

RENATE ZIMMER

3-6  
Jahre

SPIELEN IST LERNEN IST SPIELEN IST LERNEN IST SPIELEN IST LERNEN IST

# BEWEGUNG ERLEBEN

in der Kita

HERDER



RENATE ZIMMER

# Bewegung erleben in der Kita

HERDER   
FREIBURG · BASEL · WIEN

Völlig überarbeitete Neuausgabe von Kreative Bewegungsspiele 2021  
(24. Gesamtauflage)

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 1989

Alle Rechte vorbehalten

[www.herder.de](http://www.herder.de)

Umschlaggestaltung: Stefan Weigand

Illustrationen auf dem Cover: © Apolinarias - Shutterstock; ONYXprj - Shutterstock

Illustrationen im Innenteil: © GraphicsRF - Adobe Stock

Fotos im Innenteil: © Renate Zimmer; S.69: © FatCamera - iStock

Satz und Gestaltung: Sabine Ufer

E-Book-Konvertierung

ISBN E-Book (PDF) 978-3-451-82271-1

ISBN Print 978-3-451-38936-8

ISBN E-Book (EPUB) 978-3-451-82274-2

# Inhalt

<b>Einleitung . . . . .</b>	<b>5</b>
<b>Kapitel 1: Laufen, springen, werfen: Kreative Spiele mit Recyclingmaterial. . . . .</b>	<b>7</b>
<b>Bewegungsideen mit Zeitungen . . . . .</b>	<b>8</b>
Wissen kompakt: Die Welt erleben über Bewegung . . . . .	8
<b>Bewegungsideen mit Bierdeckeln/Pappscheiben . . . . .</b>	<b>16</b>
Praxistipp: Wie kann sich Kreativität im Spiel entfalten? . . . . .	16
<b>Bewegungsideen mit Joghurtbechern . . . . .</b>	<b>22</b>
Praxistipp: Ideen stecken an! . . . . .	22
<b>Bewegungsideen mit Papprollen . . . . .</b>	<b>27</b>
Kurz & knapp: Körpererfahrung = Selbsterfahrung . . . . .	27
<b>Bewegungsideen mit Heulrohren . . . . .</b>	<b>32</b>
Praxistipp: Selbstwertgefühl stärken. . . . .	32
<b>Bewegungsideen mit Wäscheklammern . . . . .</b>	<b>36</b>
Praxistipp: Selbsttätigkeit fördern . . . . .	37
<b>Kapitel 2: Schwingen, schweben, rutschen mit Decken, Netzen und Tüchern . . . . .</b>	<b>42</b>
Kurz & knapp: Bewegung = Erfahrungen aus erster Hand . . . . .	42
<b>Bewegungsideen mit Decken . . . . .</b>	<b>43</b>
<b>Bewegungsideen mit Bettlaken. . . . .</b>	<b>45</b>
Wissen kompakt: Bewegung als Erfahrung der sozialen Umwelt . .	48
<b>Bewegungsideen mit Vogelschutznetzen . . . . .</b>	<b>49</b>
<b>Bewegungsideen mit Tüchern . . . . .</b>	<b>52</b>

<b>Kapitel 3: Bauen, wippen, balancieren: Bewegungsideen mit Pappkartons &amp; Co. . . . .</b>	<b>54</b>
Praxistipp: Selbst gesteuertes Lernen . . . . .	54
<b>Bewegungsideen mit Pappkartons . . . . .</b>	<b>55</b>
Wissen kompakt: Sich mit Kindern bewegen – von Kindern lernen	58
<b>Bewegungsideen mit Getränkekisten . . . . .</b>	<b>61</b>
Wissen kompakt: Warum Psychomotorik so wichtig ist . . . . .	62
<b>Kapitel 4: Was Kinder bewegt: Spiele zum Darstellen und Sich-Ausdrücken . . . . .</b>	<b>63</b>
<b>Rollenspiele . . . . .</b>	<b>64</b>
Praxistipp: Wie Rollenspiele wirken . . . . .	64
<b>Gefühle erleben und verarbeiten . . . . .</b>	<b>70</b>
Praxistipp: Wut und Aggression Ausdruck verleihen . . . . .	73
Praxistipp: Offene und angeleitete Bewegungsangebote . . . . .	76
<b>Kapitel 5: Berühren, beobachten, entdecken: Mit allen Sinnen spielen . . . . .</b>	<b>77</b>
Kurz & knapp: Sinnesorgane und Wahrnehmungssysteme . . . . .	77
<b>Förderung der visuellen Wahrnehmung . . . . .</b>	<b>78</b>
Wissen kompakt: Das Zusammenspiel der Sinne . . . . .	81
<b>Förderung der auditiven Wahrnehmung . . . . .</b>	<b>82</b>
<b>Förderung der taktilen Wahrnehmung . . . . .</b>	<b>86</b>
<b>Spiele mit dem Gleichgewicht (vestibuläre Wahrnehmung) . . . . .</b>	<b>88</b>
Kurz & knapp: Elementare Wahrnehmungserfahrungen . . . . .	88
<b>Kinästhetische Wahrnehmung – Bewegungsempfindung . . . . .</b>	<b>92</b>
<b>Literatur . . . . .</b>	<b>95</b>

# Einleitung

Scheinbar aus dem Nichts kreieren Kinder Bewegungsspiele: Da wird der Pappkarton zum Schiff, Zeitungen zu flatternden Fahnen, der Joghurtbecher zum Slalomstab usw. Sie schaffen aus Vorhandenem Neues – Kraft ihrer Fantasie, die noch nicht durch zweckdienliches Denken eingeschränkt ist. Sie sind ständig auf der Suche nach neuen Erfahrungen – dank ihrer Neugierde, die die Bedeutsamkeit der Dinge selbsttätig entdeckt. Kinder setzen sich über den üblichen Verwendungszweck der Dinge hinweg und interpretieren ihn einfach neu.

Diese Fähigkeiten und Kompetenzen können als Kreativität bezeichnet werden: Selber etwas schaffen, hervorbringen, gestalten, neu denken, auch einmal »um die Ecke denken« – also die Dinge aus einem ungewohnten Blickwinkel betrachten. Situationen aus einer neuen Perspektive zu sehen und eigene Ideen zu entwickeln, gehört zu den Grundlagen für die Entwicklung von Problemlösefähigkeit, einer wichtigen Kompetenz, die der Mensch zeit seines Lebens braucht, um Herausforderungen zu bewältigen. Die Voraussetzungen hierfür werden schon in den ersten Lebensjahren geschaffen.

Das Entdecken und Erkennen der eigenen Ressourcen, das Wecken der schöpferischen Kräfte im Menschen ist ein wichtiges Bildungsziel, das in Familie und Elternhaus, vor allem aber auch in Krippe und Kindergarten gefördert und unterstützt werden kann.

Bewegungsspiele bieten hierfür gute Gelegenheiten. Sie geben Kindern Möglichkeiten zum Erkennen der eigenen Stärken, zur Weckung ihrer schöpferischen Fähigkeiten. Das Experimentieren mit dem Material und das Finden eigener Spielideen sind der Ausgangspunkt ihres Tuns. Noch ist für die Kinder fast alles neu, die Welt will entdeckt und gedeutet werden. In der Gruppe lassen sich die Kinder »anstecken«, eine Idee führt zur nächsten, in der Interaktion mit anderen entstehen neue Anregungen. Über den Körper, über alle Sinne eignen sich Kinder ihre Umwelt an, sie setzen sich dabei mit sich selbst, aber auch mit den anderen auseinander, entdecken die spezifischen Eigenschaften der Dinge und funktionieren sie auch einfach um, schaffen im Spiel neue Verwendungsmöglichkeiten.

Wie diese ursprüngliche Bereitschaft der Kinder, sich auf Neues einzulassen und die Dinge in neue Sinnzusammenhänge zu stellen, unterstützt und herausgefordert werden kann, wie dies im Kontext einer psychomotorischen Erziehung erfolgen kann, ist Thema des vorliegenden Buches.

Am Beispiel des Spiels mit Recyclingmaterialien und ausrangierten Gebrauchsgegenständen wird aufgezeigt, wie oft nur wenige Impulse ausreichen, um mit den Kindern kreative Spielideen zu entwickeln. Fantasie ist bei den Kindern, aber auch bei den pädagogischen Fachkräften gefragt, wenn es darum geht, bekannte Objekte in einen neuen Sinnzusammenhang zu stellen und bewegte Spielideen damit zu kreieren.

Sie finden in diesem Buch eine Fülle von Bewegungsanregungen, die dazu beitragen sollen, die Fantasie, die Neugierde und den Einfallsreichtum der Kinder zu wecken (und zu nutzen); sie sprechen jedoch ebenso die Kreativität der pädagogischen Fachkräfte und Eltern an, denn es sind ja die Erwachsenen, die die Kinder in ihrem Spiel begleiten, ihr Tun verstärken, Erfolge bewusst machen. Bewegt spielen lässt sich mit einfachsten Mitteln, vom Bierdeckel über den Joghurtbecher bis zur Zeitung.

Immer geht es um Fantasie in Bewegung! Impulse und Spielideen, sowie das notwendige Know-how mit Basiswissen und Praxistipps zur Umsetzung im Alltag finden Sie in diesem Buch. Ob im Kindergarten, in der Kita oder zu Hause – bewegte Spielideen funktionieren mit ganz einfachen Mitteln.

Lassen Sie sich inspirieren!

*Renate Zimmer*



# Kapitel 1

## Laufen, springen, werfen: Kreative Spiele mit Recyclingmaterial

Erwachsene werfen oft gedankenlos Dinge weg, die für Kinder einen hohen Spielanreiz haben: Zeitungen, Papprollen und Joghurtbecher, Bierdeckel und Gardinenschnüre – all diese Dinge werden in der Fantasie des Kindes ganz anders eingeschätzt, als wir Erwachsene es uns meist vorstellen können.

Durch Papprollen kann man Bälle kullern lassen oder sie als Fern- oder Sprachrohr benutzen. Mit Joghurtbechern kann man balancieren, mit Zeitungsrollen und Luftballons lässt sich Federball spielen etc.

Das Umfunktionieren des Materials wird von den Kindern meist selbstständig vorgenommen. Sie brauchen keine Erklärung, wie die Geräte zu benutzen sind, allenfalls Impulse, um die Vielseitigkeit des Materials zu erkennen.

Im Spiel erhalten die Objekte *Symbolcharakter*: Ein Bettlaken wird zu einem Gespenstermantel, ein Bierdeckel zu einem Stein, den man nutzen kann, um einen flachen Fluss zu überqueren, eine Zeitung zur Pfütze etc.

So sind die folgenden Spielideen als Impulse zu verstehen, manchmal reicht eine »zündende Idee«, um die Fantasie der Kinder zu wecken und zu weiteren Spielszenarien anzuregen (vgl. hierzu auch Beins 2020, Beudels 2019, Köckenberger 2012, Zimmer 2013, 2018).

# Bewegungsideen mit Zeitungen

Ein auf dem Boden liegendes Zeitungsblatt wird im Spiel mit den Kindern als Wasserpfütze oder See gedeutet. Es gibt große und kleine Blätter – also auch große und kleine Pfützen, die zu vielen fantasievollen Bewegungsspielen einladen.

Die Kinder üben und erproben ihre Sprungkraft und ihre Gleichgewichtsfähigkeit, sie schätzen Abstände zwischen den »Wasserstellen« ein und verändern sie je nach Aufgabe. Im Spiel differenzieren sie ihre visuelle Wahrnehmungsfähigkeit, üben sich in der Größen- und Formwahrnehmung, sie erkennen, dass eine Zeitung längere und kürzere Seiten hat und dass man beim Überspringen von der einen oder anderen Seite aus unterschiedlich viel Kraft benötigt.

## Die Welt erleben über Bewegung



WISSEN  
KOMPAKT

Das Kind nimmt die Welt weniger mit dem »Kopf«, also mit seinen geistigen Fähigkeiten, über das Denken und Vorstellen auf, es nimmt sie vor allem über seine Sinne, seine Tätigkeit, mit seinem Körper wahr. Über Bewegung gewinnt das Kind Kontakt zu seiner Umwelt; Bewegung verbindet seine Innenwelt mit seiner Außenwelt. Die Welt erschließt sich dem Kind über Bewegung, Schritt für Schritt ergreift es von ihr Besitz. Mithilfe von körperlichen und Sinneserfahrungen bildet es Begriffe; im Handeln lernt es Ursachen und Wirkungszusammenhänge kennen und begreifen.