

Christina Müller

Bewegte Kita

Anregungen für mehr Bewegung
in Krippe, Kindergarten und Hort



ACADEMIA

Christina Müller

Bewegte Kita

Anregungen für mehr Bewegung
in Krippe, Kindergarten und Hort



ACADEMIA





Onlineversion
Nomos eLibrary

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-98572-008-8 (Print)

ISBN 978-3-98572-009-5 (ePDF)

1. Auflage 2021

© Academia – ein Verlag in der Nomos Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, Baden-Baden 2021. Gesamtverantwortung für Druck und Herstellung bei der Nomos Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG. Alle Rechte, auch die des Nachdrucks von Auszügen, der fotomechanischen Wiedergabe und der Übersetzung, vorbehalten. Gedruckt auf alterungsbeständigem Papier.

Besuchen Sie uns im Internet
academia-verlag.de

Inhalt

Vorwort	7
1 Grundgedanken	9
1.1 Bedeutungsaspekte der Bewegung für die kindliche Entwicklung	9
1.2 Bewegungsverhalten von Kindern	13
1.3 Bewegte Kita gestalten – eine Querschnittsaufgabe	15
1.4 Pädagogisches Konzept der bewegten Kita	18
1.5 Regelmäßige Bewegungsstunden	23
2 Bewegungsräume und -möglichkeiten drinnen	31
2.1 Räume für Bewegung gestalten und öffnen	32
2.2 Bewegte Lernsituationen in Bildungsbereichen	37
2.2.1 Mathematische Bildung	39
2.2.2 Kommunikative Bildung	52
2.2.3 Naturwissenschaftliche Bildung	63
2.2.4 Bereichsübergreifende Bewegungsprojekte	75
2.2.5 Hort: Bewegte Hausaufgaben	84
2.3 Spielformen zur Auflockerung und Koordinationsschulung	86
2.3.1 Spiel- und Bewegungsformen	88
2.3.2 Kleine Kunststücke	99
2.3.3 Bewegungsgeschichten	102
2.3.4 Rhythmisch-musikalische Bewegungsspiele	106
2.3.5 Darstellendes Spiel	116
2.4 Entspannungsphasen	122
2.4.1 Kennlern- und Kontaktspiele	123
2.4.2 Spiele mit der Ruhe	126
2.4.3 Wahrnehmungsspiele	128
2.4.4 Entspannungsspiele/-übungen	135
3 Bewegungsräume und -möglichkeiten draußen	157
3.1 Außengelände gestalten und sich erschließen	157
3.2 Zum Nutzen der Bewegungsmöglichkeiten im Außengelände anregen	159
3.2.1 Zum Bewegen motivieren und ermutigen	159
3.2.2 Impulse für Neues setzen	163
3.2.3 Bewegungsanlässe gemeinsam arrangieren	164
4 Öffnung nach außerhalb	167
4.1 Nutzung von Bewegungsräumen außerhalb	168
4.1.1 Koordinationsschulung und Entspannung	169
4.1.2 Bewegte Lernsituationen in Verbindung mit den Bildungsbereichen	170
4.1.3 Erlebnispädagogische Aktivitäten	172
4.2 Zusammenarbeit mit den Familien	176
4.2.1 Informationen zur Bewegungsthematik austauschen	176
4.2.2 Bewegungsaktivitäten gemeinsam erleben	178
4.2.3 Bewegte Kita gemeinsam gestalten	183
4.3 Kooperation mit (bewegten) Schulen	186
4.3.1 Kooperation von Kindergärten mit Grundschulen	187
4.3.2 Kooperation von (bewegten) Horten mit Schulen	189

Inhalt

4.4 Gesellschaftliche Integration	194
4.4.1 Regelmäßige Kontakte zu anderen Kindertageseinrichtungen	194
4.4.2 Kooperation mit Sportvereinen sowie Kreis- und Stadtsportbünden	195
4.4.3 Enge Zusammenarbeit mit Einrichtungen der Kommune und Institutionen des Landes	199
4.4.4 Exkurs: Feriengestaltung im Hort	200
Literatur	211
Anhang	219

Vorwort*

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

die Forschungsgruppe „Bewegte Schule“ arbeitet seit Mitte der 1990er Jahre an der Zielstellung, Kindern und Jugendlichen in der Schule mehr Bewegung zu ermöglichen. Zuerst im Grundschulbereich und seit 2000 in weiterführenden Schulen und Förderschulen wurde ein pädagogisches Konzept entwickelt, erprobt und weiterbearbeitet. Die Ergebnisse (Müller & Petzold, 2002 sowie Müller & Petzold, 2014) berechtigen nicht nur, sondern fordern geradezu zur Weiterverbreitung des Konzeptes auf. Und das natürlich besonders in den Institutionen, die auf Schule vorbereiten (Krippe, Kindergarten) bzw. diese begleiten (Hort).

Dafür wurden in den vergangenen Jahren Veröffentlichungen von der Forschungsgruppe ausgearbeitet und von der Unfallkasse Sachsen herausgegeben. Diese Broschüren standen aber vorrangig nur den Einrichtungen zur Verfügung, die an dem Projekt „Bewegte und sichere Kita“ teilnahmen. Umso mehr freut es uns, dass der Academia Verlag in der Nomos Verlagsgesellschaft auf Basis der drei Broschüren „Bewegte Krippe“ (Müller, 2010b), „Bewegter Kindergarten“ (Müller, 2015) und „Bewegter Hort“ (Müller, 2009) nun mit dem Buch „Bewegte Kita“ eine Zusammenfassung bei vollständiger Überarbeitung in der Reihe „Bewegtes Lernen“ aufgenommen hat. Ergibt sich doch dadurch die Möglichkeit, deutlicher die Gestaltung von bewegten Kindertageseinrichtungen als Querschnittsaufgabe entlang des Bildungsweges auszuweisen.

Kita als Kurzform für Kindertageseinrichtungen ist für uns der Oberbegriff und umfasst Krippe, Kindergarten als auch Hort. Es wird der Krippenbegriff verwendet, auch wenn Personen in der Kindertagespflege ebenso angesprochen sind. So wird ebenfalls bei der in Sachsen dominierenden Bezeichnung Hort geblieben – pädagogische Fachkräfte gleichartiger Betreuungsangebote für Schulkinder sollten sich einbezogen fühlen. Anmerkung: Diese Strukturierung ist überdies im sächsischen Bildungsplan (2011) sowie im Gesetz über Kindertageseinrichtungen (SMK, 2020) erkennbar.

Die inhaltlichen Vorschläge sind natürlich nicht alle neu, sondern beruhen auch auf Ideen von Studierenden nach umfassenden Literaturstudium oder auf Erfahrungen von Erzieherinnen aus Kitas. Dies erschwert zum Teil den Nachweis der ursprünglichen Quellenangaben. Die angegebene Literatur ist teilweise auch als E-Book, als PDT-Datei zum Downloaden, als Hörbuch im Internet aufzufinden oder wird als Bücher im gebrauchten Zustand angeboten.

Die Einbindung von Praxisideen und Erfahrungen aus Kindertageseinrichtungen war für die Forschungsgruppe „Bewegte Schule“ besonders wichtig. Viele gute Ideen konnten in den zertifizierten Einrichtungen gesammelt werden. Das ist als ein gegenseitiger Prozess des Gebens und Nehmens zu sehen. Dafür bedanken wir uns sehr herzlich.

Dank auch allen ehemaligen Studierenden der Universität Leipzig (s. Literatur), die viele Ideen zusammentrugten und bereits für die benannten drei Broschüren aufbereiteten. Besonders an den Ideen für Geschichte zur Bewegung, zur Entspannung u. a. haben sie mit Sachverstand und viel Kreativität gearbeitet.

In die Ausführungen des Buches sind viele Ideen und Hinweise von Mitgliedern der Verantwortlichen Forschungsgruppe eingeflossen – dafür herzlichen Dank.

* Anmerkung: Aus Gründen des Leseflusses und der zu erwartenden Mehrzahl der Leserinnen werden die weibliche Form sowie die Berufsbezeichnung der Erzieherin verwendet. Wir haben die Hoffnung, dass sich alle anderen pädagogischen Fachkräfte ebenso angesprochen fühlen.

Vorwort

Mit dem Erscheinen des Buches ist die Hoffnung verbunden, dass Krippen, Kindergärten sowie Horte als Querschnittsaufgabe noch bewegungsorientierter gestaltet werden können.

Im Interesse der Kinder ist dies auf alle Fälle!

Leipzig, Mai 2021

Christina Müller
und die Forschungsgruppe „Bewegte Schule“