

202-062

DGUV Information 202-062



Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in Kindertageseinrichtungen

August 2004

Impressum

Herausgeber:
Deutsche Gesetzliche
Unfallversicherung e.V. (DGUV)

Glinkastraße 40
10117 Berlin
Tel.: 030 288763800
Fax: 030 288763808
E-Mail: info@dguv.de
Internet: www.dguv.de

Sachgebiet „Kindertageseinrichtungen und Kindertagespflege“ des
Fachbereichs „Bildungseinrichtungen“ der DGUV.

Ausgabe: August 2004

DGUV Information 202-062 (bisher GUV-SI 8072)
zu beziehen bei Ihrem zuständigen Unfallversicherungsträger oder unter www.dguv.de/publikationen

Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in Kindertageseinrichtungen

INHALT

1. EINLEITUNG	
2. DIE HEUTIGE LEBENSWELT DER KINDER UND DIE AUSWIRKUNG AUF IHRE SICHERHEIT UND GESUNDHEIT	
● Kinderwelt ist Bewegungswelt	5
● Veränderte Kinderwelt	6
● Zu den Auswirkungen der veränderten Kinderwelt auf die Kindergesundheit	7
● Gestaltung der Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in Kindertageseinrichtungen unter Aspekten der Sicherheit und Gesundheit	8
3. EINHUNDERT BEWEGUNGSSPIELE ZUR WAHRNEHMUNGSFÖRDERUNG	10
Bewegungsspiele zur Förderung der	
● kinästhetischen Wahrnehmung	11
● vestibulären Wahrnehmung	14
● taktiven Wahrnehmung	17
● auditiven Wahrnehmung	20
● visuellen Wahrnehmung	23
4. STUNDENBEISPIELE ZUR FÖRDERUNG VON WAHRNEHMUNG UND BEWEGUNG	26
● <i>Die Bärenkinder</i> Förderung des Gleichgewichts	27
● <i>Rot, Gelb, Grün</i> Spielerische Farbwahrnehmung	28
● <i>Am Ende sind die Füße</i> Spielformen zur taktilen Wahrnehmung im Fußbereich	30
● <i>Knall, knall, knall, wir fliegen jetzt ins All</i> eine phantastische (Bewegungsbaustellen-) Geschichte	32
● <i>Eine runde Sache</i> Spielen mit verschiedenen Bällen	34
5. WIE WEIT SIND KINDER ENTWICKELT? Altersvergleichende Entwicklungsübersichten	36
● Kinästhetische Wahrnehmung	37
● Vestibuläre Wahrnehmung	37
● Taktile Wahrnehmung	39
● Auditive Wahrnehmung	40
● Visuelle Wahrnehmung	41
● Grundlegende motorische Fähigkeiten	43
6. LITERATURVERZEICHNIS	48



„Kinder haben zu wenig Raum zum Toben“, „Kinder bewegen sich zu wenig“, „Kinder sitzen zu viel“ ... Immer häufiger werden Eltern sowie Erzieherinnen und Erzieher mit solchen Aussagen konfrontiert. Diese Broschüre wendet sich an Erzieherinnen und Erzieher in Kindertageseinrichtungen, die in ihrer täglichen Arbeit die Möglichkeit haben, diesen Problemen entgegenzuwirken. Deshalb sollen hier Anregungen zur Förderung und auch zur Beobachtung von Bewegung und Wahrnehmung gegeben werden.

Viele Untersuchungen haben sich in der vergangenen Zeit mit dem Bewegungsmangel von Kindern und deren gesundheitlichen Auswirkungen, z.T. mit oft unterschiedlichen Ergebnissen, befasst. Es lassen sich hier jedoch deutliche Tendenzen feststellen, die **im zweiten Kapitel** dieser Broschüre beschrieben werden.

Nach einer kurzen Beschreibung der veränderten Kinderwelt und ihren Auswirkungen auf die Sicherheit und Gesundheit von Kindern werden anschließend Gestaltungsmöglichkeiten der Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in Tageseinrichtungen diskutiert.

Im dritten Teil der Broschüre werden einhundert Bewegungsspiele aus der psychomotorischen Praxis zur Wahrnehmungsförderung vorgestellt. Diese Bewegungsspiele können als Bausteine in einer Unterrichtsstunde eingesetzt werden, sie umfassen aber noch keine komplette Stunde.

Deshalb werden **im vierten Kapitel**, unter Berücksichtigung bestimmter Förderschwerpunkte, fünf Stundenbeispiele zur Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung vorgestellt.

Im fünften Teil der Broschüre werden Beobachtungshilfen angeboten, die eine grobe Einschätzung über das sensorische und motorische Leistungsniveau von Kindern im Vorschulalter geben. Diese Entwicklungsübersichten sollen helfen, motorische und sensorische Fähigkeiten von Kindern zu beobachten, um u. a. bei auftretenden Defiziten rechtzeitige Hilfen geben zu können.



Kinderwelt ist Bewegungswelt

Bewegung ist ein grundlegendes Bedürfnis von Kindern, sie brauchen zur Entwicklung ihrer Persönlichkeit in hohem Maße Bewegung, je jünger sie sind, um so mehr.

Über die Bewegung:

- Erschließt sich das Kind seine Umwelt
- Eignet sich das Kind vielfältige Materialerfahrungen an
- Erfährt das Kind vielfältige soziale Kontakte
- Lernt das Kind, sich besser einzuschätzen, seine Bewegungen zu koordinieren und zu beherrschen. Seine Sicherheit im Umgang mit dem eigenen Körper nimmt damit zu

Die Entfaltung der kindlichen Persönlichkeit (Gefühlslieben, kognitive Entwicklung, Sozialverhalten, Kommunikation) vollzieht sich vorwiegend über ihre Bewegung und auch über ihre Wahrnehmung.

Sieben oder acht Jahre des Sichbewegens und Spielens sind notwendig, um einem Kind die sensomotorische Fähigkeit zu vermitteln, die als Grundlage für seine intellektuelle, soziale und persönliche Entwicklung dienen kann.

(Piaget 1980)

Die Förderung der Wahrnehmung erfolgt beim Kind in besonderer Weise über seine Bewegung, im Vorschulalter vorwiegend über Bewegungsspiele. Je vielfältiger und umfangreicher die Bewegungsangebote für das Kind sind, desto besser sind auch die Möglichkeiten für eine umfassende Schulung der Wahrnehmung. Eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit wiederum ist die Voraussetzung für gut koordiniertes und damit sicheres Bewegunghandeln. Hier zeigt sich die wechselseitige Abhängigkeit von Sensorik und Motorik.

„Ohne Wahrnehmung keine Bewegung, ohne Bewegung keine Wahrnehmung.“

(Viktor von Weizsäcker)

Der Bewegungsdrang von Kindern ist alterstypisch, er birgt aber auch Gefahren in sich, denn diesem Bewegungsdrang stehen bei Kindern noch unzureichende Wahrnehmungsfähigkeiten entgegen.

Im Alter von drei bis sechs Jahren sind verschiedene Sinnesfunktionen noch nicht so weit entwickelt, um Gefährdungen, z. B. im Straßenverkehr, situationsgerecht abschätzen zu können. In Verbindung mit noch fehlenden Erfahrungen werden Geschwindigkeiten, Entfernungen, Geräusche und Raum-Lage-Beziehungen unangemessen beurteilt. Das kann zu falschen Situationsbeurteilungen und Reaktionen führen. Kinder im Vorschulalter sind deshalb besonders unfallgefährdet, nicht nur auf der Straße, sondern auch auf dem Spielplatz und zu Hause.

Jährlich erleiden in Deutschland ca. 1,9 Millionen Kinder bis zu 14 Jahren einen Unfall. Unfälle in Schulen und Kindertageseinrichtungen nehmen dabei den ersten Rang ein. Die meisten Unfälle ereignen sich im Spiel und in der Fortbewegung, 70% aller Unfälle sind Sturzunfälle.

Um dieser hohen Unfallgefahr von Kindern vorzubeugen, bieten sich mehrere Möglichkeiten der Unfallverhütung an. Man kann u. a. die äußeren Bedingungen so gestalten, dass sich möglichst wenig Schäden ereignen. Weiterhin können Regeln eingeführt werden, z. B. Verkehrsspiele (Rot, Gelb, Grün), die ebenfalls dazu beitragen, Unfälle zu vermeiden.

Mit einer weiteren wichtigen Form von Unfallverhütung, der Bewegungs- und Wahrnehmungsschulung in Kindertageseinrichtungen, setzt sich diese Broschüre auseinander. Kinder sollen sensorische und motorische Fähigkeiten erwerben, mit denen sie sowohl Gefahren wahrnehmen können als auch die Möglichkeiten erlangen, auf diese Gefahren motorisch adäquat zu reagieren.

Kinder können heute immer weniger bewegungsbezogene Risiken eingehen, die für sie überschaubar und mit ihren zur Verfügung stehenden Fähigkeiten und Fertigkeiten zu bewältigen sind. Sie lernen nur unzureichend, solche oder andere alltägliche Risiken angemessen einzuschätzen.

(Baumann/Hundeloh 1996)

Diese Risiken stellen für die Kinder aber auch Herausforderungen dar und regen somit zum Lernen an. Eine Vermeidung dieser vielen kleinen bewegungsbezogenen Risiken kann u. U. dazu führen, dass Kinder den Umgang mit Gefahren nicht lernen und dadurch letztlich ein viel größeres Risiko eingehen, spätestens dann, wenn sie mit gefährlichen Situationen konfrontiert werden.

Die Vermeidung von Risiken kann auch bei Kindern dazu führen, dass sie sich im motorischen Bereich immer weniger zutrauen. Dies kann zu einem „Teufelskreis“ im Bewegungsverhalten von Kindern führen. Mangelnde körperliche Leistungsfähigkeit kann Misserfolg bei der Bewegungsausübung nach sich ziehen. Um diesem Misserfolg auszuweichen, ziehen sich die Kinder immer mehr zurück mit der möglichen Konsequenz, dass die körperliche Leistungsfähigkeit weiter abnimmt.

Im Vorschulalter können Voraussetzungen geschaffen werden, das Bewegungsverhalten der Kinder schon in sehr frühen Jahren positiv zu beeinflussen, und damit die Grundlage für die Einstellung in späteren Jahren zu schaffen.

Die Bedeutung der Bewegungserziehung wird auch durch die Ergebnisse einer Befragung von Erzieherinnen und Erziehern von Kindertageseinrichtungen, die 1994 in Münster durchgeführt wurde, unterstrichen. Auf die Frage, ob sie motorische Defizite als Ursache für Unfälle von Kindern sehen, antworteten 83% mit Ja. Die Frage, ob Bewegungsförderung zur Vorbeugung von Unfällen geeignet ist, bejahten 78% der Erzieherinnen und Erzieher.

Veränderte Kinderwelt

Kinder bewegen sich aus ihrem eigenen Antrieb heraus. Sie werden dabei in ihrer Umgebung sicherer und nehmen ihren Körper und ihre Umwelt immer besser wahr. Für eine solche eigenaktive Bewegungserfahrung bleibt aber heute immer weniger Raum. In der heutigen Kinderwelt bewegen sich viele Kinder zu wenig, sie werden immer mehr zu „Sitzkindern“ erzogen. Sie sitzen zu lange in Kindertageseinrichtungen und Schulen und in ihrer Freizeit zuviel vor Fernsehern und Computern. Häufig werden sie mit dem Auto, damit es schneller und bequemer geht, auch noch zur Tageseinrichtung, zum Sportverein und zur Musikschule etc. gefahren. Erwachsene verplanen die Zeit der Kinder immer mehr. Es fehlt ihnen Zeit zum eigenen kreativen Spielen. Kindliche Erfahrungsräume „verinseln“, d. h., zwischen den o.g. Räumen besteht für die Kinder kein Zusammenhang mehr. Sie haben nicht mehr die Möglichkeit, den Raum zwischen diesen Inseln zu erkunden. Lebensräume der Kinder sind somit heute selten Erlebnisräume. Sie erleben ihre Welt nicht wie früher als ein in sich geschlossener Erfahrungsraum und können daher Zusammenhänge nicht mehr selbst begreifen, sondern sammeln, besonders über die Medien, Erfahrungen aus zweiter Hand.

„Der wesentlichste Wandel der Kindheitsbedingungen liegt im Verlust der Eigentätigkeit und in den einseitigen Sinneserfahrungen.“

(Zimmer 1995)

Für die Entwicklung des Kindes ist es dagegen wichtig, dass sie sich als Reaktion auf das Wahrgenommene ausdrücken können. Das Kind braucht eine reale Umwelt, damit es durch aktives Probieren das Leben begreifen kann.

Die Welt des Kindes muss, wie beschrieben, eine Welt des Spielens und der Bewegung sein, denn es erfährt seine Umwelt damit auf unmittelbar körperlich-sinnliche Weise, dies sind Erfahrungen aus erster Hand.



Fernsehen, CDs, Videorecorder und -spiele, Computer und Telefon sind feste Bestandteile in der modernen Kinderwelt geworden. Dadurch werden Kinder in hohem Maße visuellen und akustischen Reizen ausgesetzt und es fällt ihnen schwer, diese zu verarbeiten. Weiterhin verleiten diese Freizeitbeschäftigungen zu körperlicher Passivität. Die Nahsinne (kinästhetische, taktile und vestibuläre Wahrnehmung) werden bei vielen Kinder daher wenig stimuliert.

„Noch nie waren Kinder so reich an Angeboten im Konsum und Freizeitbereich, gleichzeitig aber auch noch nie so arm an Möglichkeiten, sich ihrer Umwelt über ihre Sinne, ihren Körper zu bemächtigen.“
(Zimmer 1995)

Gemeinsames Spielen unter Nachbarskindern im wohnnahen Raum war früher die bedeutendste Form der Freizeitgestaltung.

Dichtere Bebauung, eine größere Verkehrsdichte, die ein gefahrloses Spielen in unmittelbarer Nähe der Wohnung immer schwieriger werden lässt, sowie anregungsarme Wohnumgebungen führen zu einem zunehmenden Verlust der früheren Straßenspielkultur, die mit einem hohen Maße an Bewegung verbunden war.

Nach Dordel (2000) weisen Kinder aus dem großstädtischen Lebensraum deutliche motorische Entwicklungsrückstände gegenüber Kindern aus ländlichen Wohngebieten auf.

Nach einer Untersuchung von Heinecke (1992) von sechs bis siebenjährigen Kindern wurden aus dem ländlichen Wohngebiet 33,5 % der Kinder als motorisch förderbedürftig bezeichnet, dagegen 49,9 % von den Kindern aus dem städtischen Wohngebiet.

Zu den Auswirkungen der veränderten Kinderwelt auf die Kindergesundheit

Die hohe Belastung durch akustische und optische Reize sowie die gleichzeitige Einschränkung der Handlungs- und Bewegungsmöglichkeiten können bei Kindern u. U. zu Verhaltensauffälligkeiten und Störungen in der Wahrnehmungsverarbeitung führen.

Erzieherinnen und Erzieher beschreiben immer häufiger Auffälligkeiten ihrer Kinder wie z. B. motorische Ungeschicklichkeit, Unruhe, Unsicherheit, Bewegungsunlust, geringe Frustrationstoleranz, erhöhte Aggressivität und Impulsivität, Aufmerksamkeits-, Konzentrations-, Antriebs- und Lernstörungen sowie Störungen im Sozialverhalten.
(Dordel 1997)

Auch eine Abnahme der motorischen Leistungsfähigkeit im Vorschulalter wird als Ergebnis mehrerer Untersuchungen angegeben.

Eine Untersuchung des Gesundheitsamtes der Stadt Münster im Jahr 1994 hat 23,5 % der vierjährigen Kinder in Tageseinrichtungen als motorisch auffällig eingestuft.

Eine Schuleingangsuntersuchung der Stadt Düsseldorf hat durch den Körperkoordinationstest bei 16,9 % der untersuchten Kinder Koordinationsschwächen festgestellt.
(Gesundheitsamt Düsseldorf 1995)

Bei einer Schuleingangsuntersuchung Kölner Kinder aus dem Jahr 1996 wurden folgende Auffälligkeiten festgestellt:

- 14,2 % grobmotorische Koordinationsstörung
- 11,4 % Sprachstörung
- 8,6 % feinmotorische/visuomotorische Schwäche
- 8,4 % Verhaltensauffälligkeit
- 6,6 % nicht schulbelastungsfähig
- 5,6 % Adipositas

(Dordel 2000)



Gestaltung der Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in Kindertageseinrichtungen unter Aspekten der Sicherheit und Gesundheit

Die Bewegungsangebote in Kindertageseinrichtungen sollten das Kind ganzheitlich fördern. Eine ganzheitliche Förderung beinhaltet neben dem Körperlichen immer auch eine Förderung sensorischer, kognitiver, emotionaler und sozialer Prozesse. Denn der Entwicklungsprozess des Kindes ist gekennzeichnet durch ein Zusammenwirken dieser Vorgänge. Die unterschiedlichen Sinneswahrnehmungen sind beim Kind enger verknüpft als beim Erwachsenen, auch Gefühle und Körperbewegungen sind mehr aufeinander bezogen.

Nach Brandt (1997) ist es unstrittig, dass die o.g. motorischen Auffälligkeiten stark zunehmen. Untersuchungen belegen nach seiner Auffassung, dass sich die motorische Leistungsfähigkeit von Grundschulern in den letzten 10 Jahren deutlich verschlechtert hat.

Auch wenn die Ergebnisse von Untersuchungen zu motorischen Auffälligkeiten von Kindern, wie eingangs erwähnt, unterschiedlich sind, soll nochmals die Bedeutung der Bewegungserziehung im Vorschulalter hervorgehoben werden, denn

„aufgrund der hohen Entwicklungsdynamik sind diese Einschränkungen in der Wahrnehmung und Bewegung gerade im jüngeren Lebensalter relativ leicht zu beheben oder zumindest positiv zu beeinflussen.“

(Dordel 1999)

Daher kann die Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in Kindertageseinrichtungen einen wesentlichen Beitrag zur Sicherheit und Gesundheit von Kindern leisten.

Die Psychomotorik beschreibt diese enge Verbindung des körperlich-motorischen Bereichs mit dem geistig-seelischen Bereich. (Obwohl die Psychomotorik ihren Ursprung in der Heilpädagogik hat, beschränkt sie sich nicht nur auf leistungsschwache Kinder mit ausgeprägten Auffälligkeiten).

Da die psychomotorische Erziehung durch die funktionelle Einheit psychischer und motorischer Vorgänge gekennzeichnet ist, eignet sie sich in besonderer Weise für die Anwendung in der Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in Kindertageseinrichtungen.

Während wir uns bewegen, nehmen wir unsere Umwelt wahr, reagieren auf diese und wirken auf sie ein. Die psychomotorische Erziehung geht davon aus, dass erst durch vielseitige Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen Grundlagen für eine harmonische Persönlichkeitsentwicklung des Kindes geschaffen werden (Zimmer/Circus 1995). Die Stärkung der Ich-Fremd- und Sachkompetenz sind Eckpfeiler der psychomotorischen Erziehung, sie soll z. B. den Kindern auch Fähigkeiten vermitteln, gefährliche Situationen selbst zu erkennen und zu meistern.

Die psychomotorische Förderung ist damit ein aktiver Teil der Unfallverhütung.

Frühkindliche Bewegungserziehung kann nur fruchten, wenn kindgemäße, d. h. spielbetonte Bewegungsangebote im Vordergrund stehen, die vielseitige, breit angelegte Bewegungserfahrungen ermöglichen und der kindlichen Neugier sowie ihrem Aktivitätsdrang entgegenkommen.

Im Vorschulalter haben Symbol- und Rollenspiele einen besonderen Stellenwert. Die Bewegungssituationen werden oft in komplexere Spielhandlungen eingebunden. Geräte und Materialien haben dabei oft symbolische Bedeutung.

Die Spiele sollten:

- Jederzeit durchführbar und ohne zeitaufwändige Vorbereitungen und großen Materialaufwand einsetzbar sein
- Das Kind ganzheitlich und möglichst effektiv fördern
- Den Kindern Spass machen
- Für das Kind eine Bedeutung haben

Bewegungserziehung sollte erlebnisorientiert sein und Wagnisse ermöglichen, bei denen im überschaubaren Rahmen „etwas passieren“ kann und somit eine Herausforderung für das Kind darstellen.

Kinder brauchen tägliche Bewegungsreize, in der sie vielfältige Material- und Sozialerfahrungen sammeln können. Die Aneignung umfangreicher Erfahrungen durch Umgang mit verschiedenen Materialien (Kinder beziehen Alltagsmaterialien selbstverständlich in ihre Spielwelt ein) sowie über soziale Kontakte ist ein wesentliches Ziel psychomotorischen Arbeitens. Gerade Kinder knüpfen ihre soziale Kontakte vorwiegend über motorische Aktivitäten.

Sie gewinnen somit an Sozialerfahrung und erhöhen ihre Sozialkompetenz. Kinder sollen Räume erhalten, in denen sie sich spontan und frei mit sich selbst, anderen und verschiedenen Materialien auseinandersetzen können.

Kinder im Vorschulalter brauchen Erfahrungs- und Freiräume, die sie handlungsfähig machen. Sowohl freie aber auch gelenkte Bewegungsspiele können je nach Bedarf eingesetzt werden. Die freien Bewegungsspiele fördern mehr die Kreativität der Kinder und ihre Fähigkeit, selbst Regeln aufzustellen. Die gelenkten Angebote bieten den Erzieherinnen und Erziehern mehr Möglichkeiten, einzelne Schwerpunkte in der Psychomotorik gezielter zu fördern.

Die Bewegungsangebote sollten weiterhin verschiedene Möglichkeiten der Bewältigung beinhalten, da Kinder unterschiedliche Voraussetzungen mitbringen und daher die passende Aufgabenschwierigkeit für jedes Kind eine andere ist.

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



Im ersten Kapitel dieser Broschüre wurde darauf hingewiesen, dass die optische und akustische Wahrnehmung bei Kindern oft einer hohen Reizintensität ausgesetzt ist. Die Vielzahl der Eindrücke, mit denen Kinder heute durch audio-visuelle Medien konfrontiert werden, verhindert oft ein differenziertes Wahrnehmen. Die „Basissinne“ (kinästhetische, vestibuläre und taktile Wahrnehmung) werden bei vielen Kindern zu wenig beansprucht. Es ist deshalb besonders wichtig, diese Basissinne zu fördern, da sie für die Bewegungssicherheit des Kindes unverzichtbar sind. Trotzdem kann die Förderung der „Fernsinne“ nicht vernachlässigt werden, denn Kinder unterscheiden sich in ihrer Wahrnehmung auch hier von Erwachsenen. Sie besitzen aufgrund ihrer Körpergröße einen anderen Blickwinkel. Ihr Blickfeld ist kleiner und stark auf den Nahbereich fixiert. Die Tiefenwahrnehmung ist beim drei- bis vierjährigen Kind noch nicht ausreichend ausgeprägt, die rechts-links Unterscheidung bei vielen Kindern noch nicht vorhanden. Auch die akustische Wahrnehmung der Kinder unterscheidet sich von der der Erwachsenen. So ist die Ortung von Tönen für sie deutlich schwieriger.

Diese Unterschiede sind besonders beim Spielen und im Straßenverkehr wichtig. Viele Unfälle von Kindern zwischen zwei und fünf Jahren werden auf Nichtbeachten von Verkehrszeichen, Ampeln, Fußgängerüberwegen, des Verkehrsflusses sowie auf Stürze zurückgeführt.

Die Ausprägung der kinästhetischen und vestibulären Wahrnehmung bildet die Grundlage für die motorischen Fähigkeiten wie Gleichgewicht, Geschicklichkeit und Koordination. Die Förderung dieser Sinne ist für die Bewegungssicherheit des Kindes von zentraler Bedeutung. Auch die Schulung des taktilen Systems (Wahrnehmung von hohen Temperaturen und spitzen Gegenständen etc.) ist für die Sicherheit der Kinder nicht zu vernachlässigen.

Kinder können ihre Sinnesfunktionen noch nicht ausreichend koordinieren. Ihr Konzentrationsvermögen ist eingeschränkt und ihre Reaktionszeit verlangsamt. Hinzu kommt eine oft unzureichende Bewegungskoordination bei psychischer Anspannung sowie ein noch nicht ausgeprägtes Gefahrenbewusstsein. Deshalb spielt in diesem Alter die Unfallverhütung über die Schulung der Wahrnehmung und Bewegung eine besonders große Rolle. Kinder müssen lernen, wichtige von unwichtigen Reizen zu unterscheiden. Sie müssen in der Lage

sein, aus der Vielfalt an Informationen diejenigen auszuwählen, die für sie wichtig sind, um so gegenüber auftretenden Gefahren sensibilisiert zu werden (vgl. 2.1).

Über Bewegungsspiele aus der psychomotorischen Praxis (insbesondere von Renate Zimmer, Wolfgang Beudels, Rudolf Lensing-Conrady, Hans Jürgen Beins) sollen die o.g. fünf sensorischen Fähigkeiten des Kindes gefördert werden. Für die Förderung dieser Wahrnehmungsfähigkeiten eignen sich elementare Bewegungsformen wie Gehen, Laufen, Springen, Klettern, Schieben, Ziehen, Werfen etc.

Um diese Vielzahl der Bewegungsgrundformen zu ordnen und damit systematische Förderung zu betreiben, unterscheidet Renate Zimmer (1990) sie in:

- A:** Bewegungen, anhand derer eine Ortsveränderung oder Lageveränderung des Körpers erreicht wird (Gehen, Laufen, Springen, Kriechen ...)
- B:** Bewegungen, mit denen Geräte und Gegenstände in Bewegung versetzt werden (Ziehen, Schieben, Werfen, Schlagen ...)
- C:** Bewegungen, bei denen sich das Kind an meist feststehende Geräte anpasst und sich an ihnen bewegt (Schwingen, Springen, Balancieren ...)
- D:** Bewegungen, bei denen sich das Kind mit Hilfe von Geräten bewegt (Rollbrett-, Pedalo-, Radfahren ...)

Hervorzuheben ist, dass es sich bei diesen Unterteilungen nur um ein Raster zur Orientierung für den Erzieher handeln soll, anhand dessen Übungen gezielt ausgewählt werden. Die Wahrnehmungs- und Bewegungswelt von Kindern ist wesentlich komplexer. Bei den einzelnen Spielformen werden immer mehrere motorische und sensorische Fähigkeiten gefördert und beeinflussen sich wechselseitig.



Bewegungsspiele zur Förderung der kinästhetischen Wahrnehmung

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



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

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

„Kletten“

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

Variation:

- Eine Hindernisbahn gemeinsam zurücklegen

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Der Hexenmeister“

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

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand 1998

„Begrüßungen“

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

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Marionetten“

Die Kinder verteilen sich im Raum und spielen „Marionetten“. Ihr Körper wird von Fäden gehalten. Die Fäden geben nach, langsam verlieren die einzelnen Körperteile die Spannung und die Kinder sinken kraftlos zu Boden. Danach werden sie langsam wieder hochgezogen.

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Roboter“

Die Kinder spielen „Roboter“. Sie nehmen eine starre Körperhaltung ein und bewegen sich im Raum. Die Kinder müssen darauf achten, den anderen Kindern auszuweichen.

Variation:

- Auf ein Signal verändern sie ihr Bewegungstempo (ganz langsames – ganz schnelles Gehen, denn „Roboter“ können nicht laufen)

Schütter, U. 2000

„Autofahrer“

Es werden aus verschiedenen Kleingeräten Wegstrecken gelegt. Die Kinder sind die Autofahrer. Sie sollen in unterschiedlichen Geschwindigkeiten (erster bis vierter Gang) diese Strecken bewältigen und beim Entgegenkommen rechtzeitig ausweichen.

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999.

„Zauberwald“

Mit Geräten wird ein „Zauberwald“ gebaut. Ein Kind spielt den Zauberer, ein anderes die Fee. Wenn der Zauberer ein Kind mit dem Zauberstab berührt, muss es in der augenblicklichen Körperhaltung bleiben („versteinert“). Wird das Kind durch eine Berührung mit dem Tuch von der Fee erlöst, kann es sich wieder frei bewegen. Die Rollen werden von der Kindern mehrfach gewechselt.

Schütter, U. 2000

„Schwungtuch“

Die eine Hälfte aller Kinder fasst das Schwungtuch und macht damit Wellenbewegungen, die anderen Kinder laufen/krabbeln/rollen oder legen sich unter das Schwungtuch.

Variation:

- Es können auch unterschiedliche Bälle mit dem Schwungtuch hochgeworfen werden. Die Kinder beobachten: Welcher Ball fliegt langsam, welcher schnell?

Günzel, W. 1997

„Kinkerlitzchen mit dem Luftballon“

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

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 2000

„Rollende Reifen“

Jedes Kind bekommt einen Reifen und kann damit verschiedene Spiele versuchen:

- Den Reifen rollen und versuchen, sich genauso schnell wie der Reifen zu bewegen, dabei versuchen, ohne „Unfall“ an den anderen Reifen vorbeizukommen
- Den Reifen rollen und versuchen, ihn dabei zu überholen und mit verschiedenen Körperteilen zu stoppen
- Den Reifen auf der Stelle drehen

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Ball ‚Gassi‘ führen“

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

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Riesig“

Die Kinder legen mit Seilchen einen Riesen im Raum aus. Die Kinder benennen die Körperteile und legen sich hinein.

Variation:

- Buchstaben oder Zahlen werden ausgelegt und diese nachgelaufen

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Rollball“

Jedes Kind nimmt einen Ball in die Hand, rollt ihn durch die Halle und läuft im gleichen Abstand neben dem Ball her/versucht ihn zu überholen/überläuft ihn im Slalom/nimmt ihn im Grätschstand durch die Beine wieder auf.

Günzel, W. 1997





„Kreiselmatte“

Zwischen zwei übereinander liegenden Weichbodenmatten liegen Medizinbälle. Ein Kind legt sich auf die obere Matte und wird von den anderen Kinder durch Ziehen und Schieben der Matte leicht geschaukelt.

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Wassergraben“

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

Zimmer, R. 1999

„Wellenspringen“

Die Hälfte der Kinder bewegt ein Schwungtuch auf und nieder, so dass Wellen entstehen. Die anderen Kinder bewegen sich auf dem Tuch, sie versuchen, in die Luftblasen oder über die Wellen zu springen.

Variation:

- Anstelle des Schwungtuches können auch Fallschirme oder Bettlaken benutzt werden

Zimmer, R. 1999

„Fahrschule“

Die Kinder sollen sich zu kleinen Gruppen zusammenschließen und aus den vorhandenen Materialien „Fahrzeuge“ zusammenbauen. Sie fahren danach unter Beachtung der Verkehrsregeln (Überholen, Rechts vor Links ...) durch die Halle.

Günzel, W. 1997

„Intercity-Express“

Mehrere Kästen unterschiedlicher Höhe stehen nebeneinander. Sie stellen einen Bahnhof dar, wo die Fahrgäste auf den Zug warten. Der Zug besteht aus einer Weichbodenmatte, unter der mehrere Rollbretter liegen. Sie wird von der Erzieherin/dem Erzieher (und einigen Kindern) am Bahnhof vorbeigeschoben. Der Zug hält kurz und die Kinder springen auf die Matte.

Variationen:

- Jedes Kind darf einen Zug bestellen, der entweder halten/langsam vorbeifahren soll – das Kind springt auf den fahrenden Zug auf.
- Es gibt verschiedene schnelle Züge die am Bahnhof vorbeifahren – einige Kinder wagen es, vom Zug auf den Bahnhof zu springen/steigen – der Intercity hat einen „Schlafwagen“, wo die Kinder mit geschlossenen Augen sanft transportiert werden.

Zimmer, R. 1999

„Zeitungsmauer“

Ein großes Zeitungsblatt wird von zwei Kindern an den Ecken gefasst und zwischen beide gehalten. Die Kinder fahren auf Rollbrettern durch diese Mauer. Bei genügender Geschwindigkeit reißt die Zeitungsmauer.

Variation:

- Die Mauer kann auch aus Schaumstoffelementen gebaut werden.

Zimmer, R. 1999

„Baustelle“

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

Variation:

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

Zimmer, R. 1999



Bewegungsspiele zur Förderung der vestibulären Wahrnehmung

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

Die vestibuläre Wahrnehmung ist für die Gleichgewichtsregulation des Körpers verantwortlich, d.h. der Körper kann im Gleichgewicht gehalten bzw. das Gleichgewicht wiederhergestellt werden. Das Gleichgewichtsorgan befindet sich im knöchernen Labyrinth des Innenohrs. Es reagiert auf Schwerkrafteinwirkung und auf Bewegungs- und Lageveränderungen des Körpers im Raum. Die Gleichgewichtsfähigkeit wird differenziert in statische, dynamische und Objektgleichgewichtsfähigkeit.

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

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

„Seiltänzer“

Die Kinder sind „Seiltänzer“. Die Seile stellen die Hallenlinien dar. Sie sollen in verschiedenen Bewegungsformen über die Seile gehen: Vorwärts/rückwärts/seitwärts/in der Hocke/gebückt/auf Zehenspitzen/mit geschlossenen Augen.

Günzel, W. 1997

„Storch im Nest“

Es werden aus Sprungseilen runde „Storchennester“ gelegt. Die Kinder stehen dort mit angelegten Armen („Flügel“) auf einem Bein oder beiden Fußspitzen und versuchen, erst mit offenen, dann mit geschlossenen Augen das Gleichgewicht zu halten. Wenn sie es zu verlieren drohen, können sie versuchen, es durch „Flügelschlagen“ oder durch das Öffnen der Augen wiederherzustellen.

Günzel, W. 1997

„Hausbesetzer“

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

Variation:

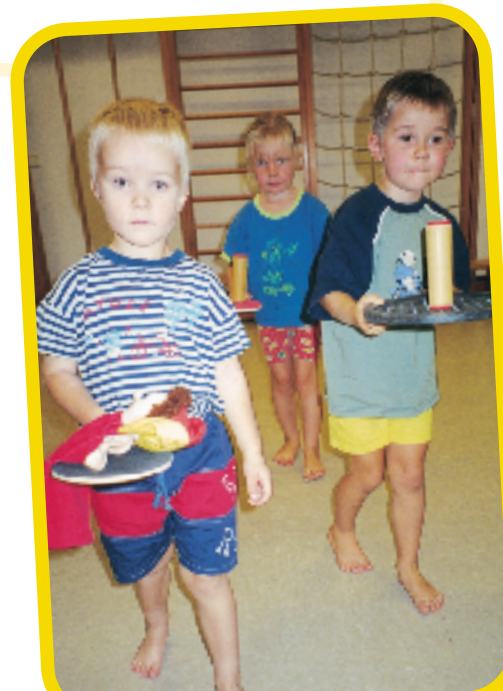
- Nur in einen Reifen springen, in dem schon ein Kind steht. Dieses muss den Reifen dann verlassen.

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Schaufensterpuppen“

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999



„Ballkellner“

Die Kinder legen auf einen Tischtennisschläger einen Ball o. Ä. und versuchen, diesen zu balancieren.

Variation:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Einfrieren“

Die Kinder bewegen sich zur Musik durch den Raum. Bei Musikstopp „frieren sie sich ein“, d.h. sie verharren in einer bestimmten Position und bewegen sich weiter, wenn die Musik wieder einsetzt.

Schütter, U. 2000

„Eisschollenspiel“

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Artistenball“

Je zwei Kinder stehen sich im Abstand von zwei bis drei Metern auf Turnbänken gegenüber. Sie sollen sich einen Ball auf unterschiedliche Weise zuwerfen, ohne dass sie die Bank verlassen müssen.

Variationen:

- Den Ball einmal auf tippen lassen
- Nach dem Fangen eine Drehung auf der Bank ausführen und zurückwerfen
- Auf den Bänken sitzen und den Ball mit den Füßen zuwerfen

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Die Brücke“

Eine Langbank (schmale/breite Seite) stellt eine Brücke dar, die Matten an den Enden bilden die Ufer. Die Kinder gehen erst über die breite, dann über die schmale Seite, später mit Variationen (vorwärts, rückwärts, seitwärts, mit Transport von Kleingeräten).

Beim Gehen insbesondere über die schmale Seite sollte auf Hilfestellung geachtet werden.

Günzel, W. 1997

„Wackelboot“

Ein Kastenoberteil wird auf mehrere Medizinbälle gelegt, so dass es zwar beweglich aber dabei stabil bleibt. Das Kind versucht, auf diesem Kastenoberteil das Gleichgewicht zu halten.

Variationen:

- Das Kind versucht, dabei verschiedene Gegenstände zu balancieren
- Es werden mehrere Wackelboote hintereinander gebaut

Günzel, W. 1997

„Bach durchqueren“

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

Zimmer, R. 1999

„Riesenschritte“

Es wird eine Kastenreihe aufgebaut, vor und hinter dem Kasten liegen Matten. Die Kinder laufen über die Kastenreihe und dann neben den Kästen zurück zum Start.

Als Varianten wird der Abstand zwischen den Kästen vergrößert und es werden zusätzliche Schwierigkeiten eingebaut, wie Rückwärts-Gehen oder etwas tragen.

Zimmer, R. 1999

„Schlangenlinie“

Es werden mit Bierdeckeln/Teppichfliesen Schlangenlinien auf den Boden ausgelegt. Die Kinder müssen versuchen, (auf Zehenspitzen) von Deckel zu Deckel zu gehen. Später kann man dann verschiedenfarbige Fliesen auf den Boden legen, wobei die Kinder jeweils nur eine Farbe betreten dürfen.

Zimmer, R. 1999

„Balancieren auf der Turnbank“

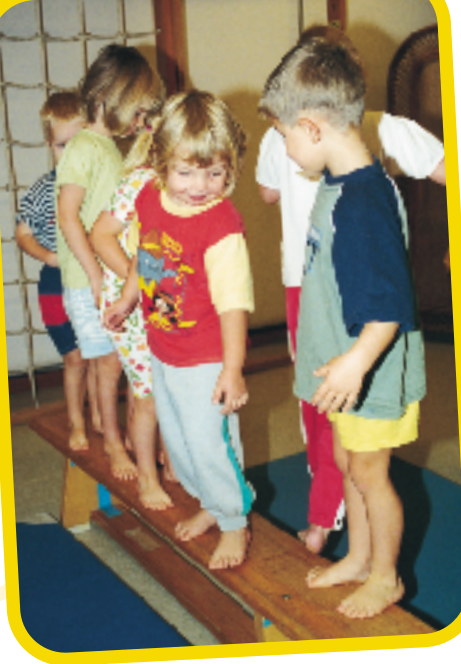
Die Kinder sollen verschiedene Übungen auf der Turnbank durchführen:

- Auf umgedrehten Bänken balancieren
- Kleingeräte als Hindernisse auf die Bank legen
- Bänke höher lagern z. B. auf kleine Kästen
- Bänke schräg lagern bzw. einhängen

Variationen:

- Die umgedrehte Bank auf Gymnastikstäbe legen
- Die umgedrehte Bank auf einen kleinen Kasten legen (Wippe)

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999



„Eiertanz“

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Rodeo“

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

Variation:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Busfahrt“

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

Variationen:

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

Bei bewegungsunsicheren Kindern Hilfestellung geben.

Zimmer, R. 1999

„Begegnungen auf der Bank“

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

Variation:

- Bänke im Viereck aufstellen, alle Kinder balancieren darüber.

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„See-Wege mit Fähre“

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

Variationen:

- mit geschlossenen Augen über die Balancierwege gehen
- die Balancierwege können in größere Bewegungslandschaften eingebaut werden

Bei labilem Untergrund sollte Hilfestellung gegeben werden.

Zimmer, R. 1999

„Pedalo fahren“

Die Kinder sollen anfangs versuchen, sich an das Pedalo zu gewöhnen. Anschließend mit dem Pedalo vorwärts und rückwärts fahren. Anfangs ist unbedingt auf Hilfestellung zu achten.

Günzel, W. 1997



Bewegungsspiele zur Förderung der taktilen Wahrnehmung

Die taktile Wahrnehmung reagiert auf Informationen, die über die Haut empfangen werden (Druck, Berührung, Temperatur, Schmerz). Sie trägt dazu bei, dass das Kind die unterschiedlichen Qualitäten von Materialien und Gegenständen (Erkennen von verschiedenen Gewichten, von unterschiedlicher Feuchtigkeit, Temperatur und Oberflächenbeschaffenheit) seiner Umgebung differenzieren lernt.

Über die Haut als größtes Wahrnehmungsorgan nimmt das Kind erste Informationen aus seiner Umwelt auf und lernt, Berührungen zu tolerieren, als angenehm/unangenehm zu empfinden und ihnen eine entsprechende Bedeutung zu geben.

Die taktile Wahrnehmung hat eine bei der Geburt ausgereifte Struktur und umfasst die gesamte Oberflächensensibilität unseres Körpers. Sie entwickelt sich über das globale Empfinden von Berührungsreizen hin zu einer zunehmenden Differenzierungsfähigkeit für Tasteindrücke. Diese allmähliche Differenzierung trägt dazu bei, dass das Kind eine immer genauere Vorstellung von seinem Körper erfährt.

Übungen zur taktilen Wahrnehmung sollten vor allem die Hände und Füße beanspruchen.

Besonders intensiv wird der Tastsinn bei geschlossenen Augen angesprochen.

„Zwillinge“

Zwei Kinder fixieren einen Luftballon oder Softball mit verschiedenen Körperteilen und versuchen, sich gemeinsam in verschiedene Richtungen zu bewegen, ohne dass der Ball/Ballon herunterfällt.

Günzel, W. 1997

„Kalt und Warm“

Die Kinder sollen bei verschiedenen Gelegenheiten auf den Unterschied von Kalt und Warm hingewiesen werden und dies durch Berührungen selbst ausprobieren, z. B. kalte/warme Heizung, warme Tasse mit Tee, kalter Becher mit Milch etc.

Herm, S. 1993

„Fühlpost“

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

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins H. J. 1999

„Erlebnisbahn“

Eine Reihe von Seilchen wird verknotet und hintereinander ausgelegt. Entlang dieser Seilchen werden verschiedene Hindernisse (Hütchen, Bälle ...) und Untergründe (Matten, nasse Tücher ...) aufgebaut. Die Kinder gehen mit verbundenen Augen, geführt von einem Kind, den Seilchen entlang und nehmen die verschiedenen Eindrücke wahr.

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Zahlen malen“

Ein Kind zeichnet einem anderen Kind mit dem Finger verschiedene Zahlen/Formen auf den Rücken, die es dann erraten muss.

Schütter, U. 2000

„Plumpsack“

Die Kinder sitzen oder stehen im Kreis. Eine Spielerin/ein Spieler läuft außen herum und schlägt einem Kind auf die Schulter. Das Kind greift sich das Tuch, läuft hinter dem Kind her und versucht, es zu fangen bevor es die Runde beendet hat und auf dem freigewordenen Platz ankommt. Gelingt es dem Kind nicht, muss es nun selbst herumgehen.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand 1988

„Gegenstände sortieren“

In der Kreismitte liegen verschiedene Gegenstände, ein Kind soll mit verbundenen Augen alle Löffel oder alle Becher herausfinden.

Herm, S. 1993

„Taktiler Telefon“

Die Kinder sitzen in einer Reihe hintereinander. Die Erzieherin/der Erzieher zeigt dem letzten Kind auf einem Blatt ein Zeichen/Bild. Das Kind „malt“ dieses Bild auf den Rücken des vor ihm sitzenden Kindes. Das vorderste Kind malt das Wahrgenommene auf ein Blatt Papier.

Schütter, U. 2000

„Spiegelbild“

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

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins H. J. 1999

„Roboterspiel“

Ein Kind ist ein Roboter, das andere Kind steht hinter ihm und gibt durch Antippen der Schultern die Richtung an, in der sich der Roboter bewegen soll.

Antippen zwischen den Schulterblättern = Start;
Antippen auf den Kopf = Stopp.

Schütter, U. 2000

„Fliegenspiel“

Zwei Kinder stehen einander gegenüber, ein Kind schließt die Augen. Das andere Kind tippt mit dem Zeigefinger auf ein Körperteil. Das „blinde“ Kind versucht, die „Fliege“ abzuschütteln.

Schütter, U. 2000

„Schwebende Tücher“

Die Kinder falten verschiedene Tücher, werfen sie dann hoch und versuchen, sie mit unterschiedlichen Körperteilen langsam wieder aufzufangen.

Günzel, W. 1997

„Luftballonstaffel“

Die Kinder stehen einander jeweils in Zweiergruppen gegenüber, eine Gruppe hat einen Luftballon der in einer vorgegeben Form zur jeweils anderen Gruppe herüber gebracht werden muss.

Günzel, W. 1997

„Formen nachlegen“

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

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999



„Kitzelmonster“

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

Variation:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Der Mattenberg“

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

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Tasträtsel/Tastbox“

Ein Kind legt dem anderen Kind einen Gegenstand vor, den es mit geschlossenen Augen ertasten soll. Alternativ dazu können verschiedene Gegenstände in einen Turnbeutel oder einer leeren Waschlumpentrommel mit zwei Öffnungen versteckt werden, die dann von den Kindern erraten werden müssen, bzw. es sollen gleichartige Gegenstände ertastet werden.

Schütter, U. 2000

„Blindgänger“

Die Kinder stehen nebeneinander an einer Seite des Raumes. Im Abstand von fünf bis zehn Metern liegt parallel zu ihnen ein Seil. Nachdem die Kinder gesehen haben, wo das Seil liegt, werden ihnen die Augen verbunden und auf ein Kommando gehen sie los. Wenn sie glauben, am Seil angekommen zu sein, bleiben sie stehen.

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Taststraße“

Unterschiedliche Materialien werden im Raum ausgelegt, sie bilden eine Taststraße. Die Kinder sollen mit geschlossenen Augen, möglichst barfuß unterschiedliche Materialien wahrnehmen.

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Figurenspiel“

Ein Kind legt mit einem Sprungseil eine bestimmte Figur auf den Boden, die das andere Kind bei geschlossenen Augen mit der Hand oder dem Fuß ertasten soll.

Schütter, U. 2000



Bewegungsspiele zur Förderung der auditiven Wahrnehmung

Die auditive Wahrnehmung ermöglicht es, Geräusche, Stimmen, Klänge und Töne wahrzunehmen und sie zu unterscheiden. Das Hörorgan liegt im Mittel- und Innenohrbereich in räumlicher Nähe zum Gleichgewichtsorgan.

Das auditive System spielt eine wichtige Rolle für die Kommunikation und Kognition, es bildet die Grundvoraussetzung für den Spracherwerb. Schon im Mutterleib nehmen Kinder Geräusche und Töne wahr, die sich in der nachgeburtlichen Entwicklung zunehmend differenzieren. Der Raum-Lage-Sinn wird dadurch mit beeinflusst. Insbesondere die differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit unterschiedlicher Geräuschquellen im Straßenverkehr sowie im Spielraum ist für die Sicherheit des Kindes von Bedeutung.

Wie auch beim Tastsinn wird die auditive Wahrnehmung besonders bei geschlossenen Augen angesprochen. Häufig werden mehrere Sinnessysteme miteinander verknüpft.

„Räuber Hotzenplotz“

Ein Kind spielt den Räuber Hotzenplotz und steht an der Hallenwand. Alle anderen Kinder stehen ihm in ca. fünf Meter Abstand gegenüber. Die Erzieherin/der Erzieher erzählt eine Geschichte in der, sobald der Name „Hotzenplotz“ darin vorkommt, der Räuber versuchen muss, die Kinder zu fangen. Wenn ein Kind gefangen wird, wird es selbst zum Räuber.

Das Spiel nur in einem begrenzten Feld spielen, das ausreichenden Abstand zur Wand lässt.

Günzel, W. 1997

„Hussa“

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Der Polizist“

Die Kinder laufen im Kreis, in der Mitte steht die/der Polizistin/Polizist. Wenn die/der Polizistin/Polizist einmal pfeift, bleiben die Kinder stehen, wenn sie oder er zweimal pfeift, laufen sie weiter.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand 1988

„Versteinern“

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Laut und Leise“

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

Herm, S. 1993

„Flugzeuge“

Die Kinder spielen verschiedene Flugzeuge. Sie sind:

- Segelflieger
(langames Bewegen mit ausgebreiteten Armen)
- Hubschrauber
(Hüpfen mit Armkreisen)
- Düsenjäger
(schnelles Laufen mit angelegten Armen)

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

Herm, S. 1993

„Weg da“

Nach dem Lied von Hermann van Veen „Weg da“ versuchen die Kinder, den Text in Bewegung umzusetzen (rennen, tanzen, springen, hinfallen und gleich wieder aufstehen).

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Autospiel“

Die Kinder spielen Autos/Autofahrer/in. Jedes Auto hat vier Gänge. Auf ein Signal hin müssen die Kinder jeweils einen Gang höher bzw. niedriger schalten und dabei schneller bzw. langsamer laufen. Die verschiedenen Gänge können die Kinder mit den Geräuschen begleiten, die ihnen dazu einfallen.

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Heulbojen“

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Kleine Hunde – große Hunde“

Gemeinsam wird überlegt, wie kleine bzw. große Hunde bellen (z. B. Dackel ganz hoch und Schäferhunde ganz tief). Die Kinder suchen sich wechselseitig Hunde aus und „bellen“ und bewegen sich dazu.

Herm, S. 1993



„Ich höre was, was du nicht hörst“

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

Variation:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Geräusche machen“

Die Kinder sollen durch unterschiedliche Materialien verschiedene Geräusche erzeugen, z. B. durch das Prellen von unterschiedlichen Bällen, durch das Drehen von Gymnastikreifen und das Zuhören, wie sie langsam zu Boden fallen, durch das Benutzen der vorhandenen Musikinstrumente.

Herm, S. 1993

„Geräusche raten“

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

Herm, S. 1993

„Der Bär schläft noch“

In der Mitte des Raumes liegt ein Kind auf einer Matte und spielt einen Bären. Die Kinder gehen um ihn herum und rufen „Guten Morgen, Frau/Herr Bär!“. Er brummt. Die Kinder rufen „Steh auf!“. Er brummt wieder. Sie fragen „Wie lange willst du noch schlafen?“. Der Bär richtet sich ein wenig auf und sagt „Vier Stunden“. Die Kinder zählen gemeinsam bis vier und der Bär steht auf. Bei vier laufen die Kinder fort und der Bär versucht, eines zu fangen, das dann beim nächsten Spiel die Rolle des Bären übernimmt.

Damit die Kinder genug Platz zum Auslaufen haben, soll das Spielfeld durch einen ausreichenden Randbereich begrenzt werden.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand 1988

„Geräusche suchen“

Verschiedene Kleingeräte (Säckchen, Bälle ...) werden fallengelassen. Die Kinder sollen mit geschlossenen Augen in die Richtung zeigen, aus der das Geräusch kam.

Die Kinder sollen danach die Augen öffnen und in Richtung des Geräusches laufen.

Herm, S. 1993

„Atomspiel“

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Die heiße Kartoffel“

Die Kinder sitzen im Kreis. Es wird zu einem bestimmten Musikstück ein Ball von den Kindern möglichst schnell weiter gespielt. Hört die Musik auf, hat das Kind, das gerade den Ball in der Hand hat, die „heiße Kartoffel“.

Es muss, um die Hände zu kühlen, zweimal um den Kreis laufen und darf dann wieder mitspielen.

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Ballreise“

Die Kinder sitzen im Grätschsitz im Kreis und rollen sich abwechselnd einen Ball zu. Das Kind, das den Ball rollt, sagt: „Mein Ball rollt zu ...“. Dem genannten Kind wird der Ball zwischen die gegrätschten Beine gerollt.

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Zauberreifen“

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

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Schatzhüter“

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999



Bewegungsspiele zur Förderung der visuellen Wahrnehmung

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

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

Die visuelle Wahrnehmung wird oft als wichtigste und dominanteste Wahrnehmungsfähigkeit für die Orientierung in der Umwelt angesehen, der weitaus größte Teil der von außen kommenden Informationen wird über diesen Sinnesbereich aufgenommen. Sie ermöglicht die Strukturierung der Umwelt und das Klassifizieren von Gegenständen. Durch diese Fähigkeit ist die Wahrnehmung von verschiedenen Helligkeiten, Objektgrößen und -formen sowie Farben und deren Unterscheidung möglich.

Kinder können aufgrund ihrer Körpergröße Situationen schlechter überblicken (vgl. S. 5). Ihr Blickfeld ist kleiner und auf den Nahbereich ausgerichtet. Gerade im Straßenverkehr und auch im Spielbereich ist aber das Einschätzen von Geschwindigkeiten für die Sicherheit der Kinder wichtig. Allerdings können Kinder im Alter von vier Jahren meistens die vier Grundfarben Blau, Grün, Gelb und Rot unterscheiden.



„Zublinzeln“

Die Kinder bilden einen Kreis. Je zwei Kinder stehen hintereinander, nur eins hat keine Partnerin/keinen Partner. Dieses Kind versucht, durch Zublinzeln zu einem Kind, das im Kreis innen steht, eine neue Partnerin/einen neuen Partner zu bekommen.

Die Partnerin/der Partner, der hinter dem angeblinzelten Kind steht, versucht, das Kind festzuhalten. Wird die Partnerin/der Partner festgehalten, muss das alleinstehende Kind eine andere Partnerin/einen anderen Partner anblinzeln.

Günzel, W. 1997

„Schattenlaufen“

Die Kinder spielen zu zweit. Ein Kind läuft/geht/hüpft ... vorneweg. Das andere Kind versucht, seine Bewegungen nachzumachen.

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Schwänzchen fangen“

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

Zimmer, R. 1999

„Rotes und grünes Tuch“

Die Kinder stehen alle auf einer Linie. Auf der anderen Seite des Raumes/Halle steht die Erzieherin/der Erzieher mit einem roten und grünen Tuch. Hebt sie/er das rote Tuch, laufen alle Kinder in Richtung Ziel, hebt sie/er das grüne Tuch, stoppen sie ganz schnell ab. Es ist darauf zu achten, dass das Ziel weit genug von der Hallenwand entfernt ist, damit die Kinder genug Raum zum Auslaufen haben.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand 1988

„Verkehrspolizist“

Es bilden sich vier Gruppen jeweils an den Ecken des Raumes. In der Mitte steht die Polizistin/der Polizist und signalisiert, in welche Gruppe die Kinder gehen oder laufen sollen. Die Kinder können verschiedene Arten von Verkehrsteilnehmern nachahmen.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand 1988

„Katz und Maus“

Auf den Boden werden mit Seilchen oder Reifen Kreise gelegt, zwei weniger als Kinder im Raum sind. Die Kreise sind die Mauselöcher, ein Kind spielt die Katze, das andere die Maus. Die Katze versucht, die Mäuse zu fangen. Die Mauselöcher, in der sich die Maus nur eine bestimmte Zeit ausruhen darf, sind zu klein für zwei Mäuse.

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1988

„Rot und Grün“

Der Raum ist in drei Felder aufgeteilt. Das Mittelfeld ist die Straße. Die Kinder stehen in einem Außenfeld. Die Erzieherin/der Erzieher wirft einen Schaumstoffwürfel, der mit rotem und grünem Papier beklebt ist, hoch und die Kinder reagieren entsprechend auf die Farben.

Grün: Die Straße überqueren

Rot: Im Außenfeld bleiben

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand 1988

„Fliegende Tücher“

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

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1988

„Zielwerfen“

Die Kinder werfen mit verschiedenen Geräten (Bälle, Säckchen, Indiacas ...) auf Zielscheiben und können dabei unterschiedlich viele Punkte erzielen.

Es werden auf einer Langbank mehrere Objekte aufgestellt, die von den Kindern getroffen werden müssen.

Es werden leere Kartons aufgestellt/Kastenteile umgedreht, in die die Kinder aus unterschiedlichen Entfernungen versuchen hineinzutreffen. Die Kinder werfen Ringe über Gymnastikkegel.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand 1988

„Luftpost“

Mehrere Gymnastikreifen sind in der Halle verteilt, sie stellen Inseln dar. Die Kinder stehen in den Reifen und dürfen diese nicht verlassen. Sie verteilen Luftpost (sie werfen sich Bälle zu). Immer mehr Luftpost wird in Umlauf gebracht, wobei die Kinder versuchen sollen, möglichst wenig davon zu verlieren. Das Spiel ist zu Ende, wenn die gesamte Post verloren ist.

Variation:

- Seeräuber zwischen den Reifen können versuchen, Beute zu machen.

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Frisbee-Golf“

Mehrere Gymnastikreifen sind im Raum verteilt. Sie sind gleichzeitig Abwurfing und Ziel. Die Kinder sollen mit möglichst wenig Versuchen eine Frisbee-Scheibe (Schaumstoff) ins Ziel zu werfen. Sie dürfen von dem Platz weiter machen, wo die Frisbee-Scheibe liegen geblieben ist.

Variationen:

- Statt Reifen mit Kreide markierte Turnmatten
- Statt Frisbees Bierdeckel, kleine Säckchen

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Halt den Ballon im Auge“

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

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Ein Ei gleicht dem anderen“

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

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Überraschungsball“

Zwei Kinder stehen im Abstand von ca. zwei Metern hintereinander. Das hintere Kind hat einen Ball und rollt ohne vorheriges Ansagen den Ball links/rechts/durch die Beine am ersten Kind vorbei, dies muss versuchen, den Ball vor einer bestimmten Linie einzuholen.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand 1988

„Reaktionsball“

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

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H. J. 1999

„Korbwächter“

Die Kinder bilden einen Kreis und haben je einen Ball. In der Mitte des Kreises steht ein Korb, ein Kind spielt die Korbwächterin/den Korbwächter. Die anderen Kinder müssen versuchen, im Abstand von zwei bis drei Metern ihren Ball in den Korb zu werfen, die Korbwächterin/der Korbwächter muss dies verhindern. Sind alle Bälle im Korb, wechselt die Korbwächterin/der Korbwächter.

Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand 1988

„Ball im Kreis“

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

Variationen:

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

Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins H. J. 1999

„Pfützenspringen“

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

Variationen:

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

Zimmer, R. 1999

„Inseln springen“

Es werden Teppichfliesen im Raum ausgelegt. Es sind Inseln, auf denen nur ein Kind leben kann, die Kinder dürfen die Inseln besetzen und auch andere Inseln besuchen. Da zwischen den Inseln Wasser ist, versuchen sie hinüberzuspringen, die Kinder können aber auch hinschwimmen.

Variation:

- Die Teppichfliesen können zu einer Straße hintereinander gelegt werden.

Zimmer, R. 1999

„Zauberschlange“

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

Variation:

- Anstelle des Seiles können dicke farbige Bänder verwendet werden.

Zimmer, R. 1999

STUNDENBEISPIELE ZUR FÖRDERUNG VON WAHRNEHMUNG UND BEWEGUNG

Im zweiten Kapitel sind Bewegungsspiele zur Förderung der einzelnen Wahrnehmungsbereiche vorgestellt worden. Diese Spielformen können als Bausteine für ein Bewegungsangebot eingesetzt werden, sie umfassen für sich aber noch keine komplette Stunde.

Die folgenden fünf Beispiele sind aus dem Band „Praktischer Ratgeber zur Bewegungserziehung im Kleinkind- und Vorschulalter“ der Sportjugend NRW entnommen.

In den fünf Einheiten wird die Förderung sensomotorischer, kognitiver, emotionaler und sozialer Lernbereiche angemessen berücksichtigt, womit die in Kapitel 2.4 beschriebene ganzheitliche Förderung des Kindes gewährleistet ist.

Gelenkte und strukturierte Bewegungsangebote, wie hier notwendigerweise beschrieben, widersprechen nicht der psychomotorischen Praxis, denn sowohl freie als auch gelenkte Angebote haben hier ihren Platz.

Die fünf Stundenbeispiele sind so gewählt, dass hier insbesondere die Basissinne (vgl. 3.1) gefördert werden.

Die Einheit „**Am Ende sind die Füße**“ schult besonders die taktile, kinästhetische und vestibuläre Wahrnehmung. Die Unterrichtseinheiten „**Knall, Knall, Knall, wir fliegen jetzt ins All**“; „**Die Bärenkinder**“ und „**Eine runde Sache**“ fördern ebenfalls vorwiegend die Basissinne unter Berücksichtigung vielfältiger Materialerfahrung. Im Hinblick auf die Förderung der Sicherheit von Kindern im Straßenverkehr wurde bei der Förderung der visuellen Wahrnehmung die Farbwahrnehmung („**Rot, Gelb, Grün**“) ausgewählt.



Die Bärenkinder – Förderung des Gleichgewichts

Zeit: ca. 45 – 60 Minuten

Teilnehmer/innen: 25 bis 30 Vorschulkinder

Materialien: Für jede Station wird ein Bild angefertigt, wonach die Kinder die Station entsprechend aufbauen können. Materialien siehe einzelne Stationsbeschreibungen.

Einstimmung Lied „Was hört der Bär?“
(Impulse Musikverlag, Drensteinfurt 1997)

Die Geschichte der Bärenkinder erzählen:

Die Bärenkinder treffen sich morgens auf der Wiese und wollen einen Ausflug in die Traumhöhle machen. Dazu müssen sie durch einen Bach, eine Schlucht, auf einen Berg, durch den Wald und über eine Brücke klettern, bis sie sich alle in der Traumhöhle wiedertreffen und dort ausruhen können. Je nach Alter der Gruppe wird die Geschichte entsprechend erzählt und gestaltet.

Sitzkreis

Schwerpunkt Aufbau der Stationen, Erläuterungen zu den Stationen und Bewegungsaufgaben.

Bach: „Klettert mit den drei Steinen (Bierdeckel) durch den Bach, ohne nass zu werden (ohne auf den Boden zu treten).“

Schlucht: „Schleicht leise auf Zehenspitzen durch die Schlucht, ohne euch zu verletzen (ohne die Seile zu berühren).“

Wald: „Schleicht durch den Wald, ohne die Bäume zu berühren. ... Wenn ihr den Zauberbaum seht, rührt euch nicht vom Fleck, bis ihr von einem anderen Kind erlöst werdet.“

Berg: „Steigt auf den hohen Berg. Bleibt oben stehen und schaut bis zu eurer Traumhöhle.“

Brücke: „Balanciert über die Brücke, ohne ins Wasser zu fallen. Haltet euren Rucksack hoch über dem Kopf, damit er nicht nass wird.“

Bärengruppen von 3–4 Kindern bilden. Die Gruppe erhält jeweils von der Bärenmutter/ vom Bärenvater ein Bild, zu welcher Station sie als nächstes gehen muss.

Ausklang Zum Abschluss treffen sich alle Bären in der Höhle und ruhen sich aus. Die Bären legen sich auf Matten und schließen die Augen. Die Bärenmutter/der Bärenvater erzählt eine Traumgeschichte.

Gemeinsames Aufräumen

Rot, Gelb, Grün – Spielerische Farbwahrnehmung

Zeit: ca. 45 Minuten

Teilnehmer/innen: 25 bis 30 Vorschulkinder

Materialien:

- je Kind jeweils ein Tuch, eine Pylone (oder Papptüte) und ein Luftballon in Rot, Gelb oder Grün
- evtl. ein Tennisring pro Kind
- je Kind ein rotes, gelbes oder grünes Parteiband bzw. Farbpunkte
- drei Farbwürfel
- ein großes Spielfeld auf Tapetenbahnen
- möglichst viele Sandsäcke
- vier kleine Kästen
- dreimal Plakatpapier und Wachsmalstifte
- Kassettenrecorder, Musikkassette

Einstimmung Begrüßung und Bekanntgabe des Stundenthemas.

Kreisgespräch

Gemeinsames Lied:

„Grün, grün, grün sind alle meine Kleider“

Die im Liedtext angesprochenen Farben können von den Kindern im Raum erkannt und gezeigt werden.

Singkreis

Spiel „Straßenverkehr“:

Die Übungsleiter zeigen ein farbiges Tuch und die Kinder reagieren wie folgt:

„Grün“ bedeutet schnelles Laufen

„Gelb“ bedeutet langsames Laufen

„Rot“ bedeutet Stehenbleiben

Mögliche Variationen:

Wird die Farbe „grün“ oder „gelb“ nach oben gehalten, fahren die Autos vorwärts; wird die Farbe nach unten gezeigt, legen alle den Rückwärtsgang ein.

Alle kreuz und quer durch die Halle



Hauptteil

Erklärung des Spielverlaufs zum „Farben-Malefiz-Spiel“

Jede Gruppe würfelt mit ihrem Würfel und setzt nach erwürfelter Farbe die Pylone um einen Punkt weiter. An den Zwischenstationen (eckige Felder) hat jede Gruppe eine Aufgabe zu erfüllen, die erst dann bekanntgegeben wird.

Alle vor dem Spielplan

Aufteilen der Kinder in drei gleich große Gruppen. Jedes Kind erhält entsprechend der Gruppenfarbe ein Parteiband oder einen Farbpunkt.

Drei Gruppen vor dem Spielplan

Spielen des Farben-Malefiz mit Erfüllen der Aufgaben:

1. Aufgabe: In einem umgedrehten kleinen Kasten liegen rote, gelbe und grüne Sandsäckchen bereit. Jede Gruppe muss entsprechend ihrer Farbe die jeweiligen Säckchen in den markierten Kasten auf der gegenüberliegenden Hallenseite transportieren.

Hin und her zwischen den Stirnseiten der Halle

2. Aufgabe: Alle malen gemeinsam eine bunte Blumenwiese (auf ein für die Gruppe vorbereitetes Plakat).

Alle Kinder einer Gruppe an ihrem auf dem Boden liegenden Plakat

3. Aufgabe: Jeder nimmt sich entsprechend der Gruppenfarbe einen Luftballon und spielt damit frei im Raum.

Freies Spiel im Raum

Ausklang

Abschließendes Spiel:

Alle Luftballons werden in der Luft gehalten solange die Musik spielt. Bei Musikstopp fängt jeder einen Ballon auf. Entspricht der gefangene Ballon nicht der eigenen Gruppenfarbe, wird er an ein Kind mit gleicher Farbe übergeben.

Frei im Raum

Abschlussgespräch mit Präsentation der Gruppenbilder.

Gesprächskreis

Gemeinsames Abschlussritual wie in jeder Stunde oder Wiederholung des Liedes: „Grün, grün, grün ...“.

Am Ende sind die Füße – Spielformen zur taktilen Wahrnehmung im Fußbereich

- Zeit: ca. 60 Minuten
- Teilnehmer/innen: 25 bis 30 Vorschulkinder, barfußig
- Materialien:
- die Geschichte des Papalagi
 - Klebepunkte
 - ein ausgeschnittener Fußumriss
 - kleine Handtücher
 - Öle oder Fettcreme
 - Waschschüsseln
 - evtl. kleine Planschbecken
 - gefüllte Kartons

Die Materialien (für die Kartons) sollten möglichst natürlich sein und unterschiedliche Eigenschaften haben, wie hart–weich, eckig–rund, warm–kalt, klebrig–flauschig usw. (z. B. Sand, Moos, Gras, Kiesel, Blätter, Tannenzapfen, Samt, Wolle, Metall, Holz, Ton, flüssige Schmierseife, Korke, zerrissenes Papier, Seife, gefüllte Wärmflasche).

Einstimmung Begrüßung, frei erzählte Geschichte zu den Füßen.

Gesprächskreis

Die Füße wachen auf, räkeln, strecken und drehen sich, sie sehen den zweiten Fuß, begrüßen sich, spielen miteinander und zeigen einander, was sie können.

Sitzkissen

Hauptteil

Viele kleine Zappelfüße zappeln hin und her,
vielen kleinen Zappelfüßen fällt das gar nicht schwer.
Viele kleine Zappelfüße zappeln auf und nieder,
viele kleine Zappelfüße tun es immer wieder.
Viele kleine Zappelfüße zappeln rund herum,
viele kleine Zappelfüße, die sind gar nicht dumm.
Viele kleine Zappelfüße suchen ein Versteck,
viele kleine Zappelfüße sind auf einmal weg.
Viele kleine Zappelfüße rufen laut „Hurra“!
Viele kleine Zappelfüße, die sind wieder da.
(angelehnt an „Die Zappelmänner“ aus „Sing mit mir ...“)

Sitzkreis

Langsam und behutsam berühren die Füße den Boden, der Körper richtet sich auf.

Freie Aufstellung

Gespräch zu folgender Frage:

„An welchen Stellen der Fußsohle spürt ihr euer Gewicht?“

Ergebnissicherung mit Klebepunkten auf ausgeschnittenem Fußumriss

Aufgabenstellung:

„Mit unseren Füßen können wir uns ganz unterschiedlich durch die Halle bewegen.“

Freies Bewegen durch die Halle

Bewusstmachen der unterschiedlichen Bewegungsansätze und Fußsätze zur Verdeutlichung von Bewegungsqualitäten (z. B. leicht–schwer, schnell–langsam, weit–eng, laut–leise, schleichen–stampfen).

Gesprächsform („Wie bin ich am leisesten gelaufen? Welche Teile des Fußes haben dabei den Boden berührt?“) im Wechsel mit freiem Ausprobieren in der Halle

Gespräch über verschiedene Untergründe in unterschiedlichen Umgebungen.

Gesprächskreis

Bau eines Barfußweges.

Kinder legen die vorbereiteten Kartons zu einem Weg aus

Den Weg mit geöffneten Augen, später nach Wunsch auch mit geschlossenen Augen einzeln oder zu zweit begehen.

Alleine, evtl. paarweise Wechsel von Führen und Geführtwerden

Gespräch über das Erlebte

mögliche Fragestellungen: Was ist angenehm, unangenehm? Wie fühlt sich was an?

- nochmaliges Ausprobieren
- gemeinsames Fußbad

Planschbecken oder Plastikwannen mit lauwarmen Wasser, Handtücher, Kinder sitzen in Kreisform um die Wasserbecken herum, Füße baumeln im Wasser

Ausklang

Paarweise oder einzeln die Füße mit Öl oder Creme einreiben und massieren.
Gemeinsamer Ausklang wie in jeder Stunde.

Knall, Knall, Knall, wir fliegen jetzt ins All – eine phantastische (Bewegungsbaustellen-) Geschichte

Zeit:	ca. 60 Minuten
Teilnehmer/innen:	25 bis 30 Vorschulkinder
Materialien:	Alle Gegenstände einer Hallenausstattung, die sich zum Balancieren und Brückenbauen eignen, Bordcomputer (Briefumschlag DIN A4 oder Karton).

Einstimmung Einladung zu einem Flug ins All; Reiseziel ist ein Spielplatzplanet.

Gesprächskreis

Das Flugritual

Im Rhythmus des folgenden Sprechreimes mit den Händen auf den Boden klatschen, bei Null steigen die Raketen in die Höhe (Strecksprung) und fliegen ins All:

„Knall, knall, knall, wir fliegen jetzt ins All.

Der Countdown läuft: 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1!“

(Verfasserin: Heidi Lindner)

Sanfte Landung in Bauchlage auf dem Boden zur Beendigung des Fluges.

Mittelkreis der Turnhalle als Startrampe, freies Laufen durch die gesamte Halle im Flug

Hauptteil Alle üben Start, Flug und Landung mehrmals.

Jeweils gemeinsamer Start im Mittelkreis, freies Laufen und Landen

- Zwischenlandungen auf dem Weg zum Spielplatzplaneten
- Landungen z.B. auf dem Hüpfplanet, Rollplanet, Kriechplanet, Kitzelplanet ...
- Nach kurzem Aufenthalt wird wieder gestartet, um einen neuen Planeten anzufliegen (Grund: eintöniger Planet, lädt nicht zum längeren Verweilen ein).

Nach der Landung jeweils freies Hüpfen, Rollen ... in der Halle entsprechend den Namen des Planeten:

- jedes Kind, wie es kann
- nach zwei bis drei vorgegebenen Beispielen sollen die Kinder Planetennamen und ihre Bewegungen selbst erfinden

Weiterflug zum Spielplatzplaneten ...

Direkt nach der Landung wirft der Bordcomputer eine Zeichnung aus.

Gesprächskreis: Langsam wird eine Skizze zum Geräteaufbau aus dem großen, als Bordcomputer bemalten Briefumschlag (o. Ä.) herausgezogen

... und Bebauung:

Im Gespräch mit den Kindern wird der Aufbau des Spielplatzes gemäß der Skizze erklärt und anschließend durchgeführt.

Gesprächskreis und gemeinsamer Geräteaufbau

Bewegungsaufgaben zum Erforschen von Geräten, z. B.:

- Überwinden der Geräte
- Berühren der Geräte mit verschiedenen Körperteilen
- Beriechen, Beklopfen der Geräte
- Verstecken neben, hinter, unter ... den Geräten

Alle bewegen sich frei um, über, durch die Geräte

Ereignisse auf dem Spielplatzplaneten:

Plötzlich wird das Wetter schlecht, es fängt an zu regnen.

Alle Kinder suchen Schutz unter den Geräten

Das Wasser steigt bis zum Hochwasser an.

Alle Kinder retten sich auf die Geräte

Es hört auf zu regnen, der Spielplatz steht unter Wasser. Alle entstandenen Kleingruppen sind voneinander getrennt – was nun? Es werden verschiedene Lösungsmöglichkeiten ausprobiert und verworfen (Haie, Nichtschwimmer/innen, kaltes Wasser). Die Idee des Brückenbaus setzt sich durch, da in der Nähe des Spielplatzes Treibgut schwimmt.

In einer Ecke oder an einer Hallenseite lagert Treibgut, z. B. Bänke, Bretter, kleine Kästen, Kastenteile, Eimer, Leitern, Reckpfosten, Teppichfliesen, Lüneburger Stegel, Kriechtunnel

Alle bauen Brücken, probieren aus, besuchen sich gegenseitig, bauen ggf. entstandene Objekte um.

Freies Bauen und Bewegen auf dem Parcours in allen Richtungen

Je nach Bedarf werden entstandene Spielideen einzelner Kinder für die ganze Gruppe aufgegriffen:

- alle werden nacheinander in verschiedene Tiere verzaubert und bewegen sich entsprechend über den Parcours (Kriechen, Krabbeln, Schlängeln ...)
- verschiedene Möglichkeiten des Transports von Lebensmitteln (mit Sandsäcken) finden
- verschiedene Möglichkeiten des Transports von „verletzten“ oder „blinden“ Personen finden

Rückflug zur Erde

Der bevorstehende Rückflug wird angekündigt. Vorher muss der Spielplatzplanet allerdings für die nächsten Besucher aufgeräumt werden. Rückflug zur Erde findet nach bekanntem Ritual statt.

Ausklang

Gemeinsamer Ausklang wie in der ersten Stunde.

Gemeinsamer Geräteabbau

Eine runde Sache – Spielen mit verschiedenen Bällen

Zeit: ca. 60 Minuten

Teilnehmer/innen: 25 bis 30 Vorschulkinder

Materialien: Eine Auswahl von Bällen mit unterschiedlichem Gewicht, aus verschiedenen Materialien und Größen, z.B.: Gymnastik-, Volley-, Basket-, Tennis-, Fuß-, Schaumstoff-, Medizin-, Hand-, Tischtennis-, Wasserbälle, Luftballons, „Wackelballons“*, zwei Gymnastikkeulen, Korb- oder Basketballständer, Ballwagen oder Ballsäcke, Zeichnung zum Geräteaufbau.

* Wackelballons

Material: ein kleiner und ein großer Luftballon

Den Mini-Ballon (Durchmesser drei bis fünf cm) in den großen Ballon stecken und mit etwas Wasser füllen. Die „Wasserbombe“ zuknoten. Den großen Luftballon anschließend aufblasen und zuknoten.

Einstimmung (20 Min.)

Begrüßung und Bekanntgabe des Themas.

Gesprächskreis

Die Kinder packen die mitgebrachten Bälle aus Ballwagen oder Säcken aus und verteilen sie gleichmäßig in der Halle.

Freies Spielen mit Bällen

Spiel „Haltet das Feld frei!“

Zwei Gruppen in jeder Hallenhälfte versuchen, ihr eigenes Feld von Bällen freizuhalten.

Verschiedene Bewegungs- und Wahrnehmungsaufgaben:

Berühren der Bälle mit genannter Farbe bzw. Material mit einem Körperteil, z. B. „Berührt rote Bälle mit einem Fuß“ oder „Berührt Lederbälle mit dem Bauch“ etc.

Die Bälle liegen auf dem Boden in der Halle verteilt. Die Kinder laufen jeweils zwischen den Aufgaben um die Bälle herum, laufen rückwärts, springen über die Bälle ...

Sortieren der Bälle nach ihrer Größe auf einer Grundlinie der Halle; es soll nur jeweils ein Ball mit den Füßen bewegt oder transportiert werden.

Die Bälle sollen so sortiert werden, dass auf der einen Seite der Reihe die kleinsten, auf der anderen Seite die größten Bälle liegen

- Benennen und Zeigen der Bälle im Gespräch
- Sortieren der Bälle nach ihrem Gewicht auf der gegen-überliegenden Grundlinie der Halle
Jeweils ein Ball soll diesmal mit den Händen bewegt werden. Die Kinder sollen werfen, prellen, rollen und evtl. Kombinationen davon anwenden.
- Gespräch über besondere Beobachtungen

Die Bälle sollen so sortiert werden, dass auf der einen Seite der Reihe die kleinsten, auf der anderen Seite die größten Bälle liegen

Hauptteil
(ca. 30 Min.)

Gemeinsamer Aufbau folgender Stationen:

- Gymnastikreifen in unterschiedlicher Höhe an Ringen oder zwischen Tauen mit Seilchen befestigen
- Bänke an den Stirnseiten eines großen Kastens einhängen
- Mattentunnel: Matten biegen und zwischen Wand und kleinen Kästen eingeklemmt zu einem Tunnel hintereinanderstellen
- Gymnastikkeulen zum Kegeln aufstellen
- Korb- oder Basketballständer aufstellen
- kleine Kästen als Tore auf die Seite legen

Zeichnung zum Geräteaufbau vorlegen, einfache Stationen von den Kindern selbstständig aufbauen lassen

Ausprobieren verschiedener Bewegungsmöglichkeiten mit unterschiedlichen Bällen an den Stationen

Freies Bewegen in beliebiger Sozialform (alleine, zu zweit oder in Kleingruppen)

Erfahrungsaustausch:

„Was könnt ihr mit bestimmten Bällen besonders gut oder gar nicht machen?“

Gesprächskreis, anschließend gemeinsamer Geräteabbau

Ausklang
(10 Min.)

Mit geschlossenen Augen jeweils einen Ball abtasten, beschreiben, Material/evtl. Namen nennen. Gemeinsamer Ausklang wie in jeder Stunde.

Partner/innen-Aufgabe, jede/r wählt zwei bis drei Bälle aus, die vom Partner/von der Partnerin ertastet werden (anschließend Wegräumen der Bälle)

Wie in Kapitel 2.3 beschrieben, nimmt das motorische und sensorische Leistungsniveau von Kindern immer mehr ab. Es ist davon auszugehen, dass einige Kinder den Anforderungen in diesen Bereichen nicht mehr in vollem Umfang gerecht werden können.

Kinder mit Defiziten in der Motorik und Sensorik sind häufig bewegungsunsicherer und damit in vielen Alltagssituationen unfallgefährdeter. Es ist daher wichtig, diese Defizite im Bewegungsverhalten von Kindern zu beobachten und zu kompensieren. Dies ist ein wesentlicher Schritt, um die Bewegungssicherheit des Kindes zu erhöhen.

Mit diesen Übersichten soll der Erzieherin/dem Erzieher eine Grobeinschätzung der Normalentwicklung von Wahrnehmungsfähigkeiten und grundlegenden motorischen Fähigkeiten ermöglicht werden.

Weiter können mit diesen Übersichten

- ein erster Gesamteindruck von der Motorik des Kindes ermittelt werden,
- Stärken und Schwächen erkannt werden,
- Über- und Unterforderungen festgestellt werden,
- spezielle Bewegungsprobleme erkannt werden,
- Entwicklungsrückstände wahrgenommen und ggf. Fördermaßnahmen eingeleitet werden.

Die altersvergleichenden Entwicklungsübersichten stammen aus dem dritten Band „Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen“ der Sportjugend NRW.

Jede Fähigkeit und Fertigkeit ist in wichtige Teilfähigkeiten unterteilt. Bei jeder Teilfähigkeit/-fertigkeit sind Beispiele angegeben, welche altersgemäßen Verhaltensweisen von vier- bis sechsjährigen normal entwickelten Kindern zu erwarten sind.



Kinästhetische Wahrnehmung

(Bewegungsempfindung)/Muskeltonuskontrolle

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

Muskelspannungen auf- und abbauen

- Verschiedene Körperteile anspannen, z. B. die Hände („einen Schwamm ausdrücken“)

- Muskelspannungen auf- und abbauen, z. B. sich selbst wie eine Luftmatratze aufblasen und anschließend Luft verlieren

Gelenkstellungen unterscheiden

- Verschiedene Gelenkstellungen einnehmen bzw. wahrnehmen, z. B. ob der Arm im Ellenbogengelenk gebeugt oder gestreckt ist

- Einfache Gelenkveränderungen erkennen und nachmachen, z. B. ein Kind spielt Denkmal; ein anderes Kind soll Veränderungen erkennen und nachmachen

Körperaumlagen/-positionen halten und verändern

- Körperpositionen im Stand und in der Bewegung halten, z. B. Roboter

- Körperpositionen im Stand und in der Bewegung verändern, z. B. im Zeitlupentempo

Krafteinsätze/-dosierungen

- Unterschiedliche Kraft einsetzen, um mit Gegenständen zu hantieren, z. B. einen Ball auf der Hand tragen

- Krafteinsätze regulieren, um Körperpositionen bewusst zu verändern, z. B. Zeitlupenmensch

Vestibuläre Wahrnehmung

(Gleichgewicht)

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

Körperhaltung sichern

- Körperhaltung im Stand und in der Bewegung auf stabilem Untergrund sichern, z. B. Bank

- Körperhaltung im Stand und in der Bewegung auf labilem Untergrund sichern, z. B. Wippe

Orientierung von Kopf und Körper im Raum

- Orientierung von Kopf und Körper bei Bewegungen in der Waagerechten und Senkrechten und bei Drehbewegungen sichern, z. B. Gehen; Hinunterspringen; Treppen steigen; Hochklettern

- Orientierung von Kopf und Körper bei Dreh- und Karussellbewegungen sichern, z. B. Rollbrett fahren (verschiedene Körperlagen)

Auf Beschleunigungen, Richtungs- und Drehänderungen einstellen

- Beidbeiniger Niedersprung von einer Bank zum sicheren Fußstand ohne Ortsveränderung

- Einbeiniger Niedersprung von einer Bank auf dasselbe Bein in den Stand

Vestibuläre Wahrnehmung

(Gleichgewicht)

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

Auf Beschleunigungen,
Richtungs- und Drehänderungen
einstellen

- Auf unterschiedlichen Beschleunigungen und schnelle Richtungsänderungen einstellen, z. B. Spiel „Flugzeug spielen“

- Auf Beschleunigungen, Richtungs- und Drehänderungen einstellen, z. B. Nachlaufen, Schattenlauf

Auf veränderte Körper-/
Haltungslagen einstellen

- Auf veränderte Körper-/Haltungslagen im Stand und in der Bewegung einstellen, z.B. „Schaufensterpuppe“

- Auf Körper-/Lageveränderungen bei Bewegungen auf verschiedenartigem stabilen Untergrund einstellen, z. B. auf schmalen/breiten Bänken gehen

Statische Haltungen
regulieren

- Statische Haltungen auf dem Boden regulieren, z. B. auf einem Bein (drei bis fünf Sekunden) stehen

- Statische Haltungen auf verschiedenartigem stabilen Untergrund regulieren, z. B. auf einem Bein auf einer Bank (acht bis zehn Sekunden) stehen

Dynamische Haltungen
regulieren

- Dynamische Haltungen regulieren, z. B. auf einer Linie vorwärts gehen; eine Treppe frei mit Fußwechsel hinabgehen

- Dynamische Haltungen auf verschiedenartigem stabilen Untergrund regulieren, z. B. auf einer Bank vor-/rückwärts gehen; zehn- bis zwölfmal beidbeinig auf einer Linie hüpfen

Objekte sicher
balancieren

- Unbewegliche Objekte im Stand und bei langsamen Bewegungen balancieren, z. B. Bierdeckel

- Bewegliche Objekte im Stand und bei langsamen Bewegungen balancieren, z. B. Papprolle

Taktile Wahrnehmung

(Tasten, Spüren), ohne Augenkontrolle

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

Objektgrößen unterscheiden

- Zwei Objektgrößen unterscheiden, z. B. groß/klein

- Drei Objektgrößen unterscheiden, z. B. groß/mittelgroß/klein
- Eine Objektart (Ball) nach der Größe ordnen, z. B. vom kleinsten zum größten Ball

Objektformen unterscheiden

- Zwei Objektformen unterscheiden, z. B. rund/eckig

- Drei Objektformen unterscheiden, z. B. rund/viereckig/dreieckig
- Objekte mit derselben Form zuordnen, z. B. alle runden Objekte

Objektoberflächen unterscheiden

- Zwei verschiedene Oberflächen einer Objektart (Ball) unterscheiden, z. B. glatt/rauh

- Drei verschiedene Oberflächen unterscheiden, z. B. glatt/rauh/geriffelt
- Objekte mit derselben Oberfläche suchen, z. B. alle glatten Objekte

Temperaturen unterscheiden

- Zwei verschiedene Temperaturen an einem Element (Wasser) wahrnehmen, z. B. kalt/warm

- Drei Objekte mit unterschiedlichen Temperaturen in eine Reihenfolge bringen, z. B. von kalt nach warm

Hautberührungen und Druck wahrnehmen und ertragen

- Hautberührungen an verschiedenen Körperstellen wahrnehmen und ertragen, z. B. berührt ein Kind ein auf dem Boden liegendes Kind (geschlossene Augen) am Ohr

- Körperberührungen deuten, z. B. zeichnet ein Kind einem anderen Kind einen Strich, ein Kreuz auf den Rücken

Eigenschaften von Objekten unterscheiden

- Objekte nach zwei verschiedenen Eigenschaften unterscheiden, z. B. klein/groß, rund/eckig

- Objekte nach drei verschiedenen Eigenschaften unterscheiden, z. B. klein/groß, rund/eckig, warm/kalt

Wichtige von unwichtigen Informationen unterscheiden (Objekt-Grund-Differenzierung)

- Eine Objektart aus verschiedenen Objekten herausfinden, z. B. einen Ball

- Eine Objektform herausfinden, z. B. ein Dreieck aus verschiedenen mit Seilen ausgelegten Formen

Gleiche Eigenschaften wahrnehmen

- Gleiche Eigenschaften heraussuchen, z. B. alle Tennisbälle

- Objekte mit zwei gleichen Eigenschaften heraussuchen, z. B. runde/glatte Kartons

Gewichte von Objekten unterscheiden (taktile u. kinästhetische Wahrnehmungsfähigkeiten)

- Zwei verschiedene Gewichte einer Objektart wahrnehmen, z. B. leichter und schwerer Ball

- Zwei Objekte mit demselben Gewicht zuordnen

Festigkeit von Objekten unterscheiden

- Zwei verschiedene Festigkeiten einer Objektart unterscheiden, z. B. weich/hart

- Eine Objektart nach drei Festigkeiten zuordnen, z. B. von weichen zu festen Bällen

Auditive Wahrnehmung

(Hören)

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

Lautstärken unterscheiden

- Zwei Lautstärken unterscheiden, z.B. laut/leise

- Drei verschiedene Lautstärken in eine Reihenfolge bringen, z. B. von leise nach laut

Tonhöhen unterscheiden

- Zwei Tonhöhen unterscheiden, z.B. tief/hoch

- Drei verschiedene Tonhöhen in eine Reihenfolge bringen, z. B. von tief nach hoch

Geräusche unterscheiden

- Zwei Geräusche unterscheiden, z.B. kurz/lang

- Drei verschiedene Geräusche in eine Reihenfolge bringen, z. B. von kurz nach lang

Verschiedene akustische Zeichen unterscheiden

- Jeweils zwei akustische Einzelzeichen nach verschiedenen Eigenschaften unterscheiden, z.B. hoch/tief, kurz/lang

- Drei akustische Einzelzeichen aus Ballungen von Zeichen unterscheiden

Wichtige von unwichtigen akustischen Zeichen unterscheiden (Figur-Grund-Differenzierung)

- Ein akustisches Einzelzeichen aus verschiedenen Zeichen heraushören

- Akustische Vorder- und Hintergrund-Zeichen heraushören, z. B. welches Zeichen der/dem Hörenden näher ist

Gleiche akustische Eigenschaften wahrnehmen (Konstanz)

- Gleiche akustische Eigenschaften wahrnehmen, z.B. von tiefen/kurzen zu hohen/kurzen Klängen

- Drei Zeichen mit gleichen akustischen Eigenschaften in eine Reihenfolge bringen, z. B. alle hohen Klänge

Richtungen akustischer Zeichen wahrnehmen und unterscheiden

- Reihenfolgen akustischer Zeichen wahrnehmen und einhalten

- Richtungen akustischer Einzelzeichen in Ballungsgeräuschen suchen, z. B. ein bestimmtes Zeichen heraushören

Reihenfolgen akustischer Zeichen wahrnehmen und einhalten

- Reihenfolge aus zwei akustischen Zeichen wahrnehmen

- Rhythmische Reihenfolge akustischer Zeichen einhalten, z. B. drei lange Schritte nach rechts, drei kurze nach links

Akustische Zeichen in Zeit und Raum unterscheiden (Zeit-Raum-Differenzierung)

- Räume nach zwei unterschiedlichen Rhythmen durchlaufen, z. B. nach einem unterschiedlich schnellen Klatschrhythmus Räume in unterschiedlichen Geschwindigkeiten durchlaufen

Akustische Zeichen zu Handlungsfolgen zusammenziehen (Synthetisieren)

- Drei verschiedene akustische Einzelzeichen zu einem Rhythmus zusammensetzen, z. B. kurz/kurz/lang

Visuelle Wahrnehmung

(Sehen)/Augenkontrolle

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

Helligkeiten unterscheiden

- Zwei verschiedene Helligkeiten unterscheiden, z. B. hell/dunkel

- Verschiedene Helligkeiten unterscheiden und in eine Reihenfolge bringen, z. B. von dunkel nach hell

Objektgrößen unterscheiden

- Zwei Objektgrößen unterscheiden, z. B. kurz/lang

- Drei Objektgrößen unterscheiden, z. B. von kurz zu lang
- Drei verschiedene Größen einer Objektart ordnen, z. B. vom kleinsten zum größten Ball

Objektformen und -muster unterscheiden

- Zwei Objektformen unterscheiden, z. B. Kreis und Viereck

- Drei Objektformen unterscheiden z. B. Kreis, Viereck, Dreieck
- Objekte mit derselben Form zuordnen z. B. alle Kreise (Bälle)

Farben unterscheiden

- Vier Grundfarben unterscheiden, z. B. rot, gelb, grün, blau

- Fünf bis sieben Farben unterscheiden

Eigenschaften von Objekten unterscheiden

- Objekte nach jeweils zwei verschiedenen Eigenschaften unterscheiden, z. B. kleine blaue Bälle

- Objekte nach jeweils drei verschiedenen Eigenschaften unterscheiden, z. B. kleine blaue viereckige Kartons

Blicke regulieren (Fixieren und Verfolgen) zur Verfolgung von Objekten

- Aus sicherem Stand Ziele ein- und beidäugig verfolgen, z. B. einen Ball, Luftballon

- Aus sicherer Bewegung Ziele ein- und beidäugig verfolgen, z. B. einen rollenden Reifen

Auge-Hand/Fuß-Bewegungen koordinieren

- An feststehende Ziele anpassen, z. B. einen Ball mit der Hand durch ein 1 Meter breites Tor rollen

- An bewegliche Ziele anpassen, z. B. auf ein durch den Raum gezogenes Band treten

Wichtige von unwichtigen optischen Zeichen unterscheiden (Figur-Grund-Diffrenzierung)

- Ein optisches Einzelzeichen aus verschiedenen Zeichen wiedererkennen, z. B. einen roten Ball

- Einer Objektform bei unterschiedlichen, durcheinander ausgelegten Formen folgen, z. B. Dreieck aus Seilen

Visuelle Wahrnehmung

(Sehen)/Augenkontrolle

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

Objekte unabhängig von
Eigenschaften erkennen
(Formkonstanz)

- Eine Objektform unabhängig von ihren Eigenschaften erkennen, z. B. Bälle (ein Ball bleibt ein Ball, auch wenn er seine Größe und Farbe verändert)

- Gleiche Objektformen unabhängig von ihren Eigenschaften wiederfinden, z. B. alle runden Objekte, egal ob rot, grün oder klein oder groß

Raumlagen zu Objekten unter-
scheiden (Raumlage)

- Zwei Raumlagen mit seinem Körper einnehmen, z. B. auf einen Kasten stehen oder unter einem Fallschirm liegen

- Vier Raumlagen einnehmen, z. B. auf, vor, in einem Kasten stehen und unter einem Tuch liegen

Räumliche Beziehungen zwi-
schen mehreren Objekten
und zu Objekten wahrnehmen
und unterscheiden (Räumliche
Beziehungen)

- Räumliche Beziehungen zu Objekten herstellen, z. B. auf einem kurzen und einem langen Weg zu einem Kasten hin- und zurücklaufen

- Räumliche Beziehungen zu Objekten und zwischen den Objekten herstellen, z. B. erst zu einem Karton laufen, von dort zu jedem weiteren der vier im Raum verteilten Kartons und wieder zurück

Balancieren, Drehen/Kreisen, Hängen/Hangeln, Klettern/Steigen, Wälzen/Rollen, Rutschen, Stützen/Stützsprünge, Schaukeln/Schwingen

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

Balancieren

- Über eine Langbank vorwärts und rückwärts balancieren
- Auf einem Bein stehen (drei bis fünf Sekunden)
- Über eine Langbank rückwärts mit Drehungen balancieren
- Auf einem Bein stehen (acht bis zehn Sekunden)

Drehen/Kreisen

- Sich mit einem Kreisel drehen
- Sich auf dem Rollbrett drehen

Hängen/Hangeln

- An Leitern, Tauen, Ringen, am Reck, Barrenholm hängen
- An Geräten hangeln

Klettern/Steigen

- Klettern/Steigen an Leiter, Treppe, Sprossenwand (hüfthoch; aufwärts im Wechselschritt, abwärts im Nachstellschritt)
- Auf- und Überklettern hüfthoher Hindernisse
- An der Gitterleiter senkrecht klettern
- Zwei Treppenstufen auf einmal nehmen

Wälzen/Rollen

- Rolle vorwärts auf der schiefen Ebene
- Um die Körperlängsachse rollen (wälzen)
- Rolle vorwärts auf dem Boden

Rutschen

- Rutschen über eine schräggestellte Langbank
- Kopfüber rutschen

Stützen/Stützsprünge

- Stützen mit Unterstützung, z. B. „Schubkarre“
- Ab-, Nieder-, Stützsprünge an kleinen Kästen
- Stützen am Barren
- Radeln über Bänke
- Zappelhandstand
- Hockwende über niedrige Kästen

Schaukeln/Schwingen

- Schaukeln im Sitz (Trapez)
- Schaukeln am Trapez, Tau, an den Ringen
- Schwingen am Reck, Barren

Kombinationsformen

- Laufen/Wälzen

Gehen/Laufen, Hüpfen/Springen, Schlagen/Werfen, Schießen

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

Gehen/Laufen

(siehe auch motorische Grundfähigkeiten)

- Nachlaufen
- Hindernislaufen über 20 Zentimeter hohe Hindernisse

- Schattenläufe
- Hindernislauf über 40 Zentimeter hohe Hindernisse, z. B. Hinauf-, Hinab-, Hinüberspringen
- Orientierungslauf, z. B. zu drei Punkten im Raum laufen

Hüpfen/Springen

- Mehrmaliges ein-/beidbeiniges Hüpfen vorwärts (sechs- bis achtmal)
- Niedersprünge vom hüfthohen Kasten
- Mehrmaliges Hin- und Herspringen
- Weitere Schluss sprünge (über 30 Zentimeter)

- Fortlaufendes ein-/beidbeiniges Hüpfen vorwärts (über acht bis zehn Meter oder zehn- bis zwölfmal)
- Fortlaufendes ein-/beidbeiniges Hüpfen rückwärts (über fünf Meter)
- Standdrehsprünge (mit 1/2 bis 1/4 Körperlängsdrehung)
- Wechselhüpfen (Hopslerlauf)
- Einbeinspringen (über zehn Zentimeter hohe Hindernisse)
- Weitsprünge mit Anlauf (über einen Meter)
- Weitere Schluss sprünge (über 80 Zentimeter)
- Seilchenspringen (sechs- bis achtmal)

Schlagen/Werfen

- Ball mehrmals mit der Hand hochschlagen, z. B. einen Luftballon
- Zielwürfe aus dem Stand mit einem Tennisball auf einen in ein bis zwei Metern Abstand in Augenhöhe befindlichen Reifen
- Weitwurf mit einem Tennisball (über fünf Meter)

- Ball mehrmals mit der Hand gegen die Wand schlagen, z. B. einen Schaumstoffball
- Zielwürfe aus der Standstellung auf bewegliche Ziele (vier bis sechs Meter Abstand)
- Weitwurf (über zehn Meter)
- Schlagwürfe im Stand

Schießen

- Mit einem Fußball einen in zwei bis drei Metern Abstand stehenden kleinen Kasten treffen (aus der ruhenden Ballsituation)
- Weitschießen mit einem Fußball (über zehn Meter)

- Zielschießen auf einen in vier bis sechs Metern Abstand stehenden kleinen Kasten (aus der ruhenden Ballsituation)
- Weitschießen (über fünfzehn Meter)

Kombinationsformen

- Laufen/Springen

Ziehen/Schieben, Heben/Tragen, Raufen/Ringen

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

Ziehen/Schieben

- Gegenstände ziehen, schieben, z. B. Rollbretter, Medizinbälle

- Ein anderes Kind ziehen, schieben

Heben/Tragen

- Gegenstände hochheben und tragen, z. B. Kartons, Bälle

- Mehrere Gegenstände gleichzeitig hochheben und tragen, z. B. drei Fußbälle auf einmal tragen

Ringen/Raufen

- Spiele auf dem Boden, z. B. „Rückenringkampf“, einen Partner nur mit dem Rücken „wegdrücken“

Fahren, Gleiten/Rutschen, Rollen

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

Fahren

- Fahren mit dem Rollbrett
- Fahren mit dem Roller
- Fahrrad fahren mit ein bis zwei Stützrädern (Dreirad)
- Gocard fahren

- Pedalo fahren
- Fahrrad fahren

Gleiten/Rutschen

- Rutschen/Gleiten mit Teppichfliesen
- Schlitten fahren

- Rutschen/Gleiten auf schiefen Ebenen

Rollen

- Sich mit Rollschuhen bewegen

- Rollschuhlaufen
- Auf Inline-Skatern rollen

Grundfertigkeiten für das Spielen mit Gegenständen

(Alltagsmaterialien, Spiel- und Sportgeräten)

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

- Spielen, Bauen mit Materialien
- Mit Gegenständen hantieren, z. B. rollen, werfen, prellen, fangen, schlagen, schießen, stoppen, balancieren, Tragen von Papprollen, Joghurtbechern, Papier- und Schaumstoffbällen

- Gestalten mit Materialien
- Mit Gegenständen am Ort spielen, z.B. rollen/aufnehmen, werfen/fangen, schießen/stoppen, hochwerfen/fangen, mit einer Hand/beiden Händen prellen, gegen die Wand werfen und fangen (Abstand zwei Meter); Luftballon mit einer Küchenpapprolle in ein Ziel (Karton) schlagen; Bälle prellen, hochhalten, führen, schieben, Gegenstände balancieren

Grundfertigkeiten für das Spielen ohne Gegenstände

	Vierjährige Kinder	Sechsjährige Kinder
Suchen/Finden/Orientieren	<ul style="list-style-type: none"> ● Platzsuchspiele, z. B. „Der Plumpsack geht um!“ ● Suchspiele 	<ul style="list-style-type: none"> ● Platzsuchspiele, z. B. „Hundehütte“ ● Versteckspiele
Fangen	<ul style="list-style-type: none"> ● Fangspiele, z. B. „Fang die Schlange!“ 	<ul style="list-style-type: none"> ● Fangspiele, z. B. „Schwänzchenfangen!“
Ziehen/Schieben	<ul style="list-style-type: none"> ● Kraft-/Gewandtheitsspiele, z. B. „Füße weg!“ 	<ul style="list-style-type: none"> ● Kraft-/Gewandtheitsspiele, z. B. „Zieh-/Schiebekampf“
Singen/Tanzen	<ul style="list-style-type: none"> ● Darstellungsspiele, z. B. „Bibabutzemann“ 	<ul style="list-style-type: none"> ● Spiellieder, z. B. „Eisenbahnspiele“

Grundfertigkeiten für das Spielen mit einem Ball und mit dem Schläger und Ball

Vierjährige Kinder

Sechsjährige Kinder

Schlagen/Hochschlagen mit der Hand	<ul style="list-style-type: none"> ● Einen Ball mehrmals mit der Hand hochschlagen, z. B. einen Luftballon 	<ul style="list-style-type: none"> ● Ball mehrmals mit der Hand gegen die Wand schlagen (Abstand bis zwei Meter)
Prellen mit der Hand	<ul style="list-style-type: none"> ● Einen Ball mehrmals zu Boden prellen (mit beiden Händen, noch nicht flüssig) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Fortlaufendes Ballprellen (fünfmal)
Werfen und Fangen	<ul style="list-style-type: none"> ● Körperfangen (brusthoch) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Freies Fangen im Stand ● Spielen mit einem Partner im Stand (Abstand vier bis sechs Meter)
Führen mit dem Fuß	<ul style="list-style-type: none"> ● Einen Ball mit dem Fuß bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> ● Mit dem Fuß einen Ball führen (über zehn Meter)
Stoppen/An- und Mitnahme zugespielter Bälle mit dem Fuß	<ul style="list-style-type: none"> ● Einen zugerollten Ball mit dem Fuß stoppen 	<ul style="list-style-type: none"> ● Einen zugespielten Ball am Ort mit dem Fuß anhalten und zur Ruhe bringen
Schießen	<ul style="list-style-type: none"> ● Mit einem Ball einen in zwei bis drei Metern Abstand stehenden kleinen Kasten treffen (aus der ruhenden Ballsituation) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Zielschießen auf einen in vier bis sechs Metern Abstand stehenden kleinen Kasten (aus der ruhenden Ballsituation)
Ballspiele spielen (Grundfertigkeiten anwenden)	<ul style="list-style-type: none"> ● Ballspiele ohne Partner, z. B. „Haltet den Korb voll“; „Haltet das Feld frei“ 	<ul style="list-style-type: none"> ● Ballspiele mit Partner, z. B. „Wanderball“; „Kastenball“
Mit Ball und Schläger schlagen und spielen	<ul style="list-style-type: none"> ● Bälle mit Schlägern schlagen, z. B. einen Luftballon mit einem Pappschläger hoch- oder wegschlagen 	<ul style="list-style-type: none"> ● Alleine mit Ball und Schläger spielen, z. B. mit Speckbrett oder Tischtennisschläger einen Schaumstoffball mehrmals hintereinander schlagen

- Ayres, J.:** *Bausteine kindlicher Entwicklung*, Berlin 1998
- Balster, K.:** *Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen*. Teil 1 – 3, Sportjugend NW Duisburg (Hrsg.), 1998
- Balster, K.:** *Praktischer Ratgeber zur Bewegungserziehung im Kleinkind- und Vorschulalter*, Sportjugend NW Duisburg (Hrsg.), 1998
- Baumann, N.; Hundeloh, H.:** *Alternative Nutzung von Sportgeräten*, BUK München, 1996
- Beudels, W.; Lensing-Conrady, R.; Beins, H.J.:** ... *das ist für mich ein Kinderspiel*. Handbuch zur psychomotorischen Praxis, Dortmund 1999
- Brandt, K.; Eggert, D.; Jendritzki, H.; Küppers, B.:** *Untersuchungen zur motorischen Entwicklung von Kindern im Grundschulalter in den Jahren 1985 und 1995*, in: Praxis der Psychomotorik 22, (1997), 2, S. 13–16
- Deutsche Sportjugend:** *Frühkindliche Bewegungserziehung*, Frankfurt am Main 1986
- Dordel, S.:** *Bewegungsbeobachtung und Handlungsbeurteilung – Grundlagen eines erfolgreichen Sportförderunterrichts*, in: Praxis der Psychomotorik 13, (1988), 4, S. 178–186
- Dordel, S.:** *Ätiologie und Symptomatik motorischer Defizite und Auffälligkeiten*, in: Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Band 3, (1997), S. 98–111
- Dordel, S.; Welsch, M.:** *Motorische Förderung im Vorschul- und Einschulungsalter*, in: Haltung und Bewegung, Wiesbaden, 19, (1999), 4, S. 5–21
- Dordel, S.; Drees, C.; Liebel, A.:** *Motorische Auffälligkeiten in der Eingangsklasse der Grundschule*, in: Haltung und Bewegung 20, (2000), 3, S. 5–16
- Dordel, S.:** *Kindheit heute: Veränderte Lebensbedingungen = reduzierte motorische Leistungsfähigkeit*, in: Sportunterricht 49, (2000), 11, S. 341–349
- Die Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand:** *Spiele zur Sicherheitserziehung und Bewegungsfrühförderung*, Wehrheim 1988
- Gaschler, P.:** *Wie effizient ist Sportförderunterricht ?*, in: Sportunterricht 41, (1992), 2, S. 57–65, Schorndorf
- Gaschler, P.:** *Motorische Entwicklung und Leistungsfähigkeit von Vorschulkindern in Abhängigkeit von Alter und Geschlecht*, in: Haltung und Bewegung 18, (1998), 4, S. 5–18, Wiesbaden
- Gaschler, P.:** *Motorik von Kindern und Jugendlichen heute*, in: Haltung und Bewegung 20, (2000), 1, S. 5–16, Wiesbaden
- Gesundheitsamt der Stadt Münster:** *Gesundheitsbericht über 4jährige Kindergartenkinder in Münster, Teil I und II*, Münster 1994
- Günzel, W.:** *Wahrnehmen und Bewegen*, BUK München 1997
- Heinecke, I.:** *Motorische Entwicklung und Leistungsfähigkeit von Grundschulkindern unter dem Einfluss des Wohngebietes*, in: Zieschang, K.; Buchmeier, W. (Hrsg.): *Sport zwischen Tradition und Zukunft*, Schorndorf 1992, S. 132–133
- Herm, S.:** *Psychomotorische Spiele für Kinder in Krippen und Kindergärten*, München 1993
- Kunz, T.:** *Voraussetzungen und Möglichkeiten der Sicherheits-erziehung im Kindergarten*, BUK München (Hrsg.), 1989
- Kunz, T.:** *Weniger Unfälle durch Bewegung*, Reihe Motorik, Band 14, Schorndorf 1993
- Lösel, F.; Bender, D.:** *Jugend und Gesundheit*, in: Haisch, J.; Zeitler, H.P. (Hrsg.): *Gesundheitspsychologie. Zur Sozialpsychologie der Prävention und Krankheitsbewältigung*, Heidelberg 1991, S. 65–86
- Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NW:** *Bewegungserziehung im Kindergarten*, Düsseldorf 1991
- Piaget, J.:** *Die Psychologie des Kindes*, Stuttgart 2000
- Remschmidt, H.:** *Grundsätze zur Versorgung psychisch gestörter Kinder und Jugendlicher*, in: Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie, 9–10, (1990), S. 338–347
- Schmidt, W.:** *Veränderte Kindheit – veränderte Bewegungswelt: Analysen und Befunde*, in: Sportwissenschaft 27, (1997), 2, S. 143–157
- Schönrade, S.; Pütz, G.:** *„Die Abenteuer der kleinen Hexe“ – Bewegung und Wahrnehmung*, Dortmund 2000
- Schütter, U.:** *Spiele im Klassenraum*, Manuskript 2000
- Winter, R.:** *Die motorische Entwicklung des Menschen von der Geburt bis ins hohe Alter*, in: Meinel, K. *Bewegungslehre*, Berlin 1987
- Zimmer, R.:** *Bewegung, Sport und Spiel mit Kindern*. Lehr- und Lernmaterialien zur frühkindlichen Bewegungserziehung, Aachen 1990
- Zimmer, R.:** *Leben braucht Bewegung – Förderung der ganzheitlichen Entwicklung durch Bewegung*, in: Haltung und Bewegung, Mainz 3, (1995), S. 5–13
- Zimmer, R.; Circus, H.:** *Psychomotorik*, Schorndorf 1995
- Zimmer, R.:** *Handbuch der Psychomotorik*, Freiburg 1999
- Zimmer, R.:** *Handbuch der Sinneswahrnehmung*, Freiburg 2000

Deutsche Gesetzliche
Unfallversicherung e.V. (DGUV)

Glinkastraße 40
10117 Berlin
Tel.: 030 288763800
Fax: 030 288763808
E-Mail: info@dguv.de
Internet: www.dguv.de