

# BEWEGUNG

IN EUROPÄISCHEN KINDERGÄRTEN


Gefördert durch



**Erasmus+**  
Schulbildung

**EINE BROSCHÜRE ZUM ERASMUS+ PROJEKT:  
BEWEGUNGS- UND SPORTKONZEPT -  
INNOVATION & EUROPÄISCHER AUSTAUSCH**





**"ECHTE  
WAHRHEIT  
ERLEBEN  
WIR  
DURCH DIE  
SINNE."**

NIETZSCHE

*Diese Broschüre ist das Ergebnis eines zweijährigen strategischen Partnerschaftsprojektes im Bereich vorschulischer Bildung. Das Projekt wurde über das ERASMUS+ Mobilitätsprogramm gefördert.  
Projektname: Bewegungs- und Sportkonzept - Innovation & europäischer Austausch  
Projektnummer: 2015-1-DE03-KA219-013796  
Projektzeitraum: 01.09.2015 - 31.08.2017*



# INHALT

**EINLEITUNG**

**STECKBRIEFE DER  
TEILNEHMENDEN KINDERGÄRTEN**

**LINKS ZU DEN BILDUNGSPLÄNEN  
DER TEILNEHMENDEN KINDER-  
GÄRTEN**

**UNSER BILD VOM KIND**

**DEFINITION EINES BEWEGUNGS-  
KINDERGARTENS**

**KRITERIEN EINES  
BEWEGUNGSKINDERGARTENS**

**BEFRAGUNG IN DER KITA: WAS IST  
BEWEGUNG?**

**RÄUME FÜR BEWEGUNG**

**AKTIVITÄTENBEISPIELE**

**LITERATURLISTE UND QUELLEN-  
VERZEICHNIS**





# Einleitung

Vom natürlichen Impuls der Bewegung wird der Mensch vom ersten Augenblick seines Lebens an begleitet. Eine bewegungsförderliche Umgebung für Kinder zu schaffen ist daher untrennbar mit den Aufgaben einer Kindertageseinrichtung verbunden.

Das vorliegende Heft ist das Ergebnis einer 2jährigen Kooperation von Bildungseinrichtungen aus Deutschland, Luxemburg, Tschechien und Österreich. In regelmäßigen Treffen wurden die Standards zur Bewegungsförderung der Länder erörtert, Ideen ausgetauscht und an die jeweiligen Einrichtungsmodelle angepasst und somit eine Verbesserung der Angebote im Sinne der Bewegungsförderung erreicht.

Unser Ziel ist es mit dieser Broschüre vielfältige Möglichkeiten der Bewegungsförderung im Vorschulalter zu präsentieren und die Notwendigkeit dieser zu betonen. Alle beteiligten Einrichtungen haben sich umfassend mit den Themen und Ideen befasst und sie nachhaltig in die Konzeptionen der Häuser integriert. Anderen Einrichtungen möchten wir ebenfalls diese Möglichkeiten einräumen, um künftige Generationen gesund und selbstbewusst aufwachsen zu wissen.

Wir freuen uns, wenn wir mit diesem Werk allen Interessierten Ideen liefern können und stehen weiterhin für den Austausch und zur Informationsweitergabe zur Verfügung.

# FAIRbund







Gruppenfoto mit den TeilnehmerInnen des Projektes beim länderübergreifenden  
Treffen in Wien, 03 - 04 April, 2017

*Vordere Reihe von rechts nach links:* Linda Morgenstern, Kathrin Kunze, Susanne  
Lee, Manon Block, Isabell Schiffer, Nadine Würzberger.

*Hintere Reihe, von links nach rechts:* Susanne Rade, Laurent Zimmer, Cornelia-  
Carmen Zörner, Siri Peiffer, Andrea Proniewicz



# Steckbrief Kindertagesstätte Goyastraße des FAIRbund e.V.

Adresse : Goyastraße 8

D- 04105 Leipzig

Telefon: +49 341 586 135 90

Email: nadine-wuerzberger@verein-fairbund.de

Web: [www.verein-fairbund.de/projekte/kindertagesstaetten/kita-goyastrasse/](http://www.verein-fairbund.de/projekte/kindertagesstaetten/kita-goyastrasse/)

Kontaktperson: Nadine Würzberger

Eröffnung: März 2014

Träger: FAIRbund e.V.

Öffnungszeiten: Mo - Fr, 7:00 - 17:00 Uhr

Kinderanzahl: 45 Krippenkinder, 120  
Kindergartenkinder (inklusive 6  
Integrationsplätze)

Personalzusammensetzung: Leitung,  
Sozialpädagogen, ErzieherInnen,  
heilpädagogische Fachkräfte, pädagogische  
Fachkräfte in Ausbildung, Sprachfachkräfte,  
Wirtschaftskräfte

Konzept und Schwerpunkt: Offenes Konzept  
mit Fokus auf Bewegungs- und  
Sprachförderung

Räumlichkeiten: 7 Funktionsräume, Atelier,  
Bewegungsraum, Kinderküche, Garten, Wald

Material zur Bewegungsförderung:  
Schwungtücher, Wippe, Rollbretter, Bälle,  
Kinderfahrzeuge, Kletterwand, usw.

Innovation: Herbstfest zum Thema Bewegung,  
Ausbau angeleitete Bewegungsangebote,  
Anschaffen von Materialien zur  
Bewegungsförderung, Weiterbildungen,  
alltagsintegrierte Bewegungen (z.B. in  
Morgenkreisen), Tanzangebote, Ausbau  
Bewegungsraum Wald





# Steckbrief Maison Relais Origer

Adresse : 11,rue Origer  
L- 4271 Esch Alzette  
Telefon: +352 27 54 8640  
Email: siri.peiffer@villeesch.lu,  
claudine.meisenburg@villeesch.lu  
Web: www.esch.lu

Kontaktperson: Peiffer Siri, Meisenburg  
Claudine

Eröffnung: 2011

Träger: Gemeinde Esch

Öffnungszeiten: Mo - Fr, 5:30 - 20:30 Uhr

Kinderanzahl: 49 Krippenkinder

Personalzusammensetzung: Sozialpädagogen,  
Erzieher, Hilfserzieher, Hilfsköchin

Konzept und Schwerpunkt:  
Multifunktionsräume, Partizipation,  
Bewegung und Sprache

Räumlichkeiten: Untere Ebene:  
Hauptaufenthaltsraum, 2 Räume zum Essen  
und Schlafen. Obere Ebene: 3 miteinander  
verbundene Aufenthaltsräume. Draußen: Hof  
und Garten, Spielplätze in unmittelbarer Nähe

Material zur Bewegungsförderung: Tunnel,  
Zelte, Roller, Bobbycars, Dreiräder,  
Bällebad, Seile, Bälle, Frisbee, Hopsbälle,  
Crosstrainer, Schwungtücher, Turnmatte,  
Turnbalken, Zahlenteppich

Innovation: Umstrukturierung der  
Gruppenräume zu Funktionsräumen,  
Platz in den Räumen geschaffen um den  
Kindern mehr Bewegungsmöglichkeiten zu  
bieten



# Steckbrief Maison Relais Spillhaus

Adresse : 51, rue Large  
L- 4204 Esch Alzette  
Telefon: +352 27 54 3066  
Email: manon.block@villeesch.lu,  
arani.martine@villeesch.lu  
Web: www.esch.lu

Kontaktperson: Manon Block, Arani Martine

Eröffnung: 1946

Träger: Gemeinde Esch

Öffnungszeiten: Mo - Fr, 6:30 - 19:00 Uhr

Kinderanzahl: 37 Krippenkinder, 34  
Kindergartenkinder

Personalzusammensetzung: Sozialpädagogen,  
Erzieher, Hilfserzieher, Hilfsköchin

Konzept und Schwerpunkt:  
Multifunktionsräume, Partizipation,  
Bewegung und Sprache

Räumlichkeiten: Untere Ebene: 3  
Gruppenräume mit 2 Nebenräumen,  
Badezimmer mit Wickeltisch, Personal WC mit  
Dusche, Küche. Obere Ebene: 2  
Gruppenräume, Badezimmer, Personal WC,  
Abstellraum mit Backofen und Kühlschrank.  
Draußen: Parkgelände mit Spielplatz und  
Schwimmbad

Material zur Bewegungsförderung: Tunnel,  
Zelte, Roller, Bobbycars, Dreiräder,  
Bällebad, Seile, Bälle, Frisbee, Hopsbälle,  
Crosstrainer, Schwungtücher, Turnmatte,  
Turnbalken, Zahlenteppich

Innovation: Mehr Platz für freie Bewegung,  
neues Material für drinnen und draußen,  
Sommerfest zum Thema Bewegung,  
Sensibilisierung des Personals und der Eltern  
für mehr Bewegung, gesunde Ernährung





# Steckbrief Německá škola v Praze s.r.o - Zahraniční škola a gymnázium

Adresse: Schwarzenberská 1/700  
CZ-15800 Praha 5 – Jinonice  
Fon +420 235 312 776  
Fax +420-235 311 703  
Mail: [cornelia.zoerner@dsp-praha.cz](mailto:cornelia.zoerner@dsp-praha.cz)  
Web: [www.dsp-praha.cz](http://www.dsp-praha.cz)

Kontaktperson: Cornelia-Carmen Zörner

Eröffnung: 1990

Träger: Stiftung Deutsche Schule Prag (mit  
Sitz in Hamburg)

Öffnungszeiten: Mo - Fr, 7:45 - 16:00 Uhr

Kinderanzahl: 65 Kindergartenkinder

Personalzusammensetzung: ausgebildete  
Fachkräfte und Hauswirtschafterin

Konzept und Schwerpunkt: "Lernen mit Kopf,  
Herz und Hand". Projektarbeit, Deutsch als  
Fremdsprache, Deutsch als Zweitsprache,  
Spracherziehung, Sport- und Bewegungs-  
angebote

Räumlichkeiten: 3 Gruppenräume, 1  
Kreativraum, 1 Bewegungsraum, Küche, Bad,  
Mitbenutzung der Sporthalle und eines  
Gymnastikraums und des Sportplatzes der  
Deutsche Schule Prag, ökologisch gestaltetes  
Außengelände

Material zur Bewegungsförderung:  
Wasserpumpe, Matschtisch, Klettergerüst für  
drinnen, Vogelnechtschaukel, breite  
Sozialrutsche, Weidentunnel, Dreiräder,

Sportgeräte, Fallschirmtuch und vieles mehr

Innovation: Durch den Austausch mit anderen  
ErzieherInnen und das Erasmusprojekt ist  
unser Blick auf die Bewegungsmöglichkeiten  
und die Umsetzung in unserer Einrichtung  
noch sensibilisierter.

Wir werden unsere Angebote an  
bewegungsförderlichem Material im Innen-  
und Außenbereich erweitern.

Eine Kollegin hat mit der Ausbildung zur  
Bewegungspädagogin begonnen und das  
ganze Team möchte sich im Bereich Bewegung  
und Sport weiter- und fortbilden.





# Steckbrief riOriO Tanz- und Bewegungskindergarten

Adresse : Schottenfeldgasse 72/9-10

A- 1070 Wien

Telefon: +43 680 23 14 352

Email: office@riorio.at, susi@riorio.at,  
isabell@riorio.at

Web: www.riorio.at

Kontaktperson: Susanne Lee, Isabell Schiffer

Eröffnung: Juni 2013

Träger: Verein arriOla – Sportverein zur  
Förderung junger Tanztalente

Öffnungszeiten: Mo - Do, 7:00 - 17:00 Uhr, Fr  
7:00 - 16:00

Kinderanzahl: 44 Kindergartenkinder, 8  
Schulkinder (Nachmittagsbetreuung)

Personalzusammensetzung:  
ElementarpädagogInnen, TanzpädagogInnen,  
Kindergartenassistenten, Köchin

Konzept und Schwerpunkt: Offene Gruppen,  
Bewegung und Tanz

Räumlichkeiten: 2 Gruppenräume,  
Waschraum, Personal WC, Küche, Hof  
(Außenbereich), Tanzstudio arriOla (600 qm -  
direkt unterm Kindergarten), Garderobe

Material zur Bewegungsförderung: Pikler-  
Leiter, diverse Schaukeln, Kletterseil,  
Schwungtuch, Stelzen, Seile, Rollbretter,  
Schaukel- und Balancierbrett, Rutsche, große  
Schaumstoffbausteine, diverse Matten,  
Balanciermauer usw.

Innovation: Mit der Teilnahme am Erasmus  
Projekt hat sich unser Bild vom Kind verändert  
und wir haben nach langen Prozessen unsere  
Gruppenräume umgestellt, um mehr  
Bewegungsfreiräume zu schaffen. Zusätzlich  
ermöglichen wir Entspannungs- und  
Ruheflächen. Die Kinder haben weiterhin die  
Möglichkeit an den vier Tanzkursen pro  
Woche teilzunehmen. Neue Materialien, wie  
ein Balancierbalken, div. Schaukeln und eine  
Leiter mit Rutsche werden von den Kindern im  
Alltag im Spiel verwendet.





# Links zu den Bildungsplänen der teilnehmenden Kindergärten

## **Kindertagesstätte Goyastraße des FAIRbund e.V.:**

Bildungsplan Sachsen: <http://www.kita-bildungsserver.de/praxis/publikationen/aktuelle-publikationen/begleithefte-zum-saechsischen-bildungsplan-elternbegleithefte-in-deutsch-und-anderen-sprachen/>

## **Maison Relais Origer & Spillhaus:**

[https://www.enfancejeunesse.lu/de/educational\\_practice\\_subs/downloads](https://www.enfancejeunesse.lu/de/educational_practice_subs/downloads)

## **Německá škola v Praze s.r.o - Zahraniční škola a gymnázium**

Bildungsplan Baden-Württemberg, Deutschland: <http://www.km-bw.de/KINDERGAERTEN-BW,Lde/Startseite/Fruehe+Bildung/Koerper>

Bildungsplan Tschechische Republik: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2004-561#cast2>

## **riOriO Tanz-und Bewegungskindergarten**

Bildungsplan Wien MA 10 : <https://www.wien.gv.at/bildung/kindergarten/pdf/bildungsplan.pdf>

## **Bundesländerübergreifender Bildungsrahmenplan**

[https://www.bmb.gv.at/ministerium/vp/2009/bildungsrahmenplan\\_18698.pdf?5te6qh](https://www.bmb.gv.at/ministerium/vp/2009/bildungsrahmenplan_18698.pdf?5te6qh)

## **Modul für Fünfjährige**

<https://www.bmfj.gv.at/dam/jcr:0712dc77-f8f3.../Modul%20fuer%205-Jaehrige.pdf>



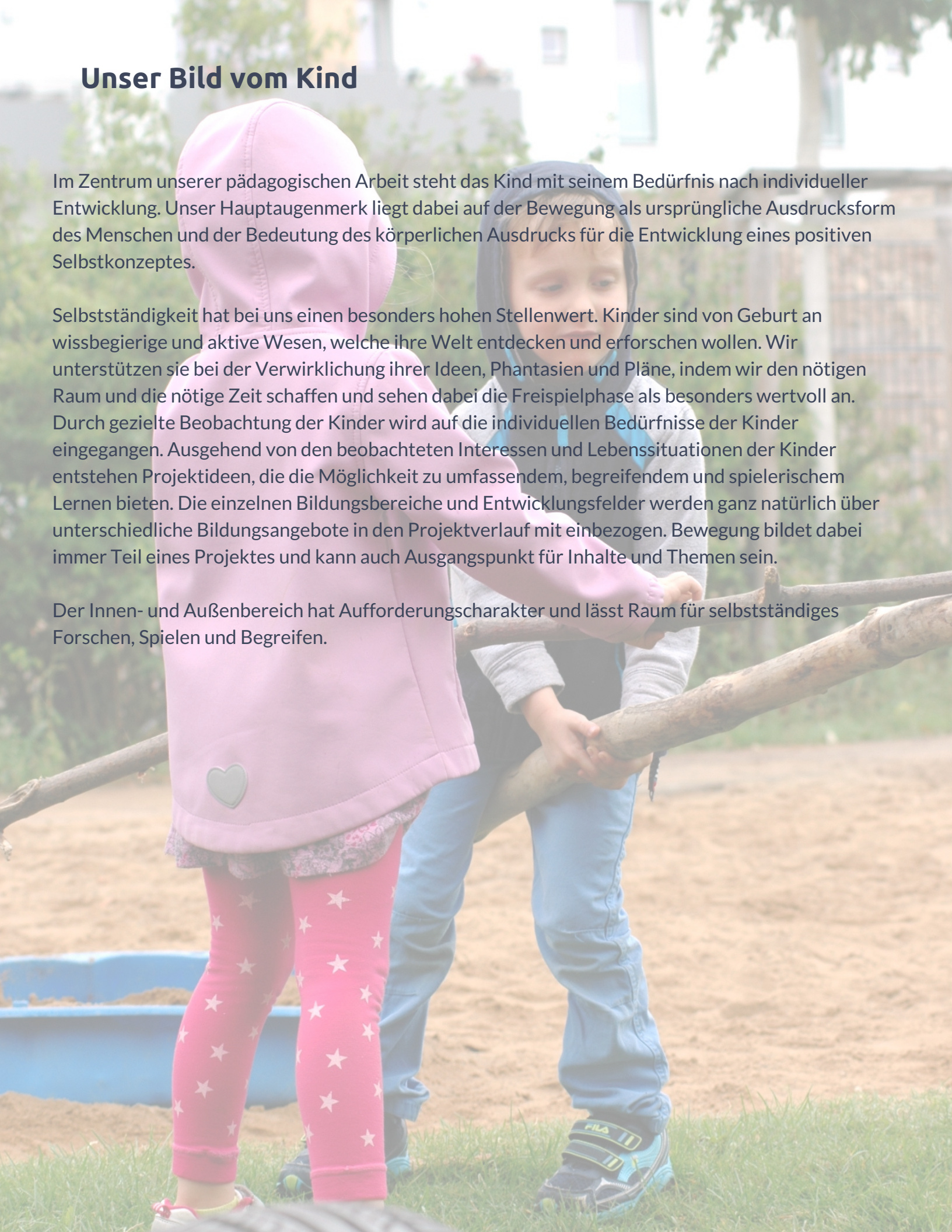


## Unser Bild vom Kind

Im Zentrum unserer pädagogischen Arbeit steht das Kind mit seinem Bedürfnis nach individueller Entwicklung. Unser Hauptaugenmerk liegt dabei auf der Bewegung als ursprüngliche Ausdrucksform des Menschen und der Bedeutung des körperlichen Ausdrucks für die Entwicklung eines positiven Selbstkonzeptes.

Selbstständigkeit hat bei uns einen besonders hohen Stellenwert. Kinder sind von Geburt an wissbegierige und aktive Wesen, welche ihre Welt entdecken und erforschen wollen. Wir unterstützen sie bei der Verwirklichung ihrer Ideen, Phantasien und Pläne, indem wir den nötigen Raum und die nötige Zeit schaffen und sehen dabei die Freispielphase als besonders wertvoll an. Durch gezielte Beobachtung der Kinder wird auf die individuellen Bedürfnisse der Kinder eingegangen. Ausgehend von den beobachteten Interessen und Lebenssituationen der Kinder entstehen Projektideen, die die Möglichkeit zu umfassendem, begreifendem und spielerischem Lernen bieten. Die einzelnen Bildungsbereiche und Entwicklungsfelder werden ganz natürlich über unterschiedliche Bildungsangebote in den Projektverlauf mit einbezogen. Bewegung bildet dabei immer Teil eines Projektes und kann auch Ausgangspunkt für Inhalte und Themen sein.

Der Innen- und Außenbereich hat Aufforderungscharakter und lässt Raum für selbstständiges Forschen, Spielen und Begreifen.





# Definition eines Bewegungskindergartens

Das Konzept eines Bewegungskindergartens geht davon aus, dass Spiel und Bewegung grundsätzliche Formen der kindlichen Aktivität darstellen und der Mensch als Ganzheit betrachtet wird. Bewegung ist somit von enormer Bedeutung für die ganzheitliche Entwicklung des Kindes und Bewegungserfahrungen die Grundlage für die kindliche Identitätsbildung.

Ziel eines Bewegungskindergartens ist es, dass Bewegung im pädagogischen Alltag einen großen Stellenwert einnimmt. Dem Kind soll ermöglicht werden selbstbestimmt Bewegungsräume aufzusuchen, wobei das pädagogische Personal flexibel und offen auf die Interessen und Themen der Kinder eingeht. (Planung und Offenheit stehen dabei laut R. Zimmer nicht im Widerspruch, sondern ergänzen sich.) Darüber hinaus sollen Bewegungskindergärten der aktuellen Bewegungsarmut in der heutigen Zeit entgegenwirken sowie Bewegungseinschränkungen ausgleichen.



# Kriterien eines Bewegungskindergartens

Wenn ein Kindergarten den Titel "Bewegungskindergarten" anstrebt, kann sich die Einrichtung durch eine Zertifizierungsstelle zum "anerkannter Bewegungskindergarten" zertifizieren lassen. Um den Titel zu erhalten, müssen bestimmte Kriterien erfüllt werden - die genauen Kriterien hängen vom Zertifizierungsgeber ab.

Die Idee, gemeinsame Kriterien zu sammeln, fanden wir sehr nützlich: so konnten wir uns einfacher einigen, was unsere Definition vom Bewegungskindergarten ist.

Im Rahmen unserer Partnerschaft haben wir neun Kriterien benannt, welche nach unserer Meinung unerlässlich sind, wenn sich eine Kita als Bewegungskindergarten betrachten möchte.

Diese sind:

1. Raum für Bewegung und Natur als Bewegungsraum
2. Rolle der ErzieherInnen
3. Materialien und Geräte
4. Elternarbeit
5. Ganzheitlichkeit
6. Variabilität und Flexibilität
7. Bewegung und Entspannung
8. Angeleitete und freie Bewegungsangebote, Zeit und Häufigkeit der Bewegung
9. Ernährung



# Kriterien eines Bewegungskindergartens - Raum für Bewegung und Natur als Bewegungsraum

Um dem natürlichen Bewegungsdrang nachzukommen, benötigen Kinder Räume, welche ausreichend Platz für großräumige Aktivitäten und Bewegungsspiele bieten. Ein Bewegungskindergarten sollte daher über genügend Raum verfügen, der Bewegungsangeboten vorbehalten wird und mit verschiedenen kindgerechten Geräten und Materialien ausgestattet ist. In einem Bewegungskindergarten sind die Orte, an denen Bewegung stattfinden kann allerdings nicht an die Turnhalle/den Bewegungsraum gebunden.

**Bewegungsraum:** Generell sollte in Kindertageseinrichtungen mit dem Schwerpunkt Bewegung ein geeigneter Raum für angeleitete Bewegungsangebote vorhanden sein bzw. geschaffen werden. Er bietet genügend Platz und Ausstattung für variable und altersentsprechende Angebote. Groß- und Kleingeräte wie Kletterwände, Kästen, Matten, Bänke, Schwebebalken und entsprechende Veränderungsmöglichkeiten sind wünschenswert. Haken und Schienen an der Decke eignen sich besonders dafür und ermöglichen immer neue Ideen und Varianten in den Angeboten bzw. im Aufbau der Geräte.

**Gruppenraum:** Die Gruppenräume sollten ebenfalls bewegungsanregend, flexibel und inspirierend für Bewegungen gestaltet werden.

**Flure:** Alle Flure, Ecken und sonstige Nischen sollten zur Bewegung einladen und mit verschiedenen Materialien flexibel nutzbar sein. Räume mit Sinnes- und Wahrnehmungsangeboten integrieren sich sinnvoll in die Wahrnehmungsmöglichkeiten der Kinder in bewegungsfreudigen Kindergärten.

**Außengelände:** Im städtischen Raum wird die Bewegung immer mehr eingeschränkt und „verbaut“. Daher gilt es in den Kitas abwechslungsreiche Außengelände mit Hügeln, Mulden, Wegen, Mauern, Wasserstellen, Klettermöglichkeiten, Schaukeln, Rutschen und Balanciermöglichkeiten zu schaffen. Die Kinder schaffen auf Bewegungsbaustellen auf kommunikative Weise immer neue Konstruktionen und Bewegungsanlässe selbst.

**Wald:** Um die Bewegung im Freien zu ergänzen, bieten sich Ausflüge in den Wald bzw. Park an. Dort können die Kinder natürliche Bewegungsanforderungen wie balancieren, springen, hangeln und konstruieren mit Naturmaterialien erfahren. Die Kooperation mit Gleichaltrigen und das Einschätzen eigener Stärken und Schwächen schärfen das Selbstbild der Kinder. Die Ruhe des Waldes sensibilisiert die Sinne und der Lauf der Natur kann aufmerksam beobachtet werden. Das Einhalten von Regeln bei solchen Ausflügen zeigt Respekt vor der Natur mit ihren Pflanzen und Lebewesen auf.

# Kriterien eines Bewegungskindergartens - Die Rolle der ErzieherInnen

Als förderliche Dimensionen in der Begegnung zwischen ErzieherInnen und Kind dienen Achtung, Wärme und Rücksichtnahme, einführendes, nicht-wertendes Verstehen, Echtheit und Aufrichtigkeit, sowie fördernde, nicht dirigierende Einzeltätigkeiten.

Den Kindern Bewegungserfahrungen im Alltag ermöglichen und diese fördern und den Bewegungsdrang der Kinder z.B.: im freien Spiel zulassen.

Hilfe Kindern nur anbieten, nicht aufdrängen.

Pädagogisch sich mit dem kindlichen Bewegungsdrang und dessen Förderung auseinanderzusetzen, auf die individuellen Bedürfnisse eingehen. Das eigene Erziehverhalten zu überprüfen zu reflektieren: „Kann ich es zulassen? Kann ich es mit meinem Gewissen vereinbaren?“ Hierzu gehört auch das Annehmen und Zulassen von eigener Unsicherheit. Durch die den Kindern gegenüber gezeigte Achtung lernen die ErzieherInnen Achtung vor sich selbst und erwerben eine positive Gefühlseinstellung sich selbst gegenüber.

Sensibilisiert dafür sein, dass Kinder durch Bewegung lernen.

Die Eltern nachhaltig über die pädagogische Arbeit im Bereich Bewegungserziehung zu informieren.

Das Thema Bewegung mit den Eltern gemeinsam erarbeiten.

Öffentlichkeitsarbeit

Im beruflichen Alltag Bewegung nicht nur fördern, sondern auch leben. Das betreuende Personal bewegt sich selbst auch gerne.

Raum und Zeit geben: „Erziehung und Bildung sollen den Bedürfnissen der Kinder nach sinnlicher Wahrnehmung und Bewegung entsprechen.“

Die Umgebung der Kita gemeinsam mit den Kindern erkunden.

Gemeinsames Bewegen.

Eventuell zusätzliche Ausbildung mit Schwerpunkt Bewegungserziehung (Tanzpädagogik, Motopädagogik, Sportpädagogik, Yoga, etc.).



# **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Materialien und Geräte**

Kinder brauchen Geräte und Materialien, welche ein selbstständiges, kreatives Experimentieren zulassen, alle Sinne ansprechen und sie in ihren psychomotorischen Fähigkeiten unterstützen und fördern.

"Im Vordergrund sollte das eigene Entdecken und Erproben der Geräte stehen. So können sich Kinder neben dem Erwerb und der Verbesserung motorischer Fähigkeiten und Fertigkeiten bereits erworbener Kompetenzen versichern, Fantasie entwickeln und darüber hinaus Erfahrungen über die physikalischen Eigenschaften der Geräte sammeln."

# **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Elternarbeit**

Bei Elternarbeit handelt es sich um Erziehungspartnerschaft zwischen Eltern und pädagogischen Fachkräften. Hauptinteresse dieser Zusammenarbeit ist der Bildungs- und Entwicklungsprozess der Kinder. Eine Grundlage einer solchen Zusammenarbeit bildet das gegenseitige Vertrauen.

Elternkooperation bedeutet:

- Absprache gemeinsamer Aktivitäten
- Austausch von Erfahrungen über den Bildungsstand der Kinder
- Erarbeitung gemeinsamer Bildungsziele
- Unterstützung im familiären Erziehungsfragen
- Verbesserung der Beziehungen zwischen Eltern und Einrichtung
- Vernetzung aller für Kinder und Eltern relevanten Einrichtungen

Die Räumlichkeiten sollten so gestaltet sein, dass Eltern sich wohlfühlen und es zu einem regen Austausch kommen kann, wie zum Beispiel durch klare Orientierungen, elternbezogene Räume oder „sprechende Wände“.

## **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Ganzheitlichkeit**

Ganzheitliche Sicht geht von einem Menschenbild aus, das alle Bereiche des Menschseins berührt.

Lernen ist ganzheitlicher Reifungsprozess von Geist, Körper und Psyche als ein sich ständig weiterentwickelndes Zusammenspiel von Sinneswahrnehmung, Denkleistung, Bewegungsabläufen und Gefühlen.

## **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Variabilität und Flexibilität**

Der erste Schritt, den Bewegungsbedürfnissen der Kinder nachzukommen, liegt im Überdenken der Raumgestaltung. Nur durch eine flexible Raumgestaltung kann man den individuell ganz verschiedenen, von der Tageszeit, der aktuellen Situation und auch von der Person des Kindes abhängigen Bedürfnissen nach Ruhe und Bewegung gerecht werden.

Eine flexible Raumnutzung kann durch Wand- und Deckenschienen, an denen Seile, Schnüre, Ringe oder Trapez angebracht werden können, erreicht werden. Ösen und Haken müssen in solchen Schienen höhenverstellbar sein.

Die Geräte und Materialien sollen gut variabel sein. Durch die Möglichkeit von Veränderungen beinhalten diese vieldeutige Spielvarianten.

Durch die vielseitige Verwendbarkeit können die Geräte und Materialien von jüngeren und älteren, schwächeren und leistungsstärkeren Kindern benutzt werden.



# Kriterien eines Bewegungskindergartens - Bewegung und Entspannung

Nach Renate Zimmer stellen Ruhe und Bewegung elementare Grundbedürfnisse der Kinder dar. Bestandteile können daher in den Kindertagesstätten folgende sein:

- Dem natürlichen Bewegungsdrang nachkommen und Freude an der Bewegung erleben
- Unterschiedliche ganz- und teilkörperliche Bewegungsmöglichkeiten erproben
- Bewegung als kreative Ausdrucksmöglichkeit erleben
- Verschiedenartige Bewegungen mit verschiedenen Materialien und Geräten ausprobieren
- Sich in Bewegungsabläufe einfühlen und diese nachahmen
- Bewegungsmöglichkeiten in verschiedenen Lagen erproben
- Spiele mit unterschiedlichen Materialien und Geräten (auch Behelfsmaterial und Mobiliar)
- Bewegungsfreundliche Raumgestaltung (Gruppenräume, Bewegungsraum, Flure, Eingangshalle etc.), die auch zu sinnlichen Erfahrungen und selbstorganisiertem Spielen auffordern
- Außengelände (Kletterbaum, Roll- und Fahrgeräte etc.)
- Kindgerechte Geräteausstattung zur Durchführung von Bewegung, Spiel und Sport
- Offene Bewegungsangebote (Bewegungsbaustelle etc.) bzw., die sich im freien Spiel ergeben
- Regelmäßige Bewegungsangebote, die von den ErzieherInnen betreut und vorbereitet werden
- Bewegungsstunden (Regelspiele, Tanzen, Geräteangebote etc.) Entspannung und Ruhe (Snoezelen-Raum etc.)
- Öffentlichkeitsarbeit (Vorträge zu „Kindheit und Bewegung“ etc.)
- Spiel- und Bewegungsfest (Festival der Sinne, Olympische Spiele etc.)
- Projekte (Waldtage, Sinnesgarten etc.)
- Psychomotorische Förderung (Kleingruppen, Kinder mit besonderen Bedürfnissen etc.)
- Elternarbeit (Elternabende mit Bewegung, Spieltage etc.)
- Kooperation mit Sportverein
- Anthropologische Grundannahme: Kind als Bewegungswesen (Bild des Kindes)

Ein Bewegungskindergarten sollte auch vorübergehend ein Ort der Stille sein, der Ruhe, der inneren Bewegung, in der Wege zum In-sich- Hineinhören, zur Konzentration und Entspannung gefunden werden: Stilleübungen, Stillemomente, Atemspiele, Spannung (Anspannung) und Entspannung, progressive Muskelrelaxation, Verbesserung der Wahrnehmung, Massageübungen, Fantasiereisen, Traumstunden, Ruhebilder, Entspannungsgeschichten

# Kriterien eines Bewegungskindergartens - Angeleitete und freie Bewegung

## Geplante Bewegungsangebote

Zeitlich geplante Bewegungsangebote, in denen bestimmte, selbstgewählte Themen im Vordergrund stehen, gehören zu den regelmäßigen Bewegungsangeboten eines Bewegungskindergartens dazu. In diesen Stunden können je nach Schwerpunktsetzungen die verschiedensten Themen behandelt werden. Von Bewegungsgeschichten, die anhand einer Bewegungslandschaft erlebt werden, über Lauf- und Fangspiele, Tanz, Rhythmik und Musikgeschichten sowie Singspiele, bis hin zur Förderung der verschiedensten motorischen Fähigkeiten, wie Koordination und Gleichgewicht. Die Dauer dieser geplanten, regelmäßigen Stunden belaufen sich in der Regel auf 30-40 Minuten, so Zimmer. Die Erzieher haben darauf zu achten, dass sie die Kinder altersentsprechend fordern und fördern. Bewegungsstunden haben kein starres Ablaufschema, sie gestalten sich meist in einem Wechselspiel von freien Spielzeiten und von ErzieherInnen angeleiteten Übungen zur Erweiterung des Bewegungsrepertoires. Nach Zimmer bietet es sich erfahrungsgemäß zu Beginn einer Bewegungsstunde an, ein bewegungsintensives Spiel durchzuführen, dann ein gewünschtes Thema der Kinder oder ein selbst vorbereitetes zu behandeln, und zum Abschluss der Stunde ein Lied zu singen, einen Tanz oder Entspannungsübungen durchzuführen.

## Offene, freie Bewegungsangebote

Um den individuellen Bedürfnissen der Kinder nachzukommen, sollten täglich offene Bewegungsangebote wahrgenommen werden können, bei denen sie frei entscheiden, ob sie sich daran beteiligen oder nicht. Die Kinder haben dadurch die Möglichkeit, je nach Bedürfnislage, sich in dieser Zeit zurückzuziehen oder auszutoben. Es sollten je nach Voraussetzungen, hierbei die Möglichkeit bestehen, sich drinnen und draußen zu beschäftigen, sei es mit der Bewegungsbaustelle, oder den vorhandenen Gerätschaften und Materialien des Außengeländes. Des Weiteren sollte der Bewegungsraum zu bestimmten Zeiten und nach bestimmten Regelungen zugänglich sein, sodass die Kinder die Möglichkeit haben ihre eigene Bewegungslandschaft aufzubauen. Situativen, spontanen Bewegungsgelegenheiten wird durch das offene Bewegungsangebot Platz und Zeit eingeräumt.

Emmi Pikler entdeckte schon in den 1930er Jahren, dass ein Kind, dem man dafür genügend Zeit lässt, sämtliche Bewegungsarten von allein herausfindet und trainiert. Die Kleinen erproben eine neue Bewegungsart erst dann, wenn sie sich in der vertrauten absolut sicher sind und diese jederzeit von sich aus einnehmen oder verlassen können.

„Natürlich dürfen Sie Ihrem Kind Anreize geben, etwas Neues auszuprobieren.“





# Befragung in der Kita: Was ist Bewegung ?



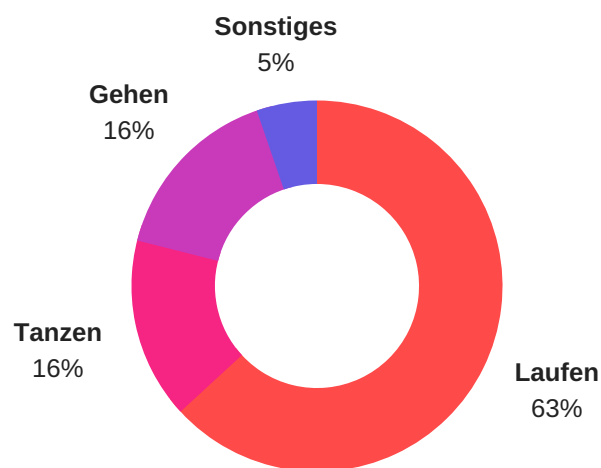
Bei unserem ersten Treffen haben wir uns dazu verständigt, dass sowohl die Kinder als auch die Eltern aller teilnehmenden Kindergärten befragt werden sollen zum Thema "Was ist Bewegung?" Somit wurden sie im Projekt besser eingebunden.

Gemeinsam mit den Projektpartnern wurde beim ersten Treffen in Leipzig ein Kinderfragebogen erstellt. Ziel der Befragung war, den Wissensstand, die Wünsche und Bedürfnisse der Kinder im Bezug auf Bewegung zu erfahren.

Da in den Kindergärten Selbstständigkeit und Selbstbestimmung im Vordergrund stehen, war es uns ein besonderes Anliegen, dass jedes Kind seine eigene Meinung dazu abgeben kann. Auch die Jüngsten wurden mit pantomimischer Unterstützung bestmöglich befragt. Es wurden offene Fragestellungen mit Hilfe von unterstützenden Zusatzfragen angewandt.

Die Eltern in unseren Kindergärten zeigten großes Interesse und Bereitschaft die Fragebögen gewissenhaft auszufüllen. Grundsätzlich konnten alle Fragen ohne Erklärung beantwortet werden, bis auf die Single-Choice-Frage zum Punkt „Beispiele von Sicherheit an Bildern“. Hier wurde des Öfteren nachgefragt, was die Bedeutung der Bilder sei. Nach kurzer Beschreibung war auch dieser Punkt klar.

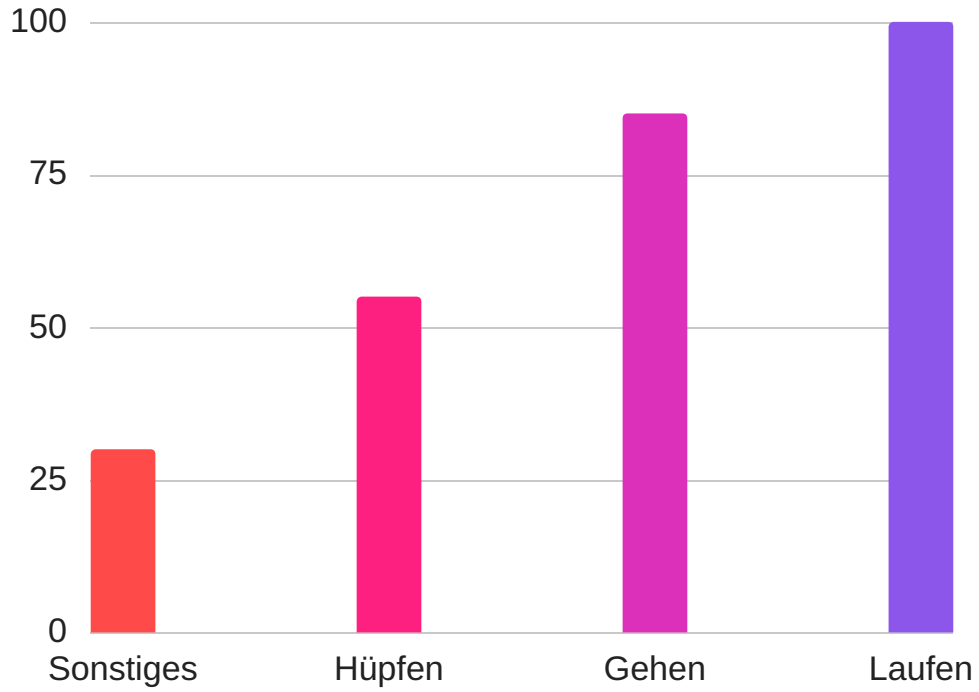
Die verwendeten Fragebögen für Kinder und Eltern stehen im Anhang zur Verfügung.



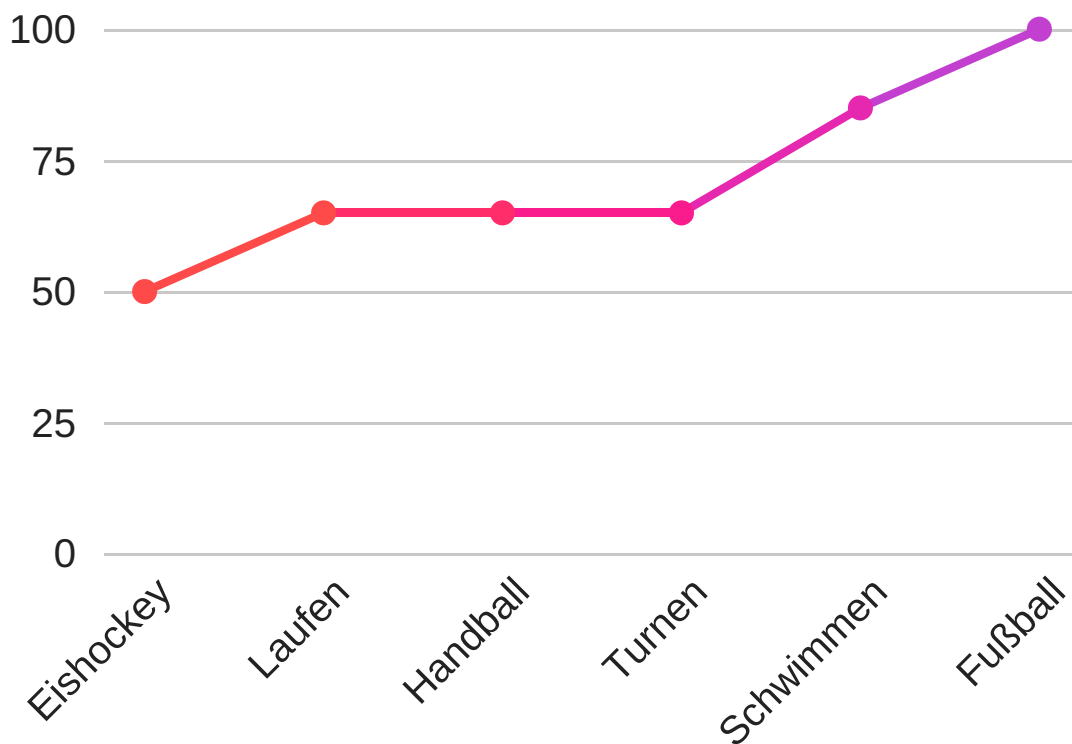
Welche Bewegungsarten kennst du?



### Welche Bewegungsarten kannst du?



### Welche Sportarten kennst du?



# Was ist Bewegung für dich?

"Mit Papa Fußball spielen"

"Es tut mir gut."

"Alles"

"Sonst schlafen mir die Beine ein!"

"Tanzen"

"Ein bisschen laufen."



# Räume für Bewegung

Bewegung kann in verschiedensten Räumen geschehen. Wir haben einige wichtige Ansätze und Orte aufgelistet. Diese sollen als Anregung dienen und zeigen: Bewegung kann überall stattfinden, es müssen nur die Orte / Räumlichkeiten angemessen verwendet werden bzw. gestaltet sein.

## Bewegung nach der Reggio Pädagogik

Ursprung der Reggio-Pädagogik:  
norditalienische Stadt Reggio Emilia

Begründer der Reggio-Pädagogik: Loris Malaguzzi

Reggio-Pädagogik = Pädagogik des Werdens  
oder experimentelle Pädagogik  
Wechselwirkung von Theorieentwicklung  
und praktischer Erfahrung

Kind: Forscher, Ausdruck, Konstrukteur  
(Kinder brauchen Raum um sich zu entfalten). Kompetentes Kind = erkunden, entwickeln, mutig, aktiver Dialog, eigener Antrieb

Erzieher : Wegbegleiter, Forscher, Zeuge  
(bei kindl. Entwicklung, beim Zuhören, Zusehen). Sie beobachten, ergänzen, reduzieren je nach Bedarf und Entwicklungsstand der Kinder.  
Eltern: persönliche und elterliche Kompetenz

Offenes Modell (Modello aperto) – Bezug zur Umgebung

Aquarium (optische Barrieren zwischen drinnen und draußen werden durch große Fensterfronten abgebaut)

Weniger ist mehr! Es muss den Kindern



nicht immer alles zur Verfügung stehen. Das Kind braucht Platz um sich zu bewegen.

Bewegung im Sinne von:  
Die Welt entdecken, vielfältige Bewegungserfahrungen (vor allem im Vorschulalter) fördern die Entwicklung und Ausprägung intellektueller Fähigkeiten, Mobilität, flexible Möbel  
Bewegung heißt vor allem die 3. Dimension des Raumes denken, egal ob innen oder außen.

# Räume für Bewegung

## - Psychomotorik

Den Begriff Psychomotorik gibt es seit dem Jahr 1955. Es kennzeichnet die funktionelle Einheit psychischer und motorischer Vorgänge, die enge Verknüpfung des Körperlich-Motorischen mit dem Geistig-Seelischen.

Ziele der psychomotorischen Förderung sind, die Eigenständigkeit des Kindes zu fördern. Die Kinder sollen ermutigt werden, sich auf neue Erfahrungen einzulassen und dadurch das Bild von sich zu überdenken zu stellen.

Die Inhalte der Psychomotorik sind die Körper- und Selbsterfahrung, die Materialerfahrung und die Sozialerfahrung.

Die Rahmenbedingungen der Psychomotorik belaufen sich auf:

- die äußeren Bedingungen, wie Bewegungsräume und Geräteausstattung
- den zeitlichen Rahmen,

- die Kriterien der Gruppenzusammensetzung,
- die Inhalte der Bewegungsangebote,
- die Beziehung zu dem/der Pädagoge/in, aber auch die Beziehung untereinander,
- die Art und Weise, wie Bewegungsspiele erlebt werden und wie die Kinder an ihrer Gestaltung beteiligt sind.

Dabei steht die Bedeutung des Spiels zur Verarbeitung von Eindrücken, als elementare Ausdrucksform und als reinigende Funktion im Vordergrund.

Die wichtigsten Regeln sind die eigene Entscheidung über die Teilnahme, die Handlungsimpulse sollen vom Kind kommen, Bewertungen sollen vermieden werden und Grenzen werden festgelegt.





# Räume für Bewegung

## - Bewegung im Wald und nach der Waldpädagogik

Im Wald können die Kinder sich intensiver mit ihrer Umgebung auseinandersetzen als im Kindergarten. Sie sind motorisch aktiver. Im Spiel mit dem Naturmaterial werden sie zunehmend selbstständiger, kreativer und phantasievoller. Es wird viel diskutiert, abgestimmt und besprochen. Das stärkt die Sozialkompetenzen.

Der Ursprung für die Entstehung des Waldkindergartens liegt in Skandinavien. Der erste dokumentierte Waldkindergarten eröffnete im Jahr 1951 in Dänemark. 1960 wurde der erste Waldkindergarten in Deutschland eröffnet.

In der Waldpädagogik wird der Wald erlebt. Das Kind soll seine Erfahrungen mit der Natur ganzheitlich und sinnhaft gestalten. Die Kinderbetreuung findet in der freien Natur statt. Es gibt keine Räume und somit auch keine Eingrenzung. Zu jeder Jahreszeit sind die Kinder im Wald unterwegs. Nur bei starkem Regen und Sturm steht eine beheizbare Unterkunft zur Verfügung.

Durch unbegrenzten Raum bietet die Natur den Kindern die Möglichkeit sich frei zu bewegen, zu spielen, zu experimentieren, zu forschen und vieles mehr.

Durch die Erfahrung, dass Regeln und verantwortungsvoller Umgang mit der Natur und der Gemeinschaft erforderlich sind, entwickelt sich das Umweltbewusstsein der Kinder.

Sie erforschen und erleben Natur mit allen Sinnen, sodass ihre Kreativität und Phantasie angeregt werden.

Sie können mit Hilfe des Waldes neue Kraft sammeln - zusätzlich bietet der Wald eine große Vielfalt, die Natur verändert sich und bleibt doch gleich.

Die ErzieherInnen dienen als Orientierungspunkt für die Kinder.





## Räume für Bewegung - Tanz

Der kreative Kindertanz orientiert sich am Konzept der Ganzheitlichkeit. Er fördert nicht nur motorische, sondern auch emotionale und soziale Fähigkeiten des Kindes.

Durch offene Aufgabenstellungen werden die Kreativität und die Fantasie der Kinder angeregt. Darüberhinaus übernimmt der kreative Kindertanz auch die Funktion eines Ventils, da den Kindern der Raum gegeben wird, ihre Emotionen über den Körper auszudrücken und somit Verarbeitungsprozesse stattfinden.

Kreativer Kindertanz ist ein optimales Körpertraining für Kinder, schult und formt den kindlichen Körper auf sanfte Weise. Alle Körperteile werden angesprochen und betätigt.

Der kreative Kindertanz orientiert sich an der natürlichen Bewegungsfreude der Kinder und zeigt den Kindern die Vielfalt an Bewegungsmöglichkeiten die der Körper ausführen kann.

Im Tanzunterricht wird der körperlichen Betätigung und Anstrengung aber auch der spielerischen Improvisation und der kreativen Aufgabenstellung gleich große Wichtigkeit beigemessen. Die vielfältigen Aufgabenstellungen sowie die kreativen Spiel- und Ausdrucksformen regen die kindliche Fantasie an, die Vielfalt an Bewegungsarten bietet Kindern unterschiedlichste körperliche Erfahrungen und die offene Gestaltung von kreativen Kindertanzstunden fördert die kindliche Selbsttätigkeit.

Der kreative Kindertanz geht auf den Ausdruckstanz zurück, der davon ausgeht, dass Tanzen nicht nur auf die körperliche Betätigung reduziert werden darf, sondern durch den Tanz auch die Seele berührt und somit einbezogen wird.





## Räume für Bewegung - Pikler Pädagogik

Emmi Pikler geht davon aus, dass jedes Kind eine eigene Persönlichkeit sowie ein eigenes Entwicklungs- und Lerntempo besitzt. Es macht nur dann einen Entwicklungsschritt, wenn es bereit dafür ist.

Es entdeckt alle Bewegungsarten allein und braucht keine Unterstützungsangebote eines Erwachsenen. Voraussetzung für diese Entwicklung des Kindes ist eine weitgehende selbstständige Entwicklung sowie eine liebevolles wertschätzendes Umfeld.

Nach Pikler beginnt die Erziehung des Kindes schon im Säuglingsalter. Dort macht es seine grössten sozialen Erfahrungen, wenn es gebadet, gewickelt, gefüttert, aus- und angezogen wird. Für die Entwicklung eines Kindes ist deshalb ein respekt- und liebevoller Umgang unerlässlich.

Die PiklerPädagogik umfasst 3 Aspekte:

1. Die -Pflege: Die Qualität des Umgangs und der Berührung in Pflegesituationen haben große Bedeutung für die Entwicklung des Selbstbildes und des Wohlbefindens des Kindes.
2. Die Bewegungsentwicklung: Jedes Kind braucht seine Zeit für den nächsten Entwicklungsschritt. Es soll die Möglichkeit haben sich auszuruhen und zu etwas früherem zurückzukehren, um Sicherheit zu gewinnen.
3. Das Spiel: Kinder sollen frei, ungestört und in einer geschützten, altersgemäß ausgestatteten Umgebung spielen.

Die ErzieherIn nimmt das Kind in seiner Eigenaktivität wahr. Sie entschlüsselt die Sprache des Kindes und beantwortet diese individuell. Die ErzieherIn schafft Vertrauen und gibt Zutrauen, Geborgenheit, Raum und Zeit.

Die Umgebung sollte so vorbereitet werden, dass sie vor großen Gefahren schützt und den Kindern die Chance gibt kleine kennenzulernen. Der Raum sollte eine vielfältige Bewegung erlauben, in denen Kinder selbstständige Forscher und Entdecker sein können. Dazu gehören die Wahlmöglichkeiten der Kinder zwischen Ruhe und Bewegung sowie Sicherheit und Abenteuer. Das Spielmaterial sollte keine bestimmte Funktion haben, sondern freies Experimentieren erlauben. Durch die Beobachtung der ErzieherIn erhält das Kind das richtige Material zur richtigen Zeit.

# Räume für Bewegung

## - Bewegungs- landschaft und Bewegungsbaustelle

Die Bewegungslandschaft oder Bewegungsbaustelle bietet den Kindern den Raum für selbsttätiges Handeln.

Die Bewegungslandschaft bietet Geräte und Materialien in unterschiedlichen Konstellationen an. Wie die Bewegungslandschaft genutzt wird, wird vom Kind selbst bestimmt.

Die BetreuerInnen sehen sich als BeobachterInnen und BegleiterInnen. Darüber hinaus unterstützen sie die Kinder, falls Hilfe beim Sichern gebraucht wird, helfen bei Konfliktsituationen und sorgen für das Einhalten der Grundregeln. Die wichtigste Regel ist: Das langsame Kind kommt zuerst!

Am Anfang jeder Bewegungseinheit wird ein gemeinsames Spiel angeleitet. Danach beginnt die freie Bewegungsphase. Zum Abschluss wird erneut ein gemeinsames Spiel oder eine Sensibilisierungsübung durchgeführt.

Bei der Bewegungsbaustelle hingegen stehen den Kindern verschiedenste Materialien wie z.B. Rollbretter, Leitern, Seile etc. zur Verfügung. Jedes Kind kann die Art der Nutzung selbst bestimmen. Die Kinder können sich so ihren eigenen Bewegungsanlässen widmen und werden von den BetreuerInnen dabei begleitet. Welche Bewegungsbauteile zur Verfügung gestellt werden, kann variieren und unterschiedliche Entwicklungsprozesse und Bedürfnisse unterstützen.

„Die Bewegungsbaustelle nach Miedzinski versteht sich als Möglichkeit, Kindern den Raum zu geben, selbstständig ihre Bewegungsumwelt mitzugestalten. Durch die aktive Auseinandersetzung mit den Bauteilen erfahren die Kinder somit deren Eigenschaften und Handhabung. Zusätzlich bekommen sie durch ihre Aktionen auch viele Informationen über ihren eigenen Körper.“



# Aktivitätenbeispiele

Im Rahmen unseres Partnerschaftsprojektes fanden sechs länderübergreifende Treffen statt: zwei-zwei in Leipzig und in Wien und je eins in Prag und in Esch-sur-Alzette.

Diese Treffen boten die Möglichkeit, die Angelegenheiten des Projektes zu besprechen, eine Übersicht zu schaffen, wie die Einrichtungen mit den vorgesehenen Aufgaben vorangekommen sind, länderspezifische Bewegungsangebote und pädagogische Konzepte kennenzulernen und die gastgebende Partnereinrichtung zu besuchen sowie mit den Kindern vor Ort verschiedene Bewegungsangebote durchzuführen.

Wir stellen hier diejenige Angebote vor, die nach unseren Beobachtungen den Kindern am meisten gefallen haben. Zu diesen Aktivitäten benötigt man wenig oder gar kein Material und sie können einfach als Bewegungsangebote in jeder Einrichtung eingesetzt werden.



# Aktivitätenbeispiele - Bewegungslieder

Kinder mögen einfache Melodien mit Wiederholungen von Musik und rhythmischen Strukturen. Bewegungslieder sind Mitmachlieder. Musik wird nicht nur gehört, sondern aktiv erlebt und animiert somit zum Mitmachen. Durch Bewegungslieder werden Kinder auf spielerische Weise in all ihren Wahrnehmungen gefördert und zur Aktivität animiert.

Maison Relais Origer:

Mitmachlied: Wenn du fröhlich bist dann klatsche in die Hand

Kindergarten Goyastraße des FAIRbund e.V.:

Tanzlied: Brüderchen komm tanz' mit mir

riOriO Tanz-und Bewegungskindergarten:

Flummi Lied





## Aktivitätenbeispiele - Yoga für Kinder

Mit Yoga wachsen Kinder gesund und entspannt heran. Zahllose Studien belegen die eindeutig positiven Wirkungen des Yoga für Kinder bereits im Alter ab drei Jahren. Mit Yoga für Kinder werden Körper- und Sinneswahrnehmung verbessert, Angst und Aggressionen abgebaut sowie Selbstwertgefühl und Konzentration erhöht.

riOriO Morgengruß

(Beginn im Stehen)

Guten Morgen liebe Flamingos (rechtes Bein heben)/liebe Pinguine.

Wir wollen uns begrüßen, um den Tag zu genießen.

Guten Morgen lieber Himmel

Guten Morgen liebe Vögel

Guten Morgen liebe Erde

Guten Morgen liebe Löwen (rechtes Bein hinten)

Guten Morgen liebe Delphine

Guten Morgen liebe Katzen, sie reckeln sich und strecken sich

Guten Morgen liebe Giraffen (rechte Hand hoch)

Guten Morgen liebe Schlangen

Guten Morgen liebe Hunde

(im Kniesitz bleiben und Satz sagen)

Jetzt wollen wir alle wecken, denn wir sind ja keine Schnecken.

(jetzt Alles mit der linken Seite)

Sind die Hunde schon munter? Wuff wuff

Sind die Schlangen schon munter? Ssssss

Sind die Giraffen schon munter? (linke Hand hoch) tiefes Mhmmmmmm – in den Bauch

Sind die Katzen schon munter? Miau Miau

Sind die Delphine schon munter? Quietschen mit ÄH

Sind die Löwen schon munter? (linkes Bein hinten) brüllen

Ist die Erde schon munter? Auf Boden klopfen

Sind die Vögel schon munter? Kuck Kuck

Ist der Himmel schon munter? Luftgeräusche: Schhhhh

Sind die Flamingos/Pinguine schon munter? (Flamingos linkes Bein Heben)

Flamingo Geräusch: Glucksen- ÖhÖh GockGock

Pinguin Geräusch: Wääh Wääh

Warum sollen wir noch warten, lasst uns gemeinsam starten.

Drum geben wir aufeinander Acht, damit der Tag auch Freude macht.



# DER RIO RIO - MORGENGRUSS



HIMMEL

VOGEL

ERDE

LOWEN

DELPHIN

Guten morgen liebe Flamingos. Wir wollen uns betrüben um den Tag zu genießen !!



KATZEN

GIRAFFEN

SCHLANGEN

HUND

Jetzt wollen wir alle wecken, denn wir sind ja keine Schnecken!



Warum sollen wir noch wecken, lässt uns gemeinsam stärken. Denn leben wir aufeinander. Acht damit der Tag auch Freude macht



# **Aktivitätenbeispiele - Yoga für Kinder Morgengruß: Beschreibung der einzelnen Elemente**

Morgengruß: Beschreibung der einzelnen Elemente

Himmel: gefaltete Hände nach oben strecken

Vögel: Hände seitlich öffnen, Flügelschlag mit Armen, Beine geschlossen mit gestreckten Knien

Erde: Beinstellung bleibt, Oberkörper senken und den Boden berühren

Löwen: Hände auf den Boden legen, rechter Bein steigt nach hinten in den Ausfallschnitt

Delphine: linker Bein zum rechten holen, Popo in die Höhe strecken, die Ärme und Beine strecken

Katzen: Knie auf Boden legen, Rücken strecken und abwechselnd Katzenrücken machen

Giraffen: rechte Hand nach oben strecken und dieser nachschauen

Schlangen: Oberkörper nach vorne bis Beine gestreckt sind und Hüfte am Boden liegt. Oberkörper vom Boden wegdrücken und nach oben schauen

Hunde: Oberkörper zurückziehen bis zum Kniesitz. Hände auf Knie legen und schnell ein und ausatmen. Zunge rausstrecken.

Nun alles wieder zurück und mit Geräusche der Tiere machen.

Auf fließende Bewegungen achten: eine Bewegung geht in die nächste über.

# Aktivitätenbeispiele

## - Entspannungsgeschichte

In Geschichten, Vorstellungsbildern oder Situationsschilderungen wird die Fantasie angeregt. Diese können in der realen, bekannten Welt z.B. am Strand oder in imaginären Welten z.B. auf einem anderen Stern spielen. Es werden zwei Arten der Fantasiegeschichte angeboten.

In der einen Variante wird nur zugehört, die Person aber nicht aktiv in die Handlung einbezogen. Die zweite Variante bindet den Zuhörer aktiv in die Geschichte ein, indem er direkt angesprochen wird (z.B. „du steigst in ein Boot“).

Durch das Zuhören und „erleben“ der Geschichte kommt es zur Ruhe und Gelassenheit. Besonders Kinder, die Geschichten lieben werden gut mit diesem Verfahren entspannen können.



Auf dem Foto wird zur Geschichte "Strandspaziergang - Innere Ruhebilder entwickeln" aus dem Buch *Fühl die warmen Sonnenstrahlen - Fantasiereisen und Stillespielen für jeden Tag* von Sabine Kalwitzki (Loewe, 2004) entspannt.



# Aktivitätenbeispiele

## - Die Spielzeuge erwachen / Spielzeuggeschäft

Kinder lieben es, sich in eine Geschichte hineinzusetzen und sich mit den jeweiligen Rollen zu identifizieren. Nutzen Sie die unten vorgestellten Bewegungsgeschichten als Anregung, Ihre Erlebniswelt und die Ihrer Kinder in Spielformen zu verpacken!

Spielablauf:

Jedes Kind verwandelt sich in ein Spielzeug seiner Wahl und friert ein. Der Ladenbesitzer geht zu den Spielzeugen und fragt, was es denn sei. Danach ordnet er die Spielzeuge und sperrt das Geschäft zu. (Licht aus und Ladenbesitzer verlässt den Raum)

Gleich darauf werden die Spielsachen lebendig und tanzen und laufen durch den Raum.

Der Ladenbesitzer kommt zurück und die Spielzeuge erstarren erneut. (Licht an)

Der Ladenbesitzer ist erstaunt und erschrocken, was hier passiert ist – Schauspielerisch! Er möchte die Spielsachen gerne zurückräumen, weil totales Chaos herrscht. Sobald er ein Spielzeug berührt, wird es lebendig. Sie laufen weg – Ladenbesitzer fängt sie ein, schaltet sie aus und bringt sie auf ihren Platz zurück.

Wechsel – neuer Ladenbesitzer. Neue Runde.

Ladenbesitzer können auch Kinder selbst sein.

Wichtig: Das Spiel ist umso spannender, wenn man sich komplett auf die Rolle einlässt und die Spielsachen etwas länger alleine laufen lässt.





## **Aktivitätenbeispiele - Drachenschwanz-Jagd**

Es werden zwei Gruppen gebildet. Sie sollten aus je sechs bis acht Spielern bestehen.

Die Mitglieder einer Gruppe bilden jeweils eine Kette, den "Drachen". Vorne ist der "Drachen-Kopf". Die Anderen fassen ihren Vordermann mit beiden Händen an den Hüften. Der Letzte in der Reihe steckt sich ein Taschentuch in den Gürtel oder in die Hosentasche und lässt es heraushängen. Das ist der "Drachen-Schwanz".

Der Drachen-Kopf hat nun die Aufgabe, den Schwanz des gegnerischen Drachen zu schnappen und abzureißen. Dabei muss die Kette aber unbedingt zusammenbleiben.

Wird einem Drachen der Schwanz abgerissen, hat er verloren. Und genauso verliert ein Drache, der auseinanderreißt.

Wenn nicht genug Spieler für zwei Drachen da sind, kann man das Spiel auch leicht verändern. Es wird diesmal nur eine Kette gebildet und der Kopf muss den eigenen Schwanz erwischen. "Drachen-Schwanz-Jagen" spielt sich am besten im Freien.

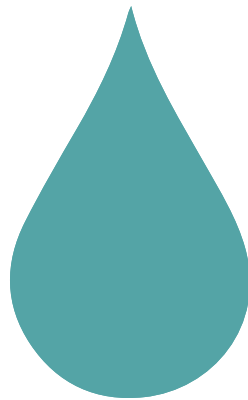
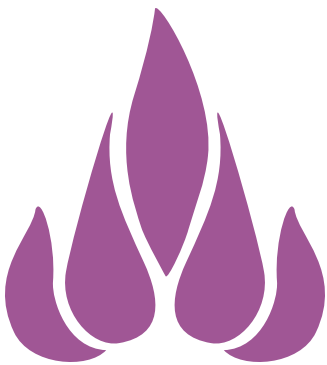
Aber versucht es doch auch mal im Wasser. Wenn es im Sommer so richtig heiß ist, ist dieses Spiel ideal zum Herumtoben im Freibad.

## **Aktivitätenbeispiele - Feuer, Wasser, Sturm - eine Variation**

1 x trommeln = flach auf den Boden legen

2 x trommeln = stehen bleiben

3 x trommeln = hochklettern



## **Aktivitätenbeispiele - Schwungtuch**

Neben dem Schwungtuch werden oft noch weitere Spielmaterialien benötigt, z.B. Bälle, Seile, Jongliertücher, Turnbänke ...

Es sollte bei den Übungen natürlich auf Sicherheit geachtet werden.

Der Spielleiter erklärt die Spiele und ist für den Ablauf verantwortlich. Er sollte jedoch möglichst selten eingreifen. Die Kinder sollen lernen eigenverantwortlich und kooperativ miteinander zu spielen. Hier gilt das Motto "fair play".



## Aktivitätenbeispiele - Stiftespiel

Zwei Kinder bewegen sich mit einem Buntstift zwischen den Handflächen gemeinsam durch den Raum.



## Aktivitätenbeispiele - Farbenspiel



Es wird eine Farbe  
ausgerufen und die Kinder  
suchen die genannte Farbe  
im Raum und laufen dort hin.

# Aktivitätenbeispiele

## - Bewegungsbaustelle

Die Bewegungsbaustelle besteht aus einfachen Bauteilen (Kästen, Balken, Leitern, Weich-Bausätze), die wie überdimensionale Bauklötze zusammensetzbar sind.

Die Kinder entwickeln, konstruieren und erproben damit Spiel- und Bewegungsräume, die immer wieder umgebaut werden können. Kinder machen damit Bewegungs- und Körpererfahrungen, setzen sich mit verschiedenen Materialien, Formen und Situationen auseinander.

Im Zusammenwirken mit anderen erleben sie Erfolge beim Konstruieren und Bauen. Dabei entstehen Bewegungslandschaften, die vielseitig beklettert und bespielt werden können.





# **Aktivitätenbeispiele**

## **- Bewegungslabor:**

### **Motopädagogischer Spielraum des**

### **Zirkus kaOs**

Der motopädagogische Spielraum ist ein vorbereiteter Raum mit Materialien und Bewegungsgeräten (zum Klettern, Balancieren, Stehen, Rutschen usw.), die die Kinder zum Experimentieren und Probieren herausfordern.

Das sogenannte "offene Material" (z.B. Reifen, Bälle, Körbe, Schachteln, Dosen, Ringe, Deckel, Kübel, Schüsseln, Flaschen, Tücher) bietet den Kindern eine vielseitige Anwendung und lässt ihrer Fantasie freie Entfaltung.



# Literaturliste und Quellenverzeichnis

## **Definition eines Bewegungskindergartens:**

Zimmer, Renate: Handbuch Bewegungserziehung - Grundlagen für Ausbildung und pädagogische Praxis, Herder, Freiburg, 2014.

<https://www.kizz.de/kindergarten-und-krippe/kita-konzepte/der-bewegungskindergarten-viel-platz-fuer-eine-ganzheitliche-entwicklung>

## **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Raum für Bewegung und Natur als Bewegungsraum:**

Renate Zimmer: Alles über den Bewegungskindergarten, Freiburg: Herder, 2013

## **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Die Rolle der ErzieherInnen:**

Renate Zimmer: Handbuch Bewegungserziehung, 2014

<http://www.kindergartenpaedagogik.de/2344.htm> - Autorin: Yvonne Müllner (Universitätslehrgang für Elementarpädagogik Salzburg, 2014-2017, i.A.), Sportkindergarten Monpti, [www.monpti.at](http://www.monpti.at)

## **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Materialien und Geräte:**

Renate Zimmer: Alles über den Bewegungskindergarten, 2013, S.72-73

## **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Elternarbeit:**

Waldemar Stange, Rolf Krüger, Angelika Henschel, Christof Schmitt  
Erziehungs- und Bildungspartnerschaften/Grundlagen und Strukturen von Elternarbeit. Springer Vs, 2012

Annelinde Eggert-Schmid Noerr, Joachim Heilmann, Heinz Krebs Elternarbeit  
Ein Grundpfeiler der professionellen Pädagogik Psychosozialverlag, 2011

## **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Ganzheitlichkeit:**

<https://www.philognosie.net/persoenlichkeit/ganzheitlich-leben-das-kopf-herz-hand-prinzip-pestalozzi>

<http://www.kindergartenpaedagogik.de/419.html>

<http://www.wolfgangzeitler.de/html/ganzheitlich.html>

## **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Variabilität und Flexibilität:**

Renate Zimmer: Handbuch Bewegungserziehung, 2014, S. 217 - 223

## **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Bewegung und Entspannung:**

Renate Zimmer, Kindergärten in Bewegung – Was zeichnet einen Bewegungskindergarten aus? Aus motorik, Schorndorf, 35 (2012), Heft 1

Renate Zimmer: Bewegung und Entspannung. Anregungen für die praktische Arbeit mit Kindern. Freiburg: Herder 2002



# Literaturliste und Quellenverzeichnis

Lehrplan für den Kindergarten – Schule AR – 2004

## **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Angeleitete und freie Bewegung:**

Renate Zimmer: Über Bewegung die Welt entdecken (2. Aufl.). Freiburg: Herder, S. 79

<http://www.elternwissen.com/erziehung-entwicklung/erziehung-tipps/art/tipp/kleinkindpaedagogik-nach-emmi-pikler.html>

## **Kriterien eines Bewegungskindergartens - Ernährung und Bewegung:**

Artikel: Ernährung und Bewegung im Kleinkindalter - [www.ernaehrung-im-fokus.de](http://www.ernaehrung-im-fokus.de) (Download 9/3/2017)

Artikel: Ernährung, Bewegung, und Stressbewältigung: drei Bausteine einer gesunden Entwicklung. - [http://www.sge-ssn.ch/media/Merkblatt\\_Ernaehrung\\_von\\_Kindern\\_2016\\_4.pdf](http://www.sge-ssn.ch/media/Merkblatt_Ernaehrung_von_Kindern_2016_4.pdf). (Download 10/3/2017)

Artikel: Wissen, was essen. Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE, Gesundheitsförderung Schweiz 2016. - [www.sge-ssn.de](http://www.sge-ssn.de) (Download 9/3/2017)

## **Räume für Bewegung - Bewegung nach der Reggio Pädagogik:**

Lernen von Reggio . - Lage : Verlag Hans Jacobs, 2004

Ullrich, Wolfgang : Reggio-Pädagogik im Kindergarten . - Freiburg im Breisgau : Herder, 2001

Lingenauber, Sabine : Einführung in die Reggio-Pädagogik . - Bochum : Projekt Verlag, 2009

Schronen, Danielle : Raum für Kinder - Platz für Erfahrung - Ort für Begegnung . - Luxembourg : Confédération Caritas : Ordre des Architectes et ingénieurs-Conseils, 2011

Dokument: Knauf Tassilo: Reggio-Pädagogik: kind- und bildungsorientiert

Dokument: Baum, Heike: Gestaltungsmöglichkeiten von Funktionsräumen

## **Räume für Bewegung - Psychomotorik:**

Renate Zimmer, Handbuch Psychomotorik – Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung, VLG Herder, 2012

## **Räume für Bewegung - Bewegung im Wald und nach der Waldpädagogik:**

Ingrid Miklitz: Der Waldkindergarten, 3. Auflage, Düsseldorf, Cornelsen Verlag, 2010

# Literaturliste und Quellenverzeichnis

Herbert Österreicher, Edeltraut Prokop: Kinder wollen draußen sein, Natur entdecken, erleben und erforschen. Stuttgart, Kallmeyer, 2006

Ira Gawlitzek, Tassilo Knauf, Anita Meyer u.a.: Kinder erziehen, bilden und betreuen, Düsseldorf, Cornelsen, 2010

Tabea Schwelger: Stadtkinder und Natur erleben. Waldpädagogik als Chance. Marburg, Tectum Verlag 2001

## **Räume für Bewegung - Tanz:**

Sari Wallisch: Der kreative Kindertanz, Ein Beispiel für ganzheitliche Bewegungserziehung, als Alternative zu "versporteten" Bewegungsangeboten, in Kommerzielle Tanzstile unterrichten - Tanz und Pädagogik Erforschen (Band 2) 2015

## **Räume für Bewegung - Pikler Pädagogik:**

<https://www.kindererziehung.com/Paedagogik/Alternative-Erziehung/Pikler-Paedagogik.php>  
17.34, 07.04.2017

[http://kita.zentrumbildung-ekhn.de/fileadmin/content/kita/3\\_3Kinder\\_0-3/Konzeption/Kernaussagen\\_Emmi\\_Pikler\\_ohneFotos.pdf](http://kita.zentrumbildung-ekhn.de/fileadmin/content/kita/3_3Kinder_0-3/Konzeption/Kernaussagen_Emmi_Pikler_ohneFotos.pdf)

## **Räume für Bewegung - Bewegungslandschaft und Bewegungsbaustelle:**

<http://www.kaos.at/sportverein-para/bewegungsbaustelle.html>  
<http://www.kaos.at/sportverein-para/bewegungslandschaft.html>  
<http://www.kaos.at/sportverein-para/bewegungsbaustelle.html>  
- letzter Zugriff: 22.4.2017

## **Aktivitätenbeispiele - Bewegungslieder:**

[http://www.hilfreich.de/bewegungslieder-foerderung-von-konzentration-und-motorik\\_11387](http://www.hilfreich.de/bewegungslieder-foerderung-von-konzentration-und-motorik_11387)

## **Aktivitätenbeispiele - Yoga für Kinder:**

<https://www.yoga-vidya.de/kinderyoga/>

## **Aktivitätenbeispiele - Entspannungsgeschichte:**

<http://www.kita-turnen.de/entspannung/entspannung-fantasiereisen/>

## **Aktivitätenbeispiele - Die Spielzeuge erwachen / Spielzeuggeschäft:**

<http://www.dtb-online.de/portal/kinderturnen/angebote-projekte/praxistipps-ratgeber/bewegungsspiele-bewegungsgeschichten>

## **Aktivitätenbeispiele - Schwungtuch:**

<http://www.spielen-lernen-bewegen.de/kindermotorik/schwungtuecher/index.html>



# Literaturliste und Quellenverzeichnis

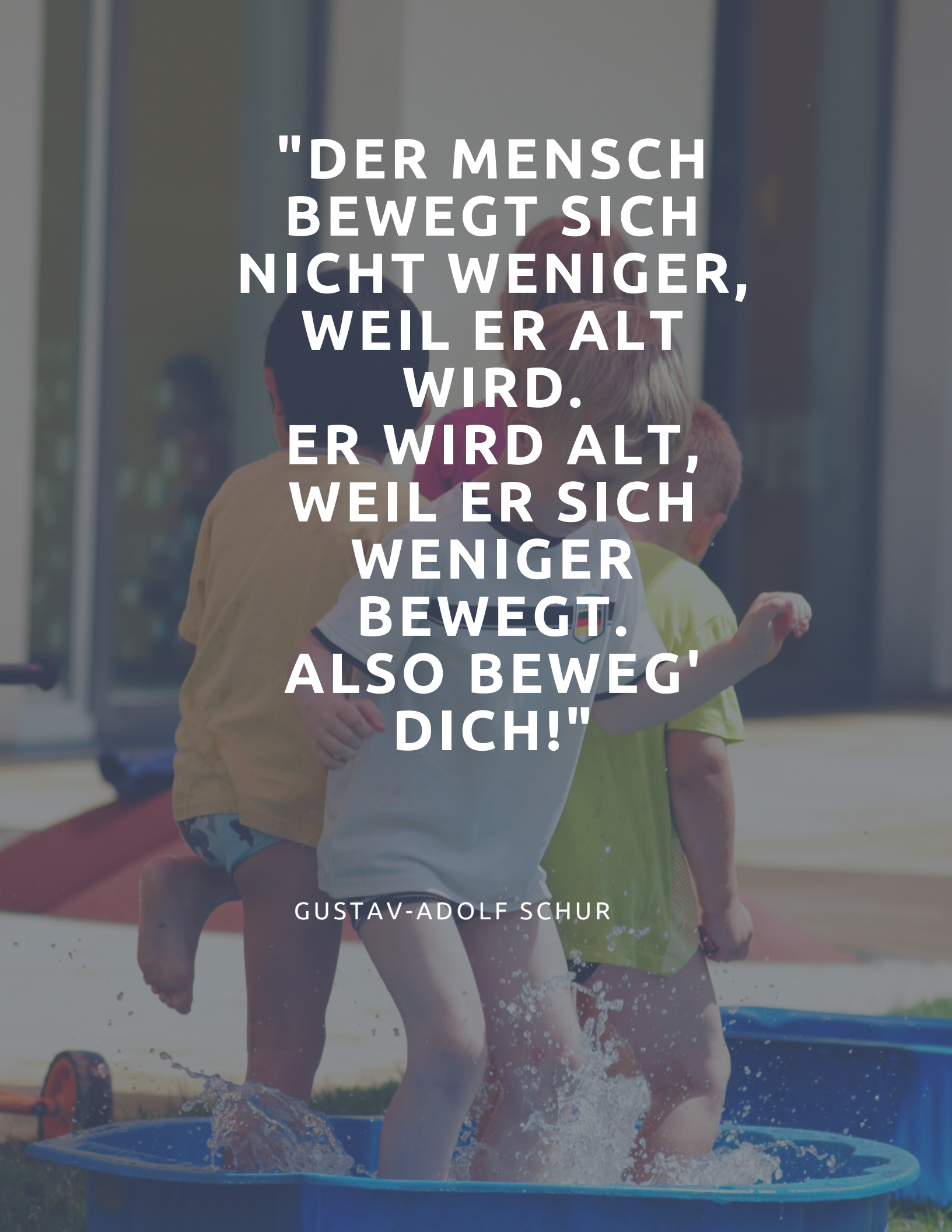
## **Aktivitätenbeispiele - Bewegungsbaustelle:**

<http://www.recht-auf-spiel.de/projekte-2014/details/1/131/spielen-bewegen-bauen-mit-der-bewegungsbaustelle.html?layout=listone>

## **Aktivitätenbeispiele - Bewegungslabor: Motopädagogischer Spielraum des Zirkus kaOs:**

<http://www.kaos.at/sportverein-para/spielraum.html>

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.

A photograph of three children playing in a blue water pit. The child in the center is wearing a white t-shirt and shorts, and is splashing water. The child on the left is wearing a yellow t-shirt and blue shorts. The child on the right is wearing a green t-shirt and blue shorts. The background is a blurred outdoor setting with a building and a red slide.

**"DER MENSCH  
BEWEGT SICH  
NICHT WENIGER,  
WEIL ER ALT  
WIRD.  
ER WIRD ALT,  
WEIL ER SICH  
WENIGER  
BEWEGT.  
ALSO BEWEG'  
DICH!"**

GUSTAV-ADOLF SCHUR