewegungsspektrum als Einzelgeräte dies bieten können.

In der Praxis findet man deshalb eine bunte Palette von Kombinationsmöglichkeiten. Die Variationen reichen von der an der Sprossenwand eingehängten Bank bis hin zur komplexen Bewegungslandschaft.

Bei Planung und Aufbau derartiger Arrangements muss unter Sicherheitsaspekten folgendes bedacht werden:

4.2.1 Standsicherheit

Die Kombination von Geräten muss unter Belastung, auch durch mehrere Kinder, standsicher sein. Auch einzelne Geräteelemente dürfen sich nicht aus dem Verbund lösen. Letzteres gilt insbesondere für schwere Einzelgeräte, wie z. B. für die eingehängte Turnbank. Dabei sind auch mögliche Fehlnutzungen durch die Kinder zu berücksichtigen.



Abb. 10 Bewegungslandschaft



Abb. 11 Sprossenwand mit Bank



Abb. 12 Einhängeleiste

Besonderes Augenmerk muss der Verbindung der einzelnen Elemente gewidmet werden. Wesentlich ist dabei die Nutzung von Verbindungselementen (wie z. B. von Einhängeleisten an Turnbänken). Fehlen derartige Vorrichtungen, sollte mit dem Gerätehersteller die Nachrüstung geklärt werden. Sofern es für Gerätekombinationen keine Verbindungselemente gibt, ist auf eine ausreichend große Auflagefläche der Verbindungsstellen und ggf. auf zusätzliche Sicherung durch Seile, Gurte etc. zu achten. Bei Seilverbindungen sind haltbare Verknotungen (z. B. Palstek) anzuwenden.

4.2.2 Belastung, Gerätestatik

Sport- und Spielgeräte sind für spezifische Belastungssituationen konzipiert. Die ggf. erhöhten Belastungen durch den Anbau weiterer Geräte bzw. durch eine andere (als vorgesehene) Nutzung sind dabei in der Regel nicht oder nur z. T. berücksichtigt. Der Aufbau von Kombinationen muss daher sorgfältig erfolgen, so dass es zu keiner Fehl- oder Überlastung einzelner Geräte bzw. Bauteile kommt.

Zu Überlastungen kann es z. B. bei der Verwendung von Seilen oder Spanngurten kommen. Ein straff gespanntes Seil (noch extremer der Spanngurt = Slackline) bewirkt unter Belastung (hier genügt das geringe Gewicht eines Kindes) sehr große Zugkräfte. Befestigungspunkte, wie Sprossen, Wandhaken können dabei leicht überlastet werden und versagen. Derartige Konstruktionen bedürfen daher sorgfältiger Planung und ggf. der Beratung oder der Rücksprache mit dem jeweiligen Hersteller.

Sofern für die Gerätenutzung Wand- oder Deckenhaken erforderlich sind, hat die Anbringung in Abstimmung mit dem Hersteller und dem Kita-Träger (Gebäudetechnik) zu erfolgen. Insbesondere Deckenhaken können (je nach Belastungshöhe und Bauart der Decke) einen statischen Nachweis erforderlich machen. Wichtig ist auch die sichere Aufhängung von Schaukeln, dies kann beispielsweise durch Sicherheits-Karabiner erfolgen.

4.2.3 Fallschutz bei Gerätekombinationen

Wie beim Thema Matten bereits angesprochen, sind im Fallbereich von Geräten (abhängig von der Fallhöhe) geeignete Matten vorzusehen. Dies gilt selbstverständlich auch für Gerätekombinationen. Hier kommt allerdings eine weitere Problematik hinzu, die in der Praxis gerne übersehen wird: Durch die benachbarte Anordnung von Geräten kann es zu der Situation kommen, dass bei einem Sturz oder Sprung der Aufprall auf Teile des Nachbargerätes erfolgt. Dies gänzlich auszuschließen ist nicht immer möglich. Jedoch kann durch Beschränkung der Fallhöhe oder Abdeckung mit Matten das Verletzungsrisiko gemindert werden.



Abb. 13 Die Fallhöhe von ganz oben auf die Bank birgt eine erhöhte Verletzungsgefahr.

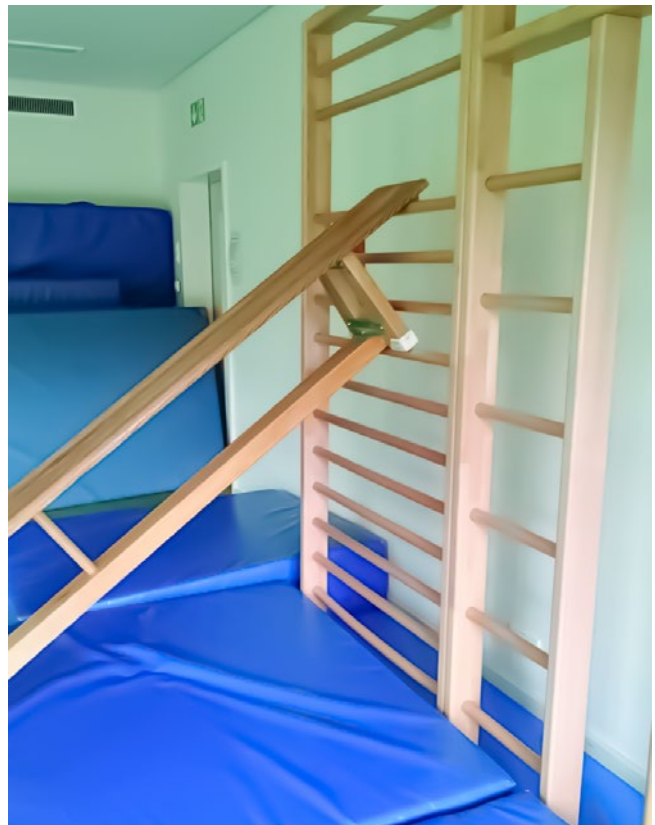


Abb. 14 Die Fallhöhe auf die Bank ist hier wesentlich geringer als in Abb. 13.

Bei einem Sturz oder Sprung von der oberen Sprosse (siehe Abb. 13 und 14) einer Sprossenwand besteht die Gefahr des Aufpralles auf die Turnbank bzw. deren Seitenkante. Bei der in Abb. 14 steil angebauten Bank stellt dies kein Problem dar. Aufgrund der starken Schräge ist die Aufprallkraft und somit die Verletzungsgefahr gering und stellt ein akzeptables Risiko dar.

Bei der flach angebauten Bank (Abb. 13) besteht jedoch eine Fallhöhe von deutlich mehr als 1 Meter auf die Bank bzw. deren Kanten. Die Verletzungsgefahr ist erheblich, eine sichere Nutzung ist nicht gegeben. Eine mögliche Sicherungsmaßnahme ist hier das Reduzieren der Fallhöhe (z. B. durch nur vorderseitiges Aufsteigen, Beschränken der Steighöhe durch Aufsicht) oder eine wirksame Abschirmung mit einer aufgelegten Matte.

Hinweis: Sofern angebaute Bänke als Rutsche genutzt werden, müssen auch am Bankende (also am Rutschenende) Matten vorgesehen werden.

4.2.4 Fangstellen

Gerätekombinationen, aber auch Einzelgeräte können Öffnungen aufweisen, bei denen die Gefahr besteht, mit einem Körperteil hängen zu bleiben. Besonders kritisch sind Öffnungen, in denen Kopf oder Hals hängenbleiben und die Füße keinen Bodenkontakt mehr haben (Strangulationsgefahr). Diese Gefahr besteht auch an Öffnungen, in welchen bei einem Durchrutschen des Körpers der Kopf hängen bleibt.

Zur Vermeidung dieser Fangstellen gibt es Größen- und Formanforderungen an Öffnungen, die streng genommen nur mittels Prüfkörper geprüft werden können. Man kann sich an den meist rechteckigen Öffnungen jedoch mit den nachstehenden Sicherheitsmaßen behelfen.

Vermeidung von Kopffangstellen

Öffnungen, die mehr als 60 cm oberhalb einer Standfläche liegen, müssen folgende Anforderungen erfüllen:

- Kinder über 3 Jahren: Öffnungsweite in einer Richtung kleiner 11 cm (Kind passt nicht in die Öffnung hinein) oder in beiden Richtungen größer 23 cm (Kind rutscht durch die Öffnung hindurch)
- Kinder unter 3 Jahren: Öffnungsweite in einer Richtung kleiner 8,9 cm oder in beiden Richtungen größer 23 cm



Abb. 15 Beispiel einer Kopffangstelle

Sofern sich U3- und Ü3-Kinder in einer Einrichtung aufhalten, ist das kleinere Maß (8,9 cm) anzuwenden.

Wenn die oben genannten Maße nicht eingehalten werden können, ist bei der Nutzung eine erhöhte Aufsicht erforderlich. Ansonsten sollte die Sprossenwand der freien Zugänglichkeit entzogen werden, z. B. durch Turnmatten, die gegen Umfallen gesichert sind.

Vermeidung von Halsfangstellen

Nach oben offene V- oder U-förmige Öffnungen, begünstigen ein Hängenbleiben mit dem Hals. Unter Einwirkung des Körpergewichtes kann es dabei zu einer Strangulation kommen.

Derartige Öffnungen sind daher zu vermeiden, wenn deren Eingang 60 cm oder mehr über dem Boden liegt. Dies gilt insbesondere für Geräte, die dem freien Spiel dienen.

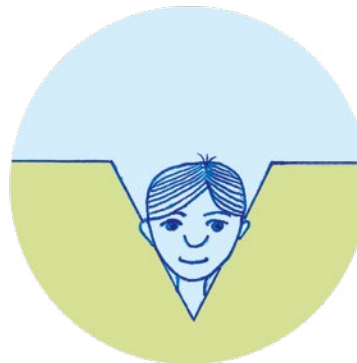


Abb. 16 Beispiel einer Halsfangstelle

Auch von Seilen, Schlaufen, Hängematten und -sitzen können Strangulationsgefahren ausgehen. Ihre Verwendung darf nur unter Aufsicht erfolgen.

5 Gerätenutzung und Qualifikation des pädagogischen Personals

In Kindertageseinrichtungen sind in der Regel eher einfache Geräte wie Sprossenwand, Kasten oder Bank vorhanden. Im Allgemeinen müsste die pädagogische Fachkraft aufgrund ihrer Vorbildung diese Geräte (auch in Kombination) beherrschen. Dies kann jedoch ausbildungsabhängig stark variieren. Pädagogische Fachkräfte müssen daher ihre diesbezüglichen Vorkenntnisse aus Aus- und Fortbildung reflektieren und entscheiden, für welche Geräte ihrerseits eine Nutzungskompetenz (Qualifizierung) vorliegt.

Sofern für die Bewegungsförderung eine (Schul-) Sporthalle genutzt wird, sind ggf. weitere Geräte zugänglich. Eine sportliche Nutzung dieser Geräte, wie Barren, Reck, Ringe, Trampolin etc. ist der Nutzung unter Anleitung der qualifizierten Lehrkraft oder sonst geeignet qualifizierter Personen vorbehalten.

Eine Einbeziehung solcher Geräte in einfache Übungen im Rahmen einer Bewegungslandschaft ist jedoch möglich. Hierzu benötigen die pädagogischen Fachkräfte die vorgenannten Grundkenntnisse und eine Unterweisung bzw. Schulung im Umgang mit diesen Geräten. Hierbei müssen die bewegungspädagogischen Aspekte sowie die besonderen Eigenschaften dieser Geräte wie auch spezifische Gefahren vermittelt werden.

Trampoline

Die Behandlung des Trampolins kann im Rahmen dieser Broschüre nicht erfolgen. Es sei daher auf die DGUV Information 202-081 „Trampoline in Kindertageseinrichtungen und Schulen“ verwiesen. Grundsätzlich ist anzumerken, dass für die Kita-Nutzung Groß-/Tischtrampoline als auch Minitrampoline nicht geeignet sind.

Generell muss bei der Nutzung von Sporthallen auch bei Verwendung einfacher Geräte, wie etwa einer Bank, eine Unterweisung aller Betreuungspersonen in die Besonderheiten der Hallennutzung durch z. B. eine Sportlehrkraft erfolgen.

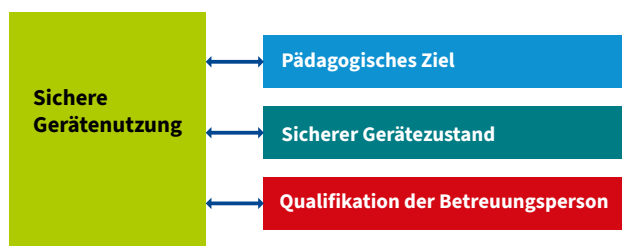


Abb. 17 Anforderungen für eine sichere Gerätenutzung

Dabei ist auf spezifische Gefahren der Hallennutzung hinzuweisen, die für fachfremde Personen oftmals nicht erkennbar sind. Hierzu gehört z. B. die Umsturzgefahr ungesicherter Hand- und Fußballtore.

In der Schulkindbetreuung besteht durch die räumliche Nähe zur Sporthalle häufig der Wunsch nach einer Nutzung von Halle und Geräten.

Grundsätzlich gelten aber auch hier die o. g. Anforderungen, mit der besonderen Betonung, dass eine sportliche Nutzung von Barren, Reck, Ringen, Trampolin etc. der Anleitung durch eine Sportlehrkraft vorbehalten ist.

Betreuungspersonen ohne bewegungspädagogische Kenntnisse müssen sich auf eine sehr einfache Hallennutzung (Ballspiele, Bänke zum Balancieren o. Ä.) beschränken. Aber auch hierzu sollte eine Unterweisung in die Hallennutzung erfolgen.

6 Geräte und Aufbauten von Bewegungslandschaften in der Praxis

Jedes Gerät bietet spezifische Bewegungsangebote und somit Fördermöglichkeiten. Diese können einzeln eingesetzt oder in einer Bewegungslandschaft kombiniert werden. Bei beiden Vorhaben ist es wichtig, die Eigenschaften der Geräte zu kennen.

Wir wollen dies im Folgenden beispielhaft für häufig verwendete bzw. vorhandene Geräte wie Matte, Sprossenwand, Bank und Schaukel tun.

Die nachstehenden Übungen sind für eine angeleitete Nutzung gedacht. Die notwendige Sicherheit kann hierbei auch durch Regelvorgabe und unmittelbare Aufsicht erfolgen (z. B. bei der Nutzung von Seilen). Bewegungsangebote für das freie Spiel sind seitens der pädagogischen Fachkraft zu reflektieren. Fehlverhalten und Fehlnutzungen sind dabei verstärkt zu berücksichtigen. So ist z. B. die Verwendung von Seilen bei Alleinaufenthalt im Bewegungsraum nicht möglich.

Etliche Übungen sind auch für Krippenkinder geeignet, wobei ggf. altersgemäße Anpassungen notwendig sind und die im Krippenalter engere Aufsichtsführung zu beachten ist.

Sicherheitsaspekte wurden in Kapitel 4 ausführlich behandelt. An dieser Stelle sollen die wesentlichen Punkte noch einmal kurz wiederholt werden:

Sicherheitsaspekte bei der Durchführung

- Gerätesicherheit kontrollieren
- Geräteaufbau überprüfen (Belastung, Stabilität, Sicherheitsabstand, Fangstellen, Verbindungen)
- Sachgerechte Seilverbindungen verwenden
- Sachgerechte Verwendung von Matten im Fallbereich gewährleisten
- klare Regeln vereinbaren, Regelverhalten beobachten und kontrollieren und ggfs. eingreifen.

6.1 Matten als Spielgerät

Matten bieten neben ihrer Fallschutzfunktion viele weitere Nutzungsmöglichkeiten für Bewegungsangebote. Da sie in der Regel in jeder Kita vorhanden sind, sollte diese Bewegungsmöglichkeiten genutzt werden. Hierzu folgen einige bewährte Vorschläge aus der Praxis. Die Übungen bieten durch weitere Variationsmöglichkeiten eine breite Bewegungspalette, sind rasch aufgebaut und decken ein weites Altersspektrum ab.

6.1.1 Inseln springen

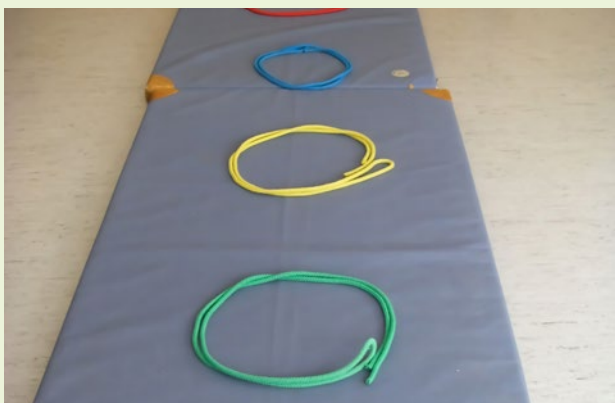


Abb. 18 Beispielaufbau eines Hürdenelements

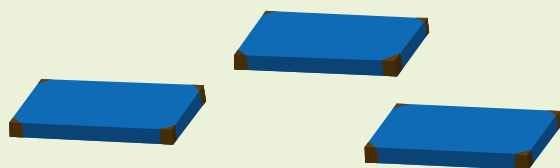


Abb. 19 Insel-Matten

Material: Matten, Teppichfliesen, Seile

Aufbau: Die Matten werden hintereinander/im Kreis/durcheinander hingelegt oder es werden z. B. Kreise mit Seilen auf eine Mattenbahn zum Springen gelegt

Bewegungsaufgaben:

- von einer zur anderen Matte springen
- mit einem anderen Kind (Handfassung) von einer zur anderen Matte springen
- alle Kinder springen gleichzeitig kreuz und quer von Matte zu Matte, dabei aufpassen, dass es keine Zusammenstöße gibt

Förderaspekte: Sprungkraft, Geschicklichkeit, Rücksichtnahme, Selbsteinschätzung

Variante:

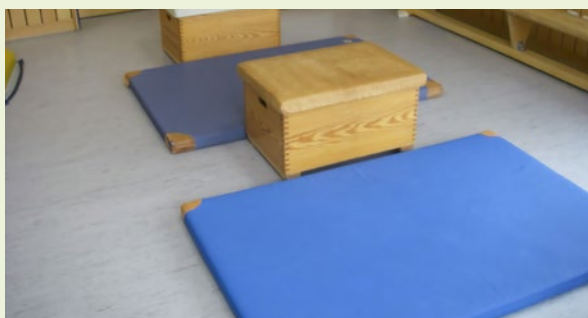


Abb. 20 Parcours-Variante mit Kästen

Material: Matten, Kästen

Bewegungsaufgabe:

- vom Kasten auf die Matte springen
- von Kasten zu Kasten springen

6.1.2 Holpriger Weg



Abb. 21 Verschiedene Formen und Materialien fördern die Wahrnehmung

Material: Matten, Halbkugeln, Tücher, diverses Kleinmaterial

Aufbau: Matten auslegen, Tücher und Kleinmaterial darauf verteilen

Bewegungsaufgaben:

- über den „holprigen Weg“ krabbeln
- blind über den Weg krabbeln:
„Was könnt ihr dabei spüren?“
- ein Tuch wird über die Materialien gelegt:
„Spürt ihr, was unter dem Tuch liegt?“
- über den Weg gehen

Förderaspekte: Krabbeln, taktile Wahrnehmung

6.1.3 Mattenrutschen



Abb. 22 Mit der Weichbodenmatte durch die Halle rutschen

Material: Weichbodenmatte

Aufbau: Weichbodenmatte mit Abstand zur Wand in den Raum legen

Bewegungsaufgaben:

- auf den Weichboden springen, so dass man mit diesem auf der glatten Seite rutscht
- zu zweit auf den Weichboden springen: Einer gibt ein Start-Kommando

Förderaspekte: Geschicklichkeit, Sprungkraft, Kooperation, Materialerfahrung, Mut

6.1.4 Mattenklatschen



Abb. 23 Wer traut sich, mit der Weichbodenmatte umzufallen?

Material: Weichbodenmatte

Aufbau: Weichboden auf seiner langen Seite aufstellen

Bewegungsaufgabe:

- mit ausgestreckten Armen bäuchlings davorstehen und mit dem Weichboden nach vorne umfallen

Förderaspekte: Risikoabschätzung, Körpererfahrung, Mut

6.1.5 Hügel



Abb. 24 Hügel aus Matte und Bank



Abb. 25 Hügel mit klappbarer Weichbodenmatte

Material: Weichbodenmatte, Bank, Turnmatten, kleine Kästen

Aufbau: Weichbodenmatte mittig über die Bank legen, rechts und links davon eine Turnmatte legen

Bewegungsaufgaben:

- über den Hügel krabbeln, gehen oder hüpfen
- sich wie ein Tier über den Hügel bewegen: „Welches Tier geht wie über den Hügel?“
- den Hügel um die Längsachse herunterrollen
- Bälle über den Hügel rollen

Förderaspekte: Krabbeln, Rollen, Hüpfen, koordiniertes Bewegungsmuster, Fantasie

6.2 Sprossenwand



Abb. 26 Vielfältig nutzbare Sprossenwand

Material: Sprossenwand, Weichbodenmatte, Bälle

Aufbau: Weichbodenmatte an die Sprossenwand legen, ggf. Bälle auf die oberen Sprossen legen

Bewegungsaufgaben:

- hoch und runter klettern
- oben auf der Sprossenwand liegen Bälle („Kokosnüsse“), die heruntergeholt werden
- an den Sprossen hängen Tücher, die heruntergeholt und wieder aufgehängt werden
- auf eine Weichbodenmatte springen und sicher auf den Füßen landen

Förderaspekte: Klettern, Springen, kreuzkoordinierte Bewegung, Kraft, Handlungsplanung, Risikoabschätzung, Mut



Tipp

Die Kinder sollen aus der Höhe springen, die sie sich zutrauen und aus der sie gut und sicher landen können!

6.2.1 Rutsche mit Bank



Abb. 27 Mit Matten gesicherte Bankrutsche

Material: Sprossenwand, Bank, Weichbodenmatte, 2 Turnmatten

Aufbau: Weichbodenmatte vor die Sprossenwand legen, Bank in die Sprossenwand einhängen, eine Matte unter und an das Ende der Bank legen

Bewegungsaufgaben:

- die Bank hochlaufen und herunterrutschen
- die Sprossenwand hochklettern und herunterrutschen
- zu zweit hintereinander rutschen
- auf einer Teppichfliese rutschen
- sich auf dem Bauch die schräge Bank hochziehen oder hochkrabbeln

Förderaspekte: Klettern, kreuzkoordinierte Bewegung, Kraft, Handlungsplanung, Materialerfahrung

Variante:



Abb. 28 Sprossenwand mit Leiter

- eine zweite Bank parallel einhängen und allein oder zu zweit rutschen
- an das Ende der Rutsche einen Stofftunnel legen und hineinrutschen
- Leiter oder Rutschbrett in die Sprossenwand einhängen

6.2.2 Steilwand



Abb. 29 Steilwand für senkrecht Klettern (Variante I)

Material: Sprossenwand, Weichbodenmatte, Tau, Strickleiter

Aufbau: Weichbodenmatte an der Sprossenwand fixieren (Spanngurt oder Seil), Tau und ggf. Strickleiter an einer der oberen Sprossen mit einem sicheren Knoten (z. B. Mastwurf, Achterknoten) befestigen



Abb. 30 Steilwand für Senkrecht Klettern (Variante II)

Bewegungsaufgaben:

- die „Steilwand“ hinauf- und wieder hinunterklettern
- von oben Bälle, die in der Sprossenwand klemmen herunterholen

Förderaspekte: Klettern, kreuzkoordinierte Bewegung, Kraft, Handlungsplanung, Mut

6.2.3 Wurfstation



Abb. 31 Stofftunnel eignen sich auch als Wurfziele

Material: Sprossenwand, Stofftunnel, Seil, Bälle

Aufbau: Stofftunnel an der Sprossenwand mit dem Seil an der Sprosse fixieren, verschieden große Bälle bereitlegen

Bewegungsaufgaben:

- die Bälle in den Stofftunnel werfen
- als Standort wird z. B. ein Therapiekreis gewählt

Förderaspekte: Material- und Sozialerfahrung, Handlungsplanung, Kognition, Auge-Hand-Koordination

6.2.4 Kugelbahn



Abb. 32 Die Bälle sollen durch das Rohr in die Kiste – hier ist Teamwork gefragt.

Material: Sprossenwand, Drainagerohr, Seil, Tennisbälle, Eimer oder Kiste/Kasten

Aufbau: Drainagerohr an der Sprossenwand mit dem Seil fixieren, Eimer mit Tennisbällen bereitstellen, ans Ende des Drainagerohrs eine Kiste oder einen umgedrehten Kasten stellen

Bewegungsaufgabe:

- erkunden, wie Bälle in das Rohr hinein- und wieder herauskommen

Förderaspekte: Klettern, Material- und Sozialerfahrung, Handlungsplanung, Kognition

6.2.5 Höhle



Abb. 33 Bei aller Bewegung ist auch ein Ruheort wichtig.

Material: Sprossenwand, Schwungtuch, Bank, Seile, Matten

Aufbau: Schwungtuch mit Seilen an der Sprossenwand und an einer anderen Stelle (z. B. umgedrehte Bank) fixieren, so dass ein Dach entsteht, Matten oder Teppichfliesen unter das Schwungtuch legen

Aufgaben zur Ruhe:

- die Höhle bietet Raum zum Zurückziehen und Entspannen
- vorlesen oder Massagen anbieten
- ruhige Musik oder Hörspiel anbieten

Spielidee: „Wer ruht sich gerne aus?“ (Tiere, Menschen, Figuren)

Förderaspekte: Entspannungsfähigkeit, Körpererfahrung

6.3 Bank



Abb. 34 Wie Raubkatzen- Balancieren mit Bänken und Reifen

Material: Bänke, Reifen, Reifenständer

Aufbau: Zwei Bänke – eine davon wird umgedreht – stehen hintereinander, Reifenständer mit Reifen auf die Bank (Sitzfläche oben) stellen

Bewegungsaufgaben:

- ausprobieren, wie man von der einen auf die andere Seite gelangt
- sich auf dem Bauch über die Bank ziehen, bspw. wie eine Schlange
- über die Bank krabbeln, wie eine Katze
- balancieren vorwärts/rückwärts/seitwärts
- mit einem Sandsack auf dem Kopf balancieren
- durch einen (gehaltenen) Reifen gehen
- zu zweit hintereinander balancieren
- aneinander vorbeigehen

Förderaspekte: Balancieren, Gleichgewicht, vestibuläre Wahrnehmung, Sozialerfahrung



Tipp

Auf der umgedrehten Bank können die Kinder auf der unteren breiten Seite balancieren und sich ggf. oben am schmalen Balken zum Üben festhalten.

Variante:

Balancierweg, Balanciereck oder -dreieck aus Bänken, Klötzen oder weiteren Balanciermaterialien bauen.

6.3.1 Schräge Bank



Abb. 35 Schräg gestellt wird die Bank zur Rutsche

Material: Bank, Matten, kleiner Kasten

Aufbau: ein Ende der Bank auf einen kleinen Kasten stellen, unter die Bank zwei Matten und um den kleinen Kasten drei weitere Matten legen

Bewegungsaufgaben:

- die Bank hinunterrutschen
- die Bank herauf und herunter balancieren
- sich auf dem Bauch über die Bank ziehen, wie z. B. eine Schlange
- über die Bank krabbeln, wie z. B. eine Katze

Förderaspekte: Balancieren, Gleichgewicht, vestibuläre Wahrnehmung

Variante:



Abb. 36 Bank mit Schmalseite nach **oben** auf einem Kasten

6.3.2 Rollbahn



Abb. 37 Schräg gestellte Bank als Rollbahn

Material: Bank, Kiste, Kasten, Ball, Matten

Aufbau: ein Ende der Bank auf einen kleinen Kasten stellen, unter die Bank zwei Matten und eine Matte vor den kleinen Kasten legen

Bewegungsaufgaben:

- den Ball so die Bank hinunterrollen, dass er unten in die Kiste fällt
- dem Ball dabei hinterher rutschen

Förderaspekte: Auge-Handkoordination, Rutschen

6.3.3 Sprungbahn



Abb. 38 Sprung von der Bank auf die Weichbodenmatte

Material: Bank, Turnmatte, Weichbodenmatte

Aufbau: Turnmatte an eine Bank stellen, Weichbodenmatte an die Turnmatte legen

Bewegungsaufgaben:

- springen
- über die Turnmatte springen
- Ziellandung auf eine Teppichfliese

Förderaspekte: Springen, Kraft, Mut



Achtung

Weichboden vor Wegrutschen sichern („Stopper-Matte“ dahinter legen/Teppichunterlage/Antirutschauflage unterlegen, sich dagegenstellen)!

Variante:



Abb. 39 Sprung vom großen Kasten auf die Matte

6.3.4 Labyrinth

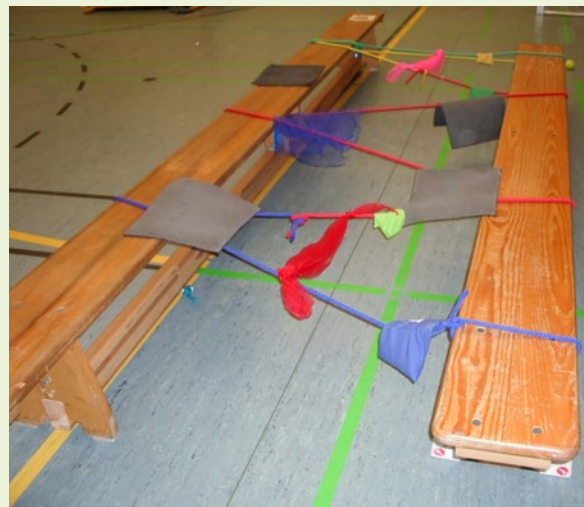


Abb. 40 Seillabyrinth mit Tüchern und Sandsäckchen

Material: 2 Bänke, Seile, Tücher, Sandsäckchen

Aufbau: zwei Bänke in einem Abstand von ca. 1 Meter aufstellen, Seile zwischen den Bänken spannen, Tücher und Sandsäckchen auf den Seilen verteilen

Bewegungsaufgaben:

- unten den Seilen durchkrabbeln, ohne etwas zu berühren
- über die Seile steigen, ohne etwas zu berühren

Förderaspekte: Steigen, Krabbeln, Achtsamkeit, Geschicklichkeit



Achtung

Seile dürfen nicht ohne Aufsicht verwendet werden, Strangulierungsgefahr!

6.3.5 Rollbank

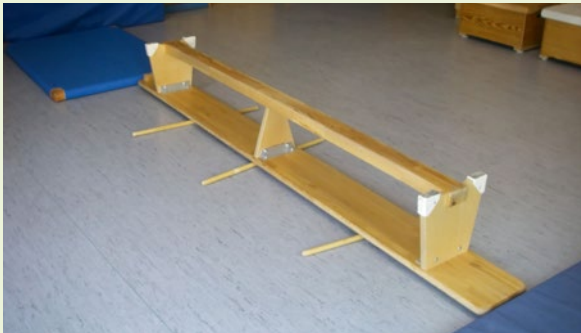


Abb. 41 Matten verhindern das Wegrollen der Rollbank

Material: 2 Turnmatten, Turnbank, 4 bis 6 Holzstäbe

Aufbau: eine umgedrehte Bank auf 3–6 Holzstäbe stellen, an die Enden der Bank mit einer kleinen Lücke jeweils eine Matte legen

Bewegungsaufgaben:

- ein Kind oder mehrere Kinder sitzen auf der Bank (wie im Bus oder in der Eisenbahn) und schaukeln vor und zurück
- über die schmale oder breite Seite der Bank balancieren

Förderaspekte: Balancieren, Gleichgewicht, vestibuläre Wahrnehmung, Sozialerfahrung



Achtung

Vorne und hinten muss ein „Anschlag“ das Wegrollen der Bank verhindern! Auf Klemmgefahr der Finger achten!



Tipp

Die Kinder können sich am oberen Teil der Bank festhalten, wenn sie auf der unteren breiten Seite balancieren.

6.3.6 Wippe



Abb. 42 Mittig auf einen kleinen Kasten gelegte Bank als Wippe

Material: Bank, kleiner Kasten, 4 Turnmatten

Aufbau: einen kleinen Kasten mit jeweils zwei Turnmatten auf jeder Längsseite fixieren, Bank mit der Sitzfläche nach unten mittig auf den Kasten legen

Bewegungsaufgaben:

- über die schmale oder breite Seite der Bank balancieren
- zwei Kinder wippen auf der Bank

Förderaspekte: Balancieren, Gleichgewicht, vestibuläre Wahrnehmung, Sozialerfahrung

Variante:



Abb. 43 Vierkantholz statt Kasten

Statt des kleinen Kastens ein Vierkantholz unter die Bank legen, dann ist die Wippe niedriger.



Achtung

Bank auf Verrutschen kontrollieren und auf Klemmgefahr von Fingern achten!

6.3.7 Tunnel



Abb. 44 Tunnel aus Matten und zwei Bänken

Material: 2 Bänke, Matten

Aufbau: die beiden Bänke mit etwas Abstand parallel aufstellen, Matten auf die Bänke legen

Bewegungsaufgaben:

- durch den Tunnel krabbeln/kriechen
- als „Schlange“, „Raupe“, „Käfer“, „Katze“ oder anderes Tier durch den Tunnel kriechen/krabbeln
- einen Ball durch den Tunnel rollen und ihn wieder zurückholen
- sich zu zweit einen Ball durch den Tunnel zurollen
- mit dem Rollbrett durch den Tunnel fahren

Spielidee: „Bär, Bär komm heraus“, der Bär kommt aus der Höhle und kann ein Kind fangen

Förderaspekte: Krabbeln, Kriechen, kreuzkoordiniertes Bewegungsmuster, taktile Wahrnehmung, Körpergrenzen spüren, Körperkenntnis

Variante: Mattentunnel



Abb. 45 Tunnel aus kleiner Matte zwischen Kasten und Wand



Tipp

Der Tunnel kann auch direkt an der Wand aufgebaut werden, das spart Geräte/Bänke ein.



Achtung

Durch das Biegen der Matte kann der Mattenkern brechen (nur ausrangierte Matten verwenden)!

Variante: Stofftunnel



Abb. 46 Stofftunnel mit kleinen Überraschungen

Auf den Boden des Tunnels Kleinmaterialien (Sandkörnchen, Schaumstoffteile) legen und darüber krabbeln.

6.4 Schwingen, Schaukeln



Abb. 47 Schaukelsack

Material: Nestschaukel oder Traubenschaukel, Hängematte, evtl. Pappröhre und Sandsäckchen

Aufbau: Nestschaukel, Traubenschaukel oder Hängematte in einen sicheren Haken an der Decke hängen

Bewegungsaufgaben:

- hin und her pendeln bzw. kleinräumig schwingen
- schwingen und dabei Sandsäckchen vom Boden heben und in ein Ziel werfen
- aus der Schaukel mit einer Pappröhre als „Fernglas“ schauen

Förderaspekte: vestibuläre Wahrnehmung, Körpererfahrung, Entspannungsfähigkeit, Auge-Handkoordination



Achtung

Die Verwendung von z. B. Seilen, Hebebändern oder Rundschlingen u. a. zur Abhängung von Schaukeln kann zu Strangulationsgefahren führen. Bitte ausschließlich von Herstellern für den vorgesehenen Zweck freigegebene Produkte verwenden und die Herstellerangaben beachten.



Abb. 48 Wippe aus Reifen und Matte

Material: 3 Holzreifen, Turnmatte, Schwungtuch

Aufbau: Turnmatte in drei Reifen legen, ggf. Schwungtuch darüberlegen.

Bewegungsaufgaben:

- hin- und herschaukeln, allein oder mit mehreren Kindern
- ein Tuch über die Reifen legen und schaukeln oder durchkriechen

Förderaspekte: vestibuläre Wahrnehmung, Körpererfahrung, Entspannungsfähigkeit, Sozialerfahrung



Abb. 49 Tunnel aus Wippe mit Schwungtuch



Achtung

Durch das Biegen der Matte kann der Mattenkern brechen (nur ausrangierte Matten verwenden)!

7 Spielideen an Gerätearrangements

Oft soll ein Gerätearrangement auch noch von einer zweiten Gruppe genutzt werden, weshalb kein Abbau erfolgt. Bei gemeinschaftlichen Bewegungsangeboten, z. B. am Ende oder Anfang der Bewegungsstunde, steht dann nur ein Teil des Bewegungsraumes zur Verfügung. Es empfiehlt sich in diesem Fall die Spielaktion im bestehenden Aufbau durchzuführen. Folgende Spielideen können dabei hilfreich sein:



Musik Stopp Spiel:

Zur Musik um die Geräte herumlaufen und bei Stopp eine Bewegungsaufgabe stellen.



Präpositionen:

Die Kinder sollen sich unter, auf, neben ein spezielles Gerät stellen, setzen, legen.



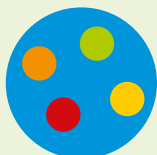
Körperteile:

Die Kinder sollen ein spezielles oder ein beliebiges Gerät mit den benannten Körperteilen berühren, z. B. mit dem Finger, Ellenbogen, Knie oder dem Fuß.



Mengen:

Die Kinder sollen sich in einer bestimmten Anzahl von Kindern pro Gerät versammeln.



Farben:

Die pädagogische Fachkraft verteilt bunte Bierdeckel auf den Geräten und die Kinder müssen diese Bierdeckel nach Ansage der Farbe suchen oder die Farbe des Geräts selbst aufrufen.



Straßen bauen:

Von einem Gerät zum anderen mit Kleinmaterialien, z. B. Teppichfliesen, Bierdeckeln, Brettern, Seilen, eine Verbindung/Straße bauen lassen.



Spinnennetz:

Die Geräte werden mit Wollfäden verbunden, so dass ein Netz entsteht, an dem man sich mit offenen oder geschlossenen Augen entlang tasten kann.



Taxi:

Eine Hälfte der Gruppe sitzt auf den Geräten verteilt und ruft ein Taxi = Rollbrett. Die andere Hälfte der Gruppe fährt auf Rollbrettern und bringt die Kunden zu einer neuen Station.



Marathon-Lauf:

Die Geräte werden als Kreis aufgebaut. Für jede gelaufene, gekletterte, gesprungene Runde gibt es eine Wäscheklammer zum Anheften an die Kleidung.



Würfelspiel Zahlen/Farben: Zahlen oder Farbkarten werden auf, unter, an den Geräten verteilt und alle Kinder laufen zu der entsprechend gewürfelten Farbkarte.



Memory-Karten:

Die Kinder erhalten eine Karte und suchen die doppelte (im Gerätearrangement versteckte) Karte.



Finger- und Singspiel:

Alle Kinder sitzen auf einer Matte. Kurze Reime, Geschichten oder Lieder werden durch Bewegungen z. B. der Finger oder Hände begleitet.



Eisenbahnfahrt um die Geräte:

Sich z. B. zu dem Lied „Eisenbahn“ von Wolfgang Hering wie ein Zug um die Geräte bewegen.

8 Literaturverzeichnis

DGUV Vorschriften- und Regelwerk

Bezugsquelle: Bei Ihrem zuständigen Unfallversicherungsträger und unter www.dguv.de/publikationen

- DGUV Information 202-018 „Klettern in Kindertageseinrichtungen und Schulen“ (Webcode: p202018)
- DGUV Information 202-035 „Matten im Sportunterricht“ (Webcode: p202035)
- DGUV Information 202-081 „Trampoline in Kindertageseinrichtungen und Schulen“ (Webcode: p202081)
- DGUV Information 202-093 „Die Jüngsten in Kindertageseinrichtungen sicher bilden und betreuen“ (Webcode: p202093)

Normen

Bezugsquelle: DIN Media GmbH, Am DIN-Platz, Burggrafenstraße 6, 10787 Berlin

- DIN EN 12503-1:2013-05 Sportmatten — Teil 1: Turnmatten, sicherheitstechnische Anforderungen

Weitere Literatur

- Krawietz, A., Krawietz, Ch., Rohr, M. und Schröder, F. P.: Heut' bin ich Pirat! – Bewegungsangebote im Kindergarten. Sportjugend Hessen (Hrsg.). Frankfurt a. M., 2022
- Largo, R. H.: Kinderjahre. Die Individualität des Kindes als erzieherische Herausforderung. München, 2023
- Scheid, V.: Evaluation der Initiative „Mehr Bewegung in den Kindergarten“, Sportjugend Hessen, Anstöße 14, Frankfurt a. M., 2010

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

Glinkastraße 40

10117 Berlin

Telefon: 030 13001-0 (Zentrale)

E-Mail: info@dguv.de

Internet: www.dguv.de

A large, solid blue rectangular area that occupies the bottom two-thirds of the page, likely serving as a design element or placeholder for a logo or image.