

Heute schon bewegt?

Bewegungsideen zum Direktmitmachen

ES REICHT NICHT AUS, einmal in der Woche in den Bewegungsraum zu gehen, Krippenkinder sollten jeden Tag in Bewegung sein können. Egal ob im Freien, oder in den Gruppenräumen. Aber wie können wir das realisieren, wenn das Wetter schlecht und die räumlichen Gegebenheiten in der Krippe oder Kita begrenzt sind? Schon ganz einfache kleine Ideen und Übungen können Riesenspaß machen. Michaela Lambrecht stellt Spiele vor, die in ihrer Krippengruppe der Renner waren.

■ von Michaela Lambrecht

1. Stuhlspringer

Ein kleiner Krippenstuhl wird hingestellt, die Kinder dürfen hinaufklettern und wieder herspringen. Dies können sie so oft wiederholen wie sie möchten. Kleinere Kinder möchten vielleicht noch von einer sicheren Hand der Bezugsperson gehalten werden. Wichtig ist nur wenn mehrere Kinder mitmachen, das nicht geschubst und gedrängt wird.

2. Tunnel-Ideen

Ein Kriechtunnel kann immer wieder interessant gestaltet werden, damit die Kinder hindurchkriechen. Beispielsweise können mit Kreppband kleine Glöckchen an die Oberseite des Tunnels geklebt werden, die beim Durchkriechen klingen. Oder Sie legen kleine Gegenstände in den Kriechtunnel, beispielsweise Kuscheltiere, die die Kinder herausnehmen dürfen. Sie können auch eine spannende Geschichte dazu ausdenken: Die Tiere haben sich im Tunnel verirrt und finden nicht mehr nach draußen, vielleicht können die Kinder helfen ...

3. Seiltanz

Ein Langseil wird auf den Boden in Schlangenlinien ausgelegt. Die Kinder dürfen versuchen darüber zu balancieren. Wer mag, darf dazu noch einen ausgestreckten Kinderregenschirm mit dem ausgestreckten Arm balancieren.





4. Straßenverkehr

Bekleben Sie (sofern erlaubt und möglich!) den Boden mit Krepppapier in Form einer Straße. Die Kinder dürfen der Straße folgen. Der Weg sollte nicht zu einfach sein und auch einige Hindernisse enthalten. Ihre Straße kann beispielsweise unter einem Tisch hindurch oder im Kreis verlaufen oder vielleicht sogar über einen Stuhl führen. Passen Sie Ihre Straße dem Alter und dem Entwicklungsstand der Kinder an.

5. Schiefe Ebene

Eine Schiefe Ebene können Sie ganz leicht aus dünnen Matten bauen. Jetzt können die Kinder die schiefe Ebene herauf- und herunterklettern, sich seitwärts hinunterrollen oder versuchen, darauf zu stehen. Achten Sie darauf, dass immer nur ein Kind auf der schiefen Ebene ist.

Und außerdem:

Natürlich sind auch das Klettern auf einem Piklerdreieck, Balancieren auf einer Langbank, gemeinsames Tanzen, Bewegungsspiele im Morgenkreis eine schöne Möglichkeit, sich (noch mehr) zu bewegen. Seien sie kreativ und beziehen sie die Kinder und ihre Ideen mit ein!

Tipp

■ Wenn Sie gern mehr Überblick über die Bewegungszeit der Kinder hätten: Wie wäre es, wenn Sie sich einen Kalender mit Möglichkeit zum Eintragen nehmen und jeden Tag vermerken, ob/wann Sie Bewegungsideen umgesetzt haben? So behalten Sie stets den Überblick darüber, ob Sie dem Bewegungsdrang der Kinder gerecht werden.