

Projekt „Mein Körper“

Die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper ist in den ersten Lebensjahren eines Kindes die zentrale Entwicklungsaufgabe. Der aktuellen pädagogischen Sichtweise entsprechend, die das Kind als selbsttätiges und kompetentes Individuum betrachtet, treten Kinder von der Geburt an in einen aktiven und regen Austausch mit ihrer Umwelt: Mit allen Sinnen entdecken sie sich selbst und die Welt um sich herum. Dabei ist spielerisches Tun das wichtigste Werkzeug.

In diesem Sinne betrachten die Bildungs- und Erziehungspläne für Kinder in den ersten Lebensjahren die Stärkung der personalen Kompetenzen als einen pädagogischen Schwerpunkt, denn sie sind für das gesamte Leben der Kinder von Bedeutung.

Ausgangspunkt für eine gelingende Persönlichkeitsentwicklung ist die Wahrnehmung des eigenen Körpers. Deshalb gehören Spiele zur Wahrnehmung des eigenen Aussehens sowie Erfahrungen zu den Bewegungsmöglichkeiten einzelner Körperteile zu den Voraussetzungen für die Ausbildung des Selbstwertgefühls und für die Entwicklung eines positiven Selbstkonzepts: Erst, wenn ich mich selbst als Person kenne, kann ich eine entsprechende Ich-Identität entwickeln. Erst, wenn ich weiß, wer ich bin und was ich kann, kann ich meinen Körper und die entsprechenden Körperfunktionen kontrollieren und regulieren.

Aus dem Wissen über diese Zusammenhänge ergeben sich für den pädagogischen Alltag Folgerungen:

- Gestalten Sie den Tagesablauf und die Umgebung in der Kinderkrippe so, dass die Kinder Zeit und Raum haben, sich mit ihrem eigenen Körper auseinanderzusetzen.
- Stellen Sie den Kindern geeignete Materialien zur Verfügung, die das Entdecken des eigenen Körpers fördern und unterstützen.
- Bieten Sie den Kindern vielfältige Ideen und Spiele an, mit deren Hilfe die einzelnen Bildungsbereiche ganzheitlich und unter Beteiligung verschiedener Sinne angesprochen werden.

Die vorliegenden Praxismaterialien möchten Sie in Ihrer täglichen Arbeit dabei unterstützen, Kindern von bis zu drei Jahren bildungsanregende und entwicklungsfördernde Impulse anzubieten.

Aufbau des Materials

Nach einer ausführlichen Beschreibung einer projektorientierten Herangehensweise an die Erarbeitung des Themas (siehe „Themenkiste“ S. 6) folgen drei Kapitel mit konkreten Ideen und Spielen zur Begrüßung und zum Einstieg, zur Körperwahrnehmung und zur Bewegungsförderung.

Jedes dieser Kapitel beginnt mit einer kurzen Einführung, die die entwicklungspsychologischen Hintergründe zusammenfasst und die pädagogische Zielsetzung erläutert. Hier finden Sie auch Impulse zur entwicklungsunterstützenden Raumgestaltung und Hinweise zu Ihrer Rolle als Erzieherin. Daran schließen sich jeweils die Spielideen an, die einzeln herausgegriffen, aber auch miteinander kombiniert und aufeinander aufbauend verwendet werden können.

Eine übersichtliche Randspalte gibt Auskunft über das Thema, die angesprochenen Bildungs- und Kompetenzbereiche. Da in den ersten drei Lebensjahren die Bandbreite der körperlichen und geistigen Fähigkeiten sehr stark variiert, finden Sie auch eine Altersangabe, ab der der Einsatz des jeweiligen Angebots möglich ist. Dabei kann es sich natürlich nur um eine grobe Richtlinie handeln, die Sie den individuellen Fähigkeiten Ihrer Kinder entsprechend anpassen sollten. Bei der Angabe zur empfohlenen Anzahl der beteiligten Kinder wird zwischen Einzelangeboten, Aktivitäten für eine Kleingruppe von drei bis fünf Kindern sowie Aktivitäten für eine Gesamtgruppe von zehn bis zwölf Kindern unterschieden. Schließlich werden noch die für die Aktivität benötigten Materialien aufgelistet.

Eine Besonderheit stellen die Gestaltungsvorlagen (siehe S. 24–27) dar, die kopiert, ggf. farbig gestaltet und laminiert werden können. Sie können bei verschiedensten Aktivitäten als Sprech Anlass zum Einsatz kommen.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Kindern viel Freude und Spaß beim Erkunden ihres Körpers und viele neue Erfahrungen!

Anja Cantzler

Inhalt

Themenkiste	6
--------------------------	---

Begrüßungsspiele und Ideen für den Einstieg

Einleitung	7
Begrüßen	
Guten Tag!	8
Ich kann winken	9
Aufwärmen	
Schubidua-Tanz	10
Meine Hände will ich schütteln	12

Ideen und Spiele zur Körperwahrnehmung

Einleitung	13
Mein Körper	
Kitzelspiel	14
Der Pustewind	15
Der Bänderhandschuh	16
Vielfältige Streichelmassagen	17
Meine Feder streichelt dich	18
Rückenmassage	19
Klopfmassage	20
Cremetopf-Party	21
Ich spüre meinen Körper	22
Mein Körper	23
Gestaltungsvorlage: Bildkarten „Mein Körper“	24
Körper-Mitmachgeschichte	28
Die Messlatte	29
Mein Körperumriss	30
Mein Kopf	
Mein Kopf ist rund	31
Die Zähne	32
Zungenspiel	33
Zauberdose	34
Mein Spiegelbild	35
Meine Hände und Füße	
Hand- und Fußmassage	36
Die Finger	37
Mein Fuß	38
Hand- und Fußabdrücke	39



Ideen und Spiele zur Bewegungsförderung

Einleitung		40
Strampeln	Ball an der Schnur	43
	Schau mal, wie ich strampeln kann	44
Tasten und greifen	Ein Korb zum Entdecken	45
	Tasterlebnisse	46
	Der Klammer-Igel	47
	Mit Fingern trommeln	48
Sitzen und Gleichgewicht	Knireiter: Bollerwagen/Schlitten fahren	49
	Das Auto fährt	50
	Wackelball	51
Krabbeln	Krabbelparadies	52
Stehen	Seht, ich kann tanzen	53
Gehen und laufen	Ringel, Rangel, Häuschen	54
	Meine Füße	55
	Es stampft ein dicker Elefant	56
	Balancierparcours	57
Klettern und rutschen	Kletterparadies	58
Hüpfen und springen	Wie Tiere hüpfen	59
	Kleines Pferd	60
Rollen, werfen, fangen	Bälle laden ein	61
	Die durchsichtige Kugelbahn	62
Ziehen, schieben, transportieren	Müllabfuhr	63
	Luftballon-Schiff	64



Meine Hände und Füße

Thema:

Hände und Füße

Bildungsbereich:

soziale Beziehungen und Emotionalität

Kompetenzbereich:

Körperwahrnehmung entwickeln

Alter:

ab 6 Monate

Anzahl:

1 Kind oder Kleingruppe

Material:

parfümfreies Massageöl, Kosmetiktücher, evtl. Entspannungsmusik und CD-Player

Achtung!

Klären Sie im Vorfeld mit den Eltern mögliche Allergien der Kinder ab.



Hand- und Fußmassage

Kleine Kinder lieben es, ihren Körper zu spüren und zu entdecken. Eine Massage mit sanften Berührungen von Händen und Füßen trägt zur Entwicklung des Empfindungsvermögens bei und unterstützt zugleich den Bindungsaufbau zwischen Erzieherin und Kind.

So geht's:

- Geben Sie etwas Massageöl auf Ihre Hand, nehmen Sie eine Hand des Kindes und halten Sie diese mit der Handfläche nach oben.
- Massieren Sie vorsichtig die Hand des Kindes: Beginnen Sie mit leicht kreisenden Bewegungen in der Handmitte und reiben Sie dann einen Finger nach dem anderen sanft von der Handfläche zur Fingerspitze hin.
- Halten Sie während der Massage Blickkontakt mit dem Kind und begleiten Sie Ihr Tun mit sanften Worten, z. B.:
„Ich male dir eine kleine Sonne auf deine Hand – immer im Kreis herum. Merkst du, wie schön warm die Sonne ist?
Und nun kommen deine Finger an die Reihe:
Zuerst der dicke Daumen – er wird auch ganz warm,
dann der Zeigefinger ...“
- Führen Sie die Massage anschließend auf die gleiche Weise an der anderen Hand durch.
- Auf ähnliche Weise verfahren Sie mit der Massage der nackten Füße, z. B. beim Wickeln: Beginnen Sie mit kreisenden Bewegungen in der Mitte der Fußsohle, reiben Sie dann über die Ferse zum Fußrücken und berühren Sie schließlich die einzelnen Zehen.
- Überschüssige Ölreste können Sie mit Kosmetiktüchern beseitigen.

Variante:

Als Variante kann dies mit Kindern ab 24 Monaten auch in einer Kleingruppe in einem gemütlichen Raum mit leiser Entspannungsmusik durchgeführt werden. Hierbei massieren immer zwei Kinder sich gegenseitig die Hände oder jedes Kind versucht es bei sich selbst.

Der Klammer-Igel

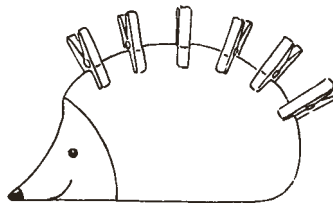
Dieses selbstgefertigte Spielmaterial zur Schulung der Feinmotorik und des Pinzettengriffs wird dem Kind für das selbsttägige Spiel zur Verfügung gestellt.

Vorbereitung:

Übertragen Sie die unten abgebildete Igelform auf das Sperrholz und sägen Sie sie mit der Laubsäge aus. Nach Wunsch kann der Holzigel noch farbig gestaltet werden.

So geht's:

- Stecken Sie die Wäscheklammern als Stacheln auf den Rücken des Igels, sodass das Kind die Wäscheklammern abzupfen kann.
- Diese Tätigkeit kann beliebig oft wiederholt werden.
- Mit verbesserter Feinmotorik und zunehmender Kraft in den Fingern kann das Kind ab einem Alter von etwa 18 Monaten die Stacheln selbst wieder anklammern.

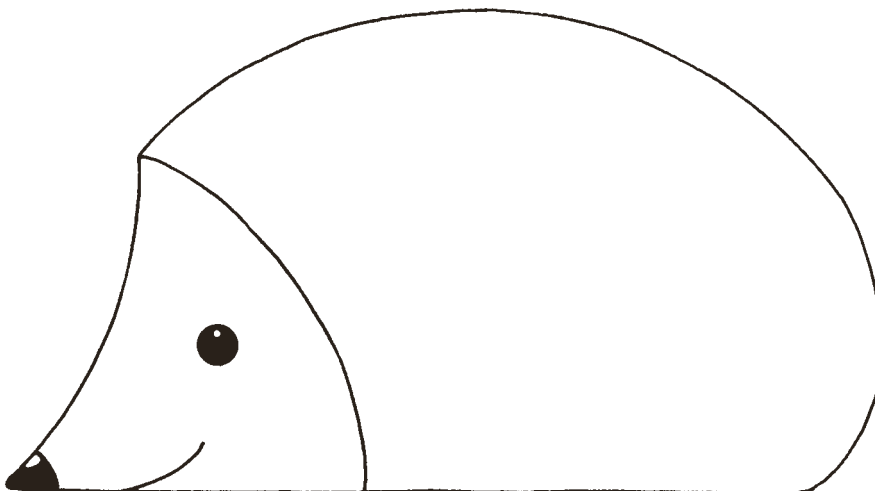


Variante:

Statt der Igelform können Sie aus der Sperrholzplatte einen Kreis (Ø 20 cm) aussägen, der entweder als Sonne mit Sonnenstrahlen gelb bemalt und mit ca. 15 Wäscheklammern versehen wird oder als Kopf mit Haaren (5–7 Wäscheklammern) mit einem Gesicht bemalt wird.

Tipp:

Dieses Spielmaterial können Sie gemeinsam mit interessierten Eltern an einem Elternnachmittag oder -abend anfertigen.



Thema:
Greifen

Bildungsbereich:
Bewegung

Kompetenzbereiche:
Feinmotorik verfeinern,
visuelle Wahrnehmung entwickeln,
Materialien kennenlernen

Alter:
ab 12 Monate

Anzahl:
1 Kind

Material:
ca. 1–2 mm starke Sperrholzplatte,
Laubsäge, 10 Wäscheklammern,
evtl. Bastelfarben und Pinsel



Seht, ich kann tanzen

Sobald die Kinder ab etwa zwölf Monaten den freien Stand einigermaßen sicher beherrschen, kann dieses Spiel im Kreis stehend in der Gruppe gespielt werden. Die Kinder trainieren das Stehen, Sich-Fallen-Lassen und Wieder-Aufstehen.

So geht's:

Die Kinder stehen im Kreis auf einem festen Platz und machen die Bewegungen zu dem Lied.

Text: Anja Cantzler
Melodie: mündlich überliefert

The musical score consists of three staves. The first staff is in 3/4 time and contains the first line of the song with two endings. The second and third staves are in 2/4 time and contain the second and third lines of the song. The lyrics are written below the notes.

Seht, ich kann tan - zen, tan - zen, tan - zen! und das geht so:
Eins, zwei, drei - rund, rund-he-rum, rund, rund-he-rum, rund, rund-he - rum.
Eins, zwei, drei - rund, rund-he-rum, dann fall ich um.

Seht, ich kann tanzen, tanzen, tanzen!

Seht, ich kann tanzen

und das geht so:

Eins, zwei, drei -

rund, rundherum, rund, rundherum,
rund, rundherum.

Eins, zwei, drei -

rund, rundherum,

dann fall ich um.

stehend den Oberkörper im Rhythmus hin- und herbewegen

kurze Pause

*mit den Fingern der anderen Hand zählen:
Daumen, Zeigefinger, Mittelfinger*

sich auf der Stelle mehrmals im Kreis drehen

*mit den Fingern der anderen Hand zählen:
Daumen, Zeigefinger, Mittelfinger*

sich auf der Stelle im Kreis drehen

kurz anhalten und sich fallen lassen

