

Bewegen und Bauen

Kinder haben ein natürliches Bedürfnis, sich zu bewegen. Auf die verschiedenen Bewegungssituationen reagieren sie mit viel Freude, ja Begeisterung. Eine gut entwickelte Motorik ist u.a. wesentliche Grundlage für eine gute Entwicklung des Gleichgewichtsorgans, der körperlichen Eigenwahrnehmung und für alles kognitive Lernen. Die motorische Hauptentwicklungszeit der Kinder ist im Vorschulalter. Was in dieser Zeit nicht angelegt werden konnte, lässt sich später nur noch mit therapeutischem Aufwand nachholen.

Heutzutage finden Kinder jedoch in ihrem Lebensumfeld häufig recht wenig beziehungsweise nur eingeschränkte Bewegungsmöglichkeiten. Kleine Kinder werden viel im Kinderwagen herumgefahren, sie fahren viel mit dem Auto oder gerade jetzt bleiben wir viel zu Hause. Diese Tatsache wirkt sich auf die Bewegungsentwicklung der Kinder aus, das wiederum hat Auswirkungen auf Reifeprozesse des Gehirns.

Aus diesem Grund geben wir euch eine Sammlung mit Ideen. Es wäre wunderbar, wenn ihr zwei bis drei Ideen mit euren Kindern umsetzen könntet.

Bauen mit beweglichen Gegenständen wie z.B. Stühle, Tische, Tücher, Bänder, Spielständer, Bretter, Leitern u.v.m. geben den Kindern vielseitige Möglichkeiten zur freien Bewegung. Die Einfachheit der Spielmaterialien fordert die Kreativität und Fantasie der Kinder. Wenn die Kinder ihre Häuser, Autos, Schiffe, Zelte und vieles mehr bauen, sind sie dabei mit dem ganzen Körper in Aktion. Dabei macht das Kind wichtige Erfahrungen - ob die Hütte hält, wenn ich einen Stuhl dazu stelle? Wie schräg darf eine Rutschbahn sein, die aus Brettern gebaut ist?





Auch im Garten gibt es einfache Hilfsmittel, mit denen die Kinder bauen können. Aus einem Tuch am Wäscheständer wird ein Zelt, oder man legt ein grosses Tuch über eine gespannte Leine und darunter Matratzen.



Das wertvollste Spielmaterial ist das einfachste Spielmaterial. Bretter, Tücher, Steine, Seile und Holzklötze lassen sich vielfältig einsetzen und ermöglichen den Kindern, immer wieder etwas Neues damit zu spielen.





Wer ist als Kind gerne in Bäume geklettert? Das war in meiner Kindheit eine sehr beliebte Beschäftigung. Oder wer kennt dieses Spiel: Von der Treppe herunterspringen und immer eine Stufe höher nochmals springen? Aus einfachen Holzklötzen mit Seilen daran lassen sich «Stelzen» machen.

Barfuss laufen ist sehr gesund und regt den Tastsinn in den Füßen an. Es ist schön, wenn Kinder viel barfuss laufen können bzw. dürfen. Ein Barfussweg ist eine andere Möglichkeit, den Kindern Tasterlebnisse zu geben. Hat es im Garten einen geeigneten Ort, wo ein Barfussweg gebaut werden kann? Die Kinder helfen gerne mit!



Es gibt noch viele andere Möglichkeiten und Gelegenheiten, den Kindern vielfältige Bewegungen zu ermöglichen. Ideen dazu oder Lieblingsbewegungen eurer Kinder dürft ihr gerne mit allen in dieser Gruppe teilen. Wir hören gerne von euch, was eure Kinder gerne machen.

Und jetzt: Viel Spass beim Bewegen!