

Bewegungsfibel



Leben ist Bewegung
und ohne Bewegung findet
Leben nicht statt.

Moshe Feldenkrais





Inhaltsverzeichnis

Grußwort – Bürgermeister der Gemeinde Hasbergen	4
Einleitung – Prof. Dr. Renate Zimmer	5
Entwicklung der Beweglichkeit	6-7



Bewegungsspiele für Babys und Kleinkinder

8-17



Bewegungsspiele für 1-3 Jahre alte Kinder

18-31



Spiele für Ruhe und Erholung

32-41



Der Spielzeug-macht-Urlaub-Tag

42-43

Netzwerk Frühe Hilfen Hasbergen

44

Hasbergen in Bewegung

45



Spielplätze in der Gemeinde Hasbergen

46-47

Spielekiste, Spiele-Guides

48-49



Spielvereinigung und Naturbad

50

Impressum

51

Quellen- und Copyright-Angaben

51

GRÜßWORT



Liebe Eltern!


Sie halten die Bewegungsfibel der Gemeinde Hasbergen in den Händen. Auf vielen bunten Seiten ist eine Vielzahl von tollen Spielen zusammen getragen worden. Herausgekommen ist eine abwechslungsreiche Sammlung für Groß und Klein. Sie dient als Anregung im Alltag oder als Planungshilfe für ein Kinderfest.

Als langjähriger Fußballer weiß ich aus eigener Erfahrung, wie wichtig Bewegung und Spiel für die Persönlichkeitsentwicklung und das Wohlbefinden sind.

Nehmen Sie sich die Zeit und stöbern Sie durch das Büchlein. Sie werden altbekannte, vielleicht in Vergessenheit geratene, einfache Spielideen wiederfinden und neue Anregungen bekommen.

Wir hoffen, mit diesem Büchlein dazu beitragen zu können, bei Ihnen und Ihrem Kind/Ihren Kindern die Freude an der Bewegung und dem kreativen Spiel zu entfachen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen und Nachspielen, beim Ausprobieren und Weiterentwickeln.



Holger Elixmann
Bürgermeister

Wer sich bewegt kommt Voran



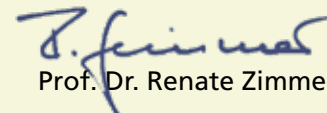
Kinder kommen auf die Welt mit einer angeborenen Lust, sich zu bewegen. Bewegung ist für sie Ausdruck ihrer Lebenslust, ihrer Freude am Dasein, Zeichen ihrer Vitalität. Sich-bewegen heißt für Kinder aber auch, Erfahrungen sammeln, über sich selbst, über die Dinge, mit denen sie sich bewegen und die sie in Bewegung versetzen. Bewegung ist die Grundlage des Lernens und Motor der Entwicklung.

Über Bewegung gewinnt das Kind zunehmend mehr Selbständigkeit, es erkundet aktiv seine Umgebung und setzt dabei all seine Sinne ein. Das Robben, Rutschen und Krabbeln – die ersten Fortbewegungen – geben dem Baby die Chance, neue Räume zu erobern, selbständig zu den Dingen, die sein Interesse wecken, hinzukommen. Bereits Babys und Kleinkinder sind neugierige Forscher.

Die Familie ist der Ort, an dem erste Bewegungsgewohnheiten der Kinder geprägt werden. Durch eine anregungsreiche Umgebung, durch das Schaffen vielfältiger Bewegungsmöglichkeiten auch im Alltag und durch das Eingehen auf die kindlichen Bewegungsbedürfnisse können Eltern in hohem Maße dazu beitragen, die Gesundheit und die Entwicklung ihrer Kinder zu unterstützen.

Eltern sollten dabei aber auch Partner und Mitspieler sein. Sie geben Anregungen, lassen sich aber auch auf die Spiel- und Bewegungseinfälle der Kinder ein, probieren gemeinsam mit ihnen Spielideen aus. Das Wichtigste dabei sind der Spaß und die Freude, die entsteht, wenn Eltern und Kinder sich gemeinsam betätigen, wenn sie miteinander spielen, Kunststücke ausprobieren und ihre Kräfte messen. Dazu braucht es keiner großen Vorbereitungen und besonderer Materialien. Die Spielideen, die in dieser Broschüre zusammengestellt worden sind, kommen mit alltäglichen Dingen aus.

Lassen Sie sich von der Bewegungsfreude Ihrer Kinder anstecken – so bleiben Sie und Ihre Kinder fit und beweglich!



Prof. Dr. Renate Zimmer

Entwicklung der Beweglichkeit und Körpermotorik



3 Monate

Das Baby kann nun selbst seinen Kopf aufrecht halten, wenn es auf dem Bauch liegt oder auf dem Schoß gehalten wird.



3-7 Monate

Beginn der eigenständigen Drehung
1. erst zur Seite,
2. dann vom Bauch auf den Rücken und
3. schließlich vom Rücken auf den Bauch.



7-10 Monate

Beginn der eigenständigen Fortbewegung – jedes Kind auf seine eigene Art: robbend, schlängelnd, kriechend, auf allen Vieren.



10 Monate

Das Kind kann frei sitzen und hat nun beide Hände frei zum Spielen.



9-15 Monate

An Stühlen, Tischbeinen, Regalen zieht sich das Kind hoch in den Stand und lernt an Möbeln und Wänden entlangzugehen.



9-18 Monate

Mit Festhalten an den Händen und entlang an Möbeln und Wänden lernt das Kind frei zu gehen.



18 Monate

Das Kind kann frei gehen. Auf dem Spielplatz, auf der Wiese, auf Feld- und Waldwegen probiert es sich nun aus.



2-3 Jahre

Das Kind weiß immer sicherer mit seinem Körper umzugehen. Es kann schon rennen und lernt Treppen zu steigen.



2,5-3 Jahre

Fahrspielzeuge sind sehr begehrt. Das Kind lernt Dreirad oder Laufrad fahren.



4-6 Jahre

Die meisten Kinder sind in diesem Alter so weit, dass sie das Fahrradfahren auf zwei Rädern lernen können und möchten.



Gut zu wissen:

Kinder entwickeln sich unterschiedlich – jedes auf seine Art, im eigenen Tempo. Die Darstellung kann deshalb nur grobe Anhaltspunkte liefern.



Bewegungsspiele für Babys und Kleinkinder

Babys mögen es, wenn mit ihnen gespielt wird und sie sich möglichst viel frei bewegen können. Spielen und Bewegung sind dabei oft eins und sie entwickeln dabei von sich aus ihre Bewegungsfähigkeiten. Eltern können ihr Kind dabei unterstützen und gemeinsam Spaß haben.

Beim Spielen mit den Babys sind den Ideen kaum Grenzen gesetzt. Alles, was Eltern und Kind Spaß macht und das Baby seinem Alter entsprechend mitmachen kann, tut ihm gut. Je jünger das Baby jedoch noch ist, umso sanfter sollten die folgenden ersten Bewegungsspiele gemeinsam durchgeführt werden.

Die im Folgenden aufgeführten und überlieferten Bewegungsspiele für die Kleinsten machen auch den 1–3 jährigen Kindern oft noch sehr viel Spaß und eignen sich zum Teil auch zum Singen. Entsprechende Melodien können u. a. auf YouTube angehört werden.



Bewegungsspiele für
Babys und Kleinkinder



Das ist der Daumen

Das ist der Daumen.

(Daumen zeigen und damit wackeln.)

Der schüttelt die Pflaumen.

(Zeigefinger dazu zeigen.)

Der sammelt sie alle auf.

(Mittelfinger dazu zeigen.)

Der bringt sie nach Haus.

(Ringfinger dazu zeigen.)

Und der kleine Wicht, der isst
sie alle ganz alleine auf.

*(Kleinen Finger dazu zeigen
und mit der ganzen Hand
den Bauch des Babys kitzeln.)*



Hopp, hopp, hopp

Hopp, hopp, hopp, Pferdchen lauf Galopp.

(Mit Baby auf dem Schoß reiten.)

Über Stock und über Steine, aber brich dir
nicht die Beine.

(Bewegungen werden stärker.)

Hopp, hopp, hopp, Pferdchen lauf Galopp.

Tipp, tipp, tapp, wirf mich ja nicht ab!

(Bewegungen wie oben.)

Zähme deine wilden Triebe,
Pferdchen, tu es mir zuliebe.

Tipp, tipp, tapp!

Wirf mich ja nicht ab!



Auf der grünen Wiese

Auf der grünen Wiese, steht ein Karussell.

(Baby auf den Arm nehmen.)

Mal dreht es sich ganz langsam, mal dreht
es sich ganz schnell.

*(Mit dem Kind auf dem Arm erst vorsichtig
langsam und dann etwas schneller drehen.)*

Einsteigen, festhalten! Alle Kinder fahren
schnell, auf dem Karussell.

(Mit dem Kind auf dem Arm umher drehen.)

Einsteigen, festhalten! Alle Kinder fahren schnell,
auf dem Karussell.

(Erneut im Kreis drehen.)



Hoppe Hoppe Reiter

Hoppe hoppe Reiter.

(Das Kind sitzt auf dem Schoß, Gesicht zum Erwachsenen gewandt, dabei die Knie rhythmisch hoch und runter bewegen.)

Wenn er fällt, dann schreit er.

Fällt er in den Graben, fressen ihn die Raben. Fällt er in den Sumpf, macht der Reiter – Pluuuuuummmmp!

(Beim Plumps den Oberkörper des Babys sanft etwas nach unten gleiten lassen.)



Meine Hände sind Verschwunden

Meine Hände sind verschwunden.

Ich habe keine Hände mehr.

(Hände auf dem Rücken verstecken.)

Ei, da sind die Hände wieder.

Tralalalala. Ei, da sind die Hände wieder.

Tralalalala.

(Hände sind wieder vor dem Körper und bewegen sich.)

Ebenso können die Nase, Augen, Ohren, Finger und der Mund versteckt werden. Die Beine verstecken sich unter einer Decke.



Kleine Schnecke

Kleine Schnecke, kleine Schnecke.

Krabbelt rauf, krabbelt rauf.

(Mit den Fingerspitzen an den Armen des Babys raufkrabbeln.)

Krabbelt wieder runter, krabbelt wieder runter.

(Mit den Fingerspitzen an den Armen des Babys runterkrabbeln.)

Kitzelt auf den Bauch, kitzelt auf den Bauch/am Fuß/Arm/Po/Knie.

(Am entsprechenden Körperteil sanft kitzeln.)

Ein besonders schönes Spiel, während das Baby nackig auf dem Wickeltisch liegt.

Gesungen wird nach der Melodie des Kinderliedes „Bruder Jakob“.



Schifflein auf dem Meer

Fährt ein Schifflein auf dem Meer.

(Das Baby sitzt auf dem Schoß.)

Schaukelt hin und schaukelt her.

(Baby hin und her schaukeln.)

Kommt ein großer Sturm,

(Dem Baby sanft ins Gesicht pusten.)

fällt das Schifflein um.

(Gemeinsam oder das Baby alleine sanft zur Seite kippen).





Himpelchen und Pimpelchen

Himpelchen und Pimpelchen, stiegen auf einen hohen Berg.

(Hände zur Faust machen, die gestreckten Daumen sind Himpelchen und Pimpelchen; mit den Fäusten den Aufstieg auf den Berg andeuten.)

Himpelchen war ein Heinzelmännchen
(Den Daumen einer Hand hochhalten und bewegen.)

und Pimpelchen war ein Zwerg.
(Daumen der anderen Hand hochhalten und bewegen.)

Sie blieben lange dort oben sitzen und wackelten mit ihren Zipfelmützen.
(Fingerspitzen beider Hände auf dem Kopf zusammenführen – damit eine Zipfelmütze andeuten und den Kopf hin- und herbewegen.)

Doch nach vielen, vielen Wochen sind sie in den Berg gekrochen.
(Daumen in die Fäuste stecken oder Fäuste hinter dem Rücken verstecken.)

Dort schlafen sie in tiefer Ruh. Seid ganz still und hört gut zu!
(Text flüstern; dann den Kopf auf den zusammengeführten Händen ablegen und Schnarchgeräusche machen.)

Heißassa, heißassa, Himpelchen und Pimpelchen sind wieder da!
(Daumen wieder zeigen und mit ihnen einen Tanz andeuten, d.h. rhythmisch hin- und herwackeln.)



Zehenreim

Schau die vielen Zehen an,
ob ich die bewegen kann?
Einer ist groß, einer ist klein.
(Am großen und kleinen Zeh des Babys sanft wackeln.)

Sie sind am Fuß,
und der am Bein.
(Jeweils am Fuß und am Bein sanft wackeln.)

Sind nun alle Zehen wach?
Komm, wir machen mit
den Füßen Krach!
(Trampeln.)

Das ist ganz schön laut,
da kribbelt auch die Haut!
(Über die Füße streicheln.)

Die Zehen fliegen auf und ab,
und halten uns auf Trab.
Der Große wackelt hin und her,
schaut, das ist nicht schwer.
Und ganz zum Schluss –
da gibt es einen Zehenkuss.





Zehn kleine Zappelmänner

Zehn kleine Zappelmänner
zappeln hin und her,
zehn kleinen Zappelmännern
fällt das gar nicht schwer.
*(Mit beiden Händen wild
herumzappeln.)*

Zehn kleine Zappelmänner
zappeln auf und nieder,
zehn kleine Zappelmänner
tun das immer wieder.
*(Mit beiden Händen auf
und nieder zappeln.)*

Zehn kleine Zappelmänner
zappeln rundherum,
zehn kleine Zappelmänner
die sind gar nicht dumm.
*(Mit den Händen im Kreis
herumzappeln.)*

Zehn kleine Zappelmänner
suchen ein Versteck,
zehn kleine Zappelmänner
sind auf einmal weg!
*(Die Hände hinter dem
Rücken verstecken.)*

Zehn kleine Zappelmänner
rufen laut „Hurra!“
zehn kleine Zappelmänner
sind jetzt wieder da.
*(Die Hände wieder vom
Rücken nach vorne holen.)*



Zwerglein auf dem Berglein

Ein ganz kleines Zwerglein,
krabbelt auf ein Berglein.

*(Mit den Fingern an der linken Seite des
Babykörpers bis zum Kopf hochkrabbeln.)*

Rutscht dann froh und munter drüben
wieder runter.

*(Mit der flachen Hand an der
anderen Seite des Kindes wieder
runterrutschen.)*



Wie das Fähnchen auf dem Turme

Wie das Fähnchen auf dem Turme,
sich kann dreh'n bei Wind und Sturme,
so soll sich mein Händchen dreh'n,
dass es eine Lust ist anzusehn.

Wie das Fähnchen auf dem Dache,
sich kann dreh'n bis dass ich lache,
so soll sich mein Händchen dreh'n,
dass es eine Lust ist anzusehn.

Wie das Fähnchen an der Stange,
sich kann dreh'n mal kurz mal lange,
so soll sich mein Händchen dreh'n,
dass es eine Lust ist an zu sehn.

*Beide Hände werden nach oben
gestreckt und hin- und hergedreht.*





Bewegungsspiele für 1-3 Jahre alte Kinder

Wenn das Kind sicherer auf den eigenen Beinen steht, wird Bewegung immer wichtiger.

Durch die Bewegung erprobt es in dieser Lebensphase seinen Körper.

„Es lernt, mit ihm umzugehen, ihn einzuschätzen, seine Signale zu beachten. Es erwirbt Wissen und Kenntnisse über seine äußere Gestalt, über die Bewegungsfähigkeit einzelner Körperteile.“

Prof. Dr. Renate Zimmer

Die folgenden Bewegungsspiele, gerne auch gemeinsam mit anderen Kindern gespielt, bieten dafür eine gute Grundlage.

Die Spielideen sind entnommen aus:

Zimmer, Renate: Wilde Spiele zum Austoben. Durch Bewegung zur Ruhe kommen. Freiburg: Verlag Herder

Zimmer, Renate: Psychomotorik für Kinder unter drei Jahren. Freiburg: Verlag Herder



Bewegungsspiele für
1-3 Jahre alte Kinder



Bewegungsspiele für
1-3 Jahre alte Kinder

Abschleppwagen

Das Kind sitzt oder liegt auf einer Wolldecke, ein *Elternteil fasst die Decke und zieht sie mitsamt dem Kind durch den Raum.*

Auf der Decke kann man natürlich nicht nur *sitzen oder liegen, sondern auch knien und sogar stehen* – dann wird das Gleichgewicht halten aber ganz schön schwer. Vor allem beim Starten und Stoppen kann man leicht hinfallen. Beim Abschleppen können die Ziehenden wie bei einem Abschleppwagen Autogeräusche machen.

Es wird gehupt, gebremst und Gas gegeben.



Der schnarchende Riese

Der Riese aus dem Zauberwald (zunächst ein Erwachsener) ist sehr müde und schläft laut schnarchend gemütlich auf der Decke ein. Der Zwerg dagegen (das Kind) möchte gerne mit dem Riesen fangen spielen und versucht, diesen wach zu kitzeln.

Wie lange dauert es wohl, bis der Riese wach wird und ruft „*Der Riese ist los!*“ Dann kann der Zwerg versuchen, dem

Riesen zu entkommen und z. B. auf die andere Seite des Raumes laufen, wo er nicht mehr gefangen werden darf. Anschließend können die Rollen getauscht werden.



Bewegungsspiele für
1-3 Jahre alte Kinder

Autoscooter

Bei diesem Spiel ist es am Schönsten mit mehreren Kindern zu spielen.

Dazu stecken sie sich dicke Kissen unter ihre T-Shirts, von hinten in die Hose oder wo sie sonst gerne ein Körperteil auspolstern möchten. Sie stellen einen Autoscooter auf dem Jahrmarkt dar.

Die Autoscooter fahren im Raum herum und versuchen dabei nichts zu berühren. Dann gehen und fahren sie auf Zuruf dicht umeinander herum, berühren sich, stolpern sich gegenseitig an.

Da sie aber gut gepolstert sind, prallen sie auch wieder voneinander ab.

Sie können sogar rückwärtsfahren.

Die Autoscooter fahren dann auf Zuruf in unterschiedlichen Gängen, *mal langsam, dann schneller und mal ganz schnell.*

Zum Schluss fahren die Autoscooter auf ihre Parkplätze und ruhen sich aus.





Begrüßung International

In jedem Land begrüßt man sich auf eine andere Art. In asiatischen Ländern z. B. berührt man sich gar nicht, sondern legt nur die eigenen Hände aneinander und verneigt sich voreinander. In anderen Ländern gibt man sich die Hände oder umarmt sich. Mit dem Kind macht man jetzt eine kleine Weltreise. Dabei werden die Begrüßungsformen in allen möglichen Ländern ausprobiert. Viel Spaß macht es auch, einfach welche dazu zu erfinden.

Auf Zuruf der Eltern begrüßt das Kind seine Eltern nun mit verschiedenen Begrüßungsarten.

- die Hände aneinander klatschen
- sich die Füße reichen
- sich auf die Schultern klopfen
- mit dem Rücken aneinanderstoßen
- sich auf die Nasenspitzen tippen
- sich am Ohrläppchen ziehen
- die Fäuste gegeneinanderstoßen
- sich zuwinken, usw.

Die internationale Begrüßung lässt sich gut mit Musik verbinden. Solange die Musik zu hören ist, geht oder läuft das Kind durch den Raum, es erkundet das neue Land. Wenn die Musik eine Pause macht, begrüßt das Kind seine Eltern, in der von ihnen zuvor vorgegebenen Weise.



Der Elefant, der Zwerg und die Maus

Eine Bewegungsgeschichte

Ein Elefant und eine Maus

(Rüssel machen und spitzes Näschen.)

gingen in die Welt hinaus.

(Mit den Füßen trampeln, die Hände zeigen die Erdkugel.)

Da kam ein großer Berg,

(Hände hochhalten.)

und oben drauf

(Rechter Zeigefinger tippt die linke Hand an.)

da saß ein Zwerg.

(Mit Händen eine Zwergmütze auf dem Kopf bilden.)

Ein Elefant und eine Maus

(Rüssel machen und spitzes Näschen.)

bist du da oben denn zu Haus?

(Mit Händen einen Trichter formen, an den Mund halten und rufen.)

Ja, ja, rief da der kleine Zwerg

(Zwergmütze formen und nicken.)

und kam herunter von dem Berg.

(Mit dem rechten Zeige- und Mittelfinger linken Arm herunter trippeln.)

Der Zwerg, die Maus und der Elefant

(Zwergmütze, spitzes Näschen und Rüssel.)

wurden dicke, dicke Freunde

(Einhaken bei linken und rechten Nachbarn und dabei hin- und herschunkeln.)

und sind dann schnell nach Haus gerannt.

(Mit Füßen schnell trampeln.)

Quelle: Landessportbund Nordrhein-Westfalen





Bewegungsspiele für
1-3 Jahre alte Kinder

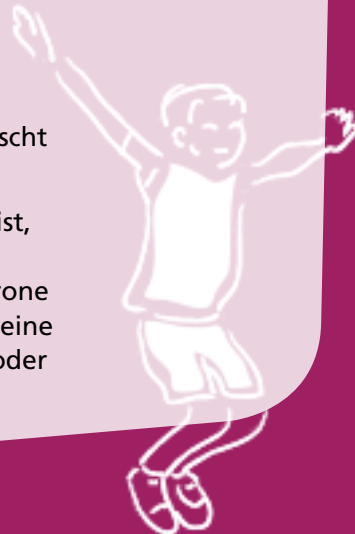
Die Königin befiehlt

Zunächst spielt der Erwachsene die Königin. Sie befiehlt, welche Bewegungen die Untertanen in ihrem Land ausführen müssen, indem sie bestimmte Tätigkeiten zuerst benennt und dann den Untertanen kurz vormacht. Danach müssen die Untertanen alle von der Königin befohlenen Tätigkeiten pantomimisch ausführen.

Sagt sie z. B.: „*Alle Hüpfen*“, so hüpfst das Kind genauso, wie die Königin es gezeigt hat. Begonnen wird mit sehr intensiven Bewegungsformen wie *hüpfen, rennen, auf allen Vieren laufen, rückwärtsgehen etc.* Nach und nach werden die Aktivitäten dann immer ruhiger, wie *schleichen, leise gehen, über den Boden kriechen, Arme ausschütteln, Beine ausschütteln, sich hinsetzen, sich hinlegen, gähnen, Augen schließen, tief atmen, einschlafen.*

Danach folgt eine Weile Stille und anschließend können die Rollen getauscht werden.

Damit besser erkennbar ist, wer diese Rolle innehat, trägt die Königin eine Krone auf dem Kopf. Das kann eine selbst gebastelte Krone oder ein kleines Kissen sein.



Bewegungsspiele für
1-3 Jahre alte Kinder

Es tanzt ein Bi-Ba-Butzemann

Es tanzt ein Bi-Ba-Butzemann in unserm Haus herum, bidebum, Es tanzt ein Bi-Ba-Butzemann in unserm Haus herum.

(Die Hände über dem Kopf zu einer Zipfelmütze zusammenführen und den Kopf nach rechts und links bewegen.)



Er rüttelt sich, er schüttelt sich,
(Die Arme an die Hüften halten und den Körper rütteln und schütteln.)

er wirft die Beine hinter sich.
(Die Beine angewinkelt nach hinten halten.)

Es tanzt ein Bi-Ba-Butzemann in unserm Haus herum, bidebum
Es tanzt ein Bi-Ba-Butzemann in unserm Haus herum.
(Das Kind deutet wieder wie oben mit den Händen auf dem Kopf eine Zipfelmütze an und dreht sich im Kreis.)

Überliefertes Kreisspiel



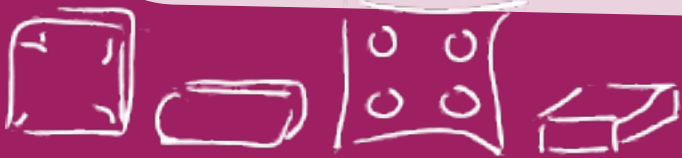
Bewegungsspiele für
1-3 Jahre alte Kinder

Kissen suchen

Das Kind sucht sich ein Kissen aus und merkt sich genau, wie es aussieht, wie es sich anfühlt, wie groß es ist... Nun wird das Kissen irgendwo im Raum auf dem Fußboden zwischen anderen Kissen abgelegt. Zwischen den Kissen wird jeweils ein ausreichend großer Abstand gelassen, sodass das Kind um alle Kissen herumlaufen kann – *im Slalom, mit Überspringen der Kissen, in engen oder weiten Kurven.*

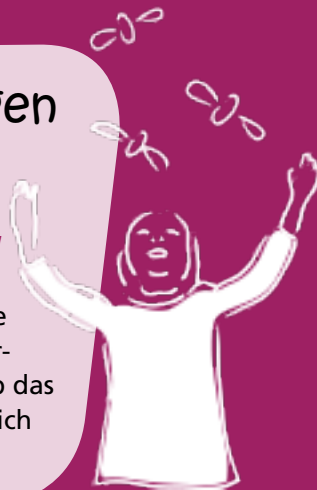
Auf ein Signal eines Elternteils soll das Kind dann sein Kissen wiederfinden. Beim nächsten Durchgang vertauscht der Erwachsene die Kissen wieder.

*Findet das Kind sein Kissen wieder?
Woran hat das Kind sein Kissen wiedererkannt?*



Fliegen aus der Luft fangen

Das Kind stellt sich vor, dass über seinem Kopf Fliegen surren. Diese Fliegen will es mit den Händen fangen. *Dazu muss es sich dehnen und strecken, die Arme nach oben recken und nach den Fliegen greifen.* Zwischendurch können die Arme zum Ausruhen auch mal wieder herunterhängen. Ganz oben fliegt noch eine Fliege – ob das Kind sie erreicht? Statt Fliegen kann das Kind sich auch vorstellen, Seifenblasen zu fangen.



Ball treiben

Das Kind wirft mit kleinen Bällen nach einem dickeren Ball und versucht den dickeren Ball zu treffen.

Wie weit kann sich das Kind vom großen Ball entfernen, um ihn dennoch treffen zu können?

Im Anschluss kann das Kind versuchen, den dickeren Ball in eine Ecke des Raumes zu treiben, ohne ihn mit dem Körper zu berühren. Nur die kleinen Bälle sollen den Ball zum Rollen bringen.



Bewegungsspiele für
1-3 Jahre alte Kinder

Schneeflockentanz

Die Kinder spielen Schneeflocken, *die durch die Luft wirbeln, schweben und sich drehen.*

Die Schneeflocken (die Kinder) *fallen sanft auf die Erde und bleiben liegen.*

Dann kommt ein Windstoß, der die Flocken wieder aufwirbelt: *Die Kinder laufen wie fliegende Schneeflocken durcheinander, drehen sich und hüpfen.*

Dann wird der Wind wieder ruhiger, und es wird wieder ganz still. Die Schneeflocken (die Kinder) *sinken langsam wieder zu Boden.*

Ein Erwachsener kann die einzelnen Phasen des Flockentanzes auch durch eine einfache rhythmische Begleitung (auf der Trommel oder einem Tamburin) ankündigen.



Bewegungsspiele für
1-3 Jahre alte Kinder

Tanz auf heißen Sand

Das Kind stellt sich vor, dass die Sonne den ganzen Tag geschienen hätte und der Sand am Strand so heiß wäre, dass man ihn kaum barfuß betreten könne.

Deswegen trippeln alle Strandbesucher ganz schnell auf der Stelle, um sich nur ja nicht die Füße zu verbrennen.

Dann kommt plötzlich eine Welle – ein Erwachsener ruft „Wasser“ – und der Sand kühlt ab. Nun kann man sich sogar hinlegen und sich eine Weile von dem anstrengenden Tanzen ausruhen. So lange, bis die Sonne den Sand wieder ganz heiß werden lässt.



Körperteile abtreffen

Das Kind und die Spielgefährten haben Kissen, mit denen sie sich gegenseitig bewerfen dürfen. Dabei soll das Werfen aber ganz gezielt auf bestimmte Körperteile der Mitspieler erfolgen.

Ein Mitspieler ruft ein Körperteil auf (bevorzugt Füße, Po, Rücken, Oberschenkel, nicht Kopf oder Gesicht) und alle versuchen, mit dem Kissen auf das genannte Körperteil der anderen Mitspieler zu treffen.

Die Kissen werden dazu immer wieder vom Boden aufgenommen und erneut geworfen. Wer Pause machen will, setzt sich an die Seite.



Schlangen fangen

Das Kind bekommt ein Seil in die Hand und schlängelt es über den Boden, während es durch den Raum läuft oder geht. *Andere Mitspieler versuchen, auf das Seil, die Schlange, zu treten.* Ist die Aufgabe geschafft, wird es nun selbst zum neuen Schlangenbesitzer. Es erhält die Schlange und darf sie nun auf dem Boden schlängeln lassen.

Zum Schluss machen alle Schlangen einen Mittagsschlaf. Sie legen sich in die Sonne, rollen sich zusammen, machen sich ganz klein und ruhen sich aus.



Bewegungsspiele für
1-3 Jahre alte Kinder

Verzauberte Tiere

Das Kind spielt ein Tier, das sich im Raum bewegt. Der Erwachsene stellt eine Zauberin oder einen Zauberer dar, der das Kind durch *Zuruf in unterschiedliche Tiere verwandeln kann. Im Wechsel sind es laute und leise, schnelle und langsame, schwere und leichte, große und kleine, schwerfällige und leichtfüßige oder schwebende Tiere (z.B. Elefanten, huschende Mäuse, hüpfende Frösche, flatternde Schmetterlinge, surrende Hummeln, springende Kängurus etc.).*

Im Anschluss an das Bewegungsspiel sucht sich das Kind ein *ruhiges, langsames, ganz bedächtiges Tier* aus: Wie eine Schildkröte, die kaum von der Stelle kommt. Auch die Schnecke kriecht nur sehr langsam voran. Das Faultier bewegt sich gar nicht mehr, sondern bleibt zusammengerollt auf dem Boden liegen.





Bewegungsspiele für
1-3 Jahre alte Kinder



Türme abwerfen

Auf einem Tisch oder auf einem Kasten baut das Kind evtl. mit Hilfe aus Bechern oder Dosen Türme auf.

Das Kind versucht, mit einem Ball die Becher zu treffen. Den Abstand zu den Bechern darf es selbst bestimmen. Wenn alle Bechertürme zusammengefallen sind, werden sie wieder neu aufgebaut.



Werfen, rollen, pusten: Allerlei hin und her

Gemeinsam mit dem Kind wird ausprobiert, *wie man verschiedene Materialien wie einen leichten Softball, ein Chiffontuch oder einen Luftballon in Bewegung bringen kann.*

Ein Ball lässt sich zurollen, werfen oder tragen. Ein Chiffontuch fliegt durch die Luft, wenn man es hochwirft oder mit dem Atem über den Boden pustet.

Wie fliegt der Luftballon, wie schwebt das Tuch?

Zusammen kann überlegt werden, wie die Dinge „hin und her“ transportiert werden sollen.

Welche Körperteile dürfen eingesetzt werden, welche nicht?



Zeitungszauber

Vater, Mutter, Kind halten ein Zeitungsblatt in der Hand. *Die Zeitung kann verzaubert werden, mal ist sie ein Dach zum Schutz vor Sonne und Regen, dann ist sie eine Wasserpfütze, dann wiederum ein Floß, auf dem man über das Wasser schwimmen kann.*

Jede Zauberidee ist mit Bewegung verbunden: Dazu fassen alle das Zeitungsblatt an zwei Ecken, halten es über den Kopf und laufen damit durch den Raum. Die Zeitung flattert nun wie ein Dach über dem Kopf. Je schneller sie laufen, umso mehr flattert die Zeitung. Wird die Zeitung in eine Wasserpfütze verzaubert, liegt sie am Boden und man kann über sie springen, hinein springen oder um alle Pfützen herumlaufen.

Zwischen den einzelnen Zauberideen gibt es jeweils eine Ausruhphase: *Alle Mitspielenden legen sich auf ihr auf dem Boden liegendes Zeitungsblatt.*

An dieser Stelle kann dann eine kurze Geschichte erzählt werden.



Bewegungsspiele für
1-3 Jahre alte Kinder



Spiele für Ruhe und Erholung

„Im Anschluss an eine intensive Bewegungszeit haben die Kinder in der Regel ein natürliches Bedürfnis nach Ruhe und Erholung. Stilleübungen und Entspannungsspiele werden dann als besonders wohltuend empfunden.“ Prof. Dr. Renate Zimmer

Eine sanfte Körpermassage mit etwas Öl und eventuell ruhiger Musik im Hintergrund wirken sehr wohltuend auf Körper, Geist und Seele.

Ebenso wohltuend wirkt das Vorlesen einer Lieblingsgeschichte oder eines Lieblingsbuches.

Eine auf das Alter zugeschnittene selbst ausgedachte kleine Phantasiegeschichte aus dem Leben des Kindes, vielleicht sogar von der vorherigen Spielzeit, ist bei den Kleinen sehr beliebt. Es zieht sie auf magische Weise in Ihren Bann und macht sie sehr aufmerksam.

Weitere Anregungen zu Ruhe und Entspannung finden Sie auf den folgenden Seiten.



Ein Langschläfer erwacht

Das Kind liegt auf einer Decke am Boden. Es hat die Aufgabe, sich vorzustellen, im Bett zu liegen und keine Lust zum Aufstehen zu haben. Ein Erwachsener unterstützt diese Vorstellung mit konkreten Anleitungen:

„Stell dir vor, du liegst morgens im Bett und es ist eigentlich längst höchste Zeit zum Aufstehen. Aber du hast keine rechte Lust, aus dem kuscheligen Bett zu kriechen. Es ist ja sooo gemütlich, weich und warm. Jetzt machen deine Arme doch den ersten Versuch zum Wachwerden. Sie recken und strecken sich ... und fallen wieder auf die Matratze.“

Na gut, du darfst noch ein wenig in deinem Bett bleiben. Schließe dazu deine Augen wieder. Nun wird das rechte Bein vom schlechten Gewissen gepackt. Es will raus aus dem Bett, es streckt sich in verschiedene Richtungen, gibt jedoch auch wieder auf und fällt zurück.“

Genieße es, noch ein paar Minuten im Bett zu liegen.“

Nacheinander machen jetzt aber doch alle Körperteile den Versuch, den Langschläfer zum Aufstehen zu bewegen. Es siegt aber jedes Mal die Faulheit, und das Kind sinkt zurück ins warme, weiche Bett. Doch dann zum Schluss, wenn Arme und Beine schon aufgegeben haben, setzt sich der Langschläfer im Bett hin und steht auf.



Ein Igel ist im Garten

Mit dem Igelball wird eine Massage durchgeführt und eine passende Geschichte dazu erzählt. Das Kind liegt auf dem Bauch und lässt sich zunächst massieren. In der Geschichte streift ein Igel auf der Suche nach Futter durch den Garten und findet unterschiedliche Dinge.

*„... der Igel streift umher, läuft mal hierhin und dorthin und schnüffelt in verschiedenen Ecken des Gartens.“
(Igelball kreuz und quer über den Rücken rollen).*

Er hat großen Hunger und ist auf der Suche nach Futter. Was mögen Igel denn gerne? Der Igel findet unterschiedliche Leckereien wie z.B. Äpfel und Nüsse im Gras. *(Mit einer Hand bzw. einem Finger mehrmals auf den Rücken tippen).*

Aber auch Regenwürmer, die er aus der Erde zieht, sind sehr schmackhaft *(Schlangenlinien auf den Rücken malen)*. Einmal wagt sich der Igel jedoch zu nah an den Gartenzaun heran und plumpst durch eine Lücke im Holz, kullert einen Berg hinab und muss sich auf die Suche machen, den Garten wieder zu finden. *(Mit dem Igelball einmal den ganzen Körper umrunden).*

Aber nach einer kleinen Wanderung findet er den Garten wieder und klettert dort den Berg hinauf. *(Igelball wieder auf den Rücken rollen).*

Schließlich kann er sich in der Igelhöhle zur Ruhe legen und in einen tiefen Winterschlaf fallen.

Das Kind darf bestimmen, wie fest der Druck des Igelballs jeweils sein soll und abschließend kann besprochen werden, an welchen Stellen das Rollen als besonders angenehm bzw. als weniger angenehm empfunden wurde.



Kuchen backen

Das Kind befindet sich in Bauchlage auf einer gemütlichen Unterlage. Mutter oder Vater sind die Bäcker und dürfen auf dem Rücken des Kindes einen Kuchenteig herstellen: Zuerst wird Mehl in eine Schüssel gesiebt.
(Mit den Fingerspitzen leicht auf den Rücken trommeln.)

Dann wird ein Ei aufgeschlagen und mit dem Mehl vermischt.
(Die Faust leicht auf den Rücken schlagen, das Ei verstreichen.)

Jetzt kommt etwas Milch hinzu und wird verrührt.
(Kreisende Bewegungen mit beiden Händen.)

Der Teig soll süß sein, deswegen muss noch Zucker dazu.
(Mit den Fingerkuppen leicht klopfen.)

Alle Zutaten werden miteinander verknetet.
(Massierende und knetende Bewegungen auf den Rücken durchführen.)

Nun wird der Teig ausgerollt.
(Den Unterarm auf dem Rücken hin- und herrollen.)

Damit der Teig keine Blasen wirft, wird er an mehreren Stellen mit der Gabel eingestochen.
(Mit zwei Fingerspitzen leicht auf den Rücken piksen – an verschiedenen Stellen.)

Natürlich muss der Teig noch belegt werden: mit Apfelstücken oder Pflaumen.
(Die Daumen jeder Hand im Wechsel nacheinander auf den Rücken drücken.) →



Zum Schluss gibt es noch eine feine Quarksoße als Belag.
(Die Hände streichen den Rücken aus.)

Der Ofen wird angeheizt und der Kuchen hineingeschoben.
(Die Hände ganz fest aufeinander reiben und die heißen Handinnenflächen schnell auf den Rücken legen.)

Wenn der Kuchen fertig ist, wird er in Stücke geschnitten.
(Mit einem Finger lange Striche auf den Rücken zeichnen.)

Zum Schluss muss nur noch das Backblech gesäubert werden.
(Ausstreichen des Rückens mit den Händen.)

Kissen raten

Das Kind legt sein Lieblingskissen zu anderen auf dem Boden abgelegten Kissen, die sich durch Größe und Struktur gut unterscheiden lassen. Es setzt sich auf den Fußboden und schließt die Augen. Die unterschiedlichen Kissen werden dem Kind eins nach dem anderen in die Hand gegeben.
Das Kind hat nun die Aufgabe, sein eigenes Kissen durch Abtasten wiederzufinden.



Waldspaziergang

Das Kind liegt gemütlich in einer Kuschelecke, auf dem Sofa oder auf einer Decke und stellt sich vor, dass es einen Ausflug in den Wald macht. Der Wald – das ist der Rücken des Kindes. Schon auf dem Weg in den Wald kann man die ersten Tiere antreffen.

Zuerst einmal laufen ganz viele Ameisen über den Weg. *(Der Erwachsene führt mit den Fingerspitzen schnelle Bewegungen auf dem Rücken des Kindes aus.)*

Sie werden vorsichtig vom Weg gewischt, damit sie nicht getreten werden. *(Streichende Bewegungen mit beiden Händen.)*

Über den Waldweg hüpf mit großen Sprüngen eine Heuschrecke. *(Mit beiden Händen wird im Wechsel das Springen imitiert.)*

Am Wegesrand haben sich einige Regenwürmer aus der Erde geschlängelt. *(Mit dem Zeigefinger an Nacken und Schultern die schlängelnden Regenwürmer darstellen.)*

Schnell huscht ein Eichhörnchen den Baumstamm hinauf. *(Schnell huschende Bewegungen werden mit den Handflächen imitiert.)*

Da kommt plötzlich ein Pferd angaloppiert. *(Mit den flachen Händen wird das Galoppieren über den Rücken angedeutet.)*

Die Ameisen laufen ganz nervös zurück in ihren Ameisenbau. *(Schnelles Tippen mit den Fingerspitzen.)*

Nun ist wieder Ruhe im Wald eingekehrt. Die Sonne scheint durch eine Lichtung auf den Waldboden, und die Tiere haben sich zum Mittagsschlaf zurückgezogen. *(Die Handflächen bleiben auf dem Rücken eine Weile liegen.)*



Welke Blume

Das Kind steht im Raum und stellt sich vor, eine Blume zu sein.

„Stell dir vor, du bist eine Blume, die für eine kurze Zeit wunderschön aufblüht und dann wieder zusammenfällt wie eine Tulpe, die zu wenig Wasser hat. Ihre Blätter welken, fallen zusammen und der Stiel neigt sich zur Erde. Dann wird sie mit Wasser gegossen und sie blüht wieder auf.“

Das Kind stellt die Blume im Stehen dar. Dabei sind die Arme und Hände die Blütenblätter, die beim Aufblühen zur Seite angehoben werden und beim Welken schlaff zur Seite fallen. Die Blume wird mehrfach gegossen. Hierzu kann der Erwachsene symbolisch Wasser über das Kind gießen.



Wetterbericht

Ein Kind liegt auf dem Boden in Bauchlage. Das Kind stellt sich vor, dass es Abend ist und im Fernsehen gerade der Wetterbericht gezeigt wird. Auf dem Rücken des Kindes stellt der Erwachsene nun den Wetterbericht vor.

Leichter Regen nieselt, es tröpfelt. *(Mit den Fingerspitzen/Fingerkuppen leicht auf den Rücken des Kindes trommeln.)*

Der Regen wird stärker. *(Festeres Trommeln.)*

Ein Platzregen entsteht. *(Mit den Handflächen auf den Rücken patschen oder klopfen.)*

Die Sonne scheint und trocknet die Tropfen.

(Mit den Händen leicht über den Rücken streichen.)

Ein Gewitter zieht auf: Schon hört man den ersten Donner. *(Die Fäuste trommeln leicht auf den Rücken.)*

Nun fängt es sogar an zu blitzen. *(Mit der Spitze des Zeigefingers Zacken auf den Rücken malen.)*

Und jetzt setzt ein klatschender Regenschauer ein. *(Die ganzen Handflächen patschen auf den Rücken.)*

Nun fängt es sogar an zu blitzen. *(Mit der Spitze des Zeigefingers Zacken auf den Rücken malen.)*

Und jetzt setzt ein klatschender Regenschauer ein. *(Die ganzen Handflächen patschen auf den Rücken.)*

Aber bald ziehen die schwarzen Wolken weg und schon zeigt sich wieder die wärmende Sonne.

(Mit den Händen den ganzen Rücken ausstreichen.)



Der schmelzende Schneemann

Dieses Spiel wird im Stehen durchgeführt. Das Kind stellt sich vor, ein Schneemann zu sein, der im kalten Winter gebaut wurde.

Der Erwachsene unterstützt diese Vorstellung mit konkreten Anleitungen:

Stolz und ganz aufrecht steht der Schneemann in der Wintersonne. In der einen Hand hat er einen Besen, die andere Hand hat er in die Hüfte gestemmt. Aber die Mittagssonne brennt heiß auf den armen Schneemann. Langsam beginnt er zu schmelzen, die ersten Wassertropfen fallen bereits auf den Boden. Dann lässt er den Besen fallen, auch die Hand kann er nicht mehr aufstützen. Der Schneemann wird immer kleiner, bis er schließlich zu Boden sinkt.

Eine einfache Geschichte, die auch das Kind anschließend erzählen kann und die Eltern den Schneemann spielen können.



Der Spielzeug-macht-Urlaub-Tag



Der Spielzeug-
macht-Urlaub-Tag



Viele Kinderzimmer sind heute gut bestückt mit den unterschiedlichsten Spielmaterialien. Dies führt häufig zu einer Reizüberflutung für die Kinder. Und wer die Wahl, hat die Qual. Ein Tag in der Woche ohne Spielzeug gibt den Kindern die Chance ihre Phantasie auszuleben und die Welt neu zu entdecken.

Die Idee des spielzeugfreien Tages könnte hier wieder für mehr Spannung im Kinderzimmer sorgen.

Zunächst wird je nach Alter des Kindes ein Wochentag zum Spielzeugurlaubstag erklärt und das gesamte Spielzeug am Tag zuvor mit dem Kind gemeinsam in einen Karton oder ähnliches geräumt und weggestellt. Am folgenden spielzeugfreien Tag sollten dem Kind dann genügend Gegenstände des alltäglichen Lebens zum Spielen zur Verfügung stehen. Kissen und Decken können zum Budenbauen dienen. Rollenspiele sind ebenso sehr beliebt. Kochtöpfe und ein Kochlöffel können für ein Konzert eingesetzt werden. Tannenzapfen, Blätter und Eicheln aus dem Wald regen besonders die Phantasie der Kleinen an.

Anfangs kann diese Art des Spielens für das Kind sehr ungewohnt und irritierend sein und Langweile hervorrufen. Aber auch Langweile ist wichtig für die gute Entwicklung eines Kindes. Sie regt letztendlich die Phantasie und die Kreativität an und macht Vorfreude auf das Lieblingsspielzeug am nächsten Tag.

Dahinter steckt auch die Idee, dass die Kinder in ihrem späteren Leben weniger suchtgefährdet sind, wenn sie schon früh die Möglichkeit bekommen haben, Kreativität und Kommunikationsfähigkeit zu entwickeln.



Netzwerk Frühe Hilfen Hasbergen

Das Netzwerk Frühe Hilfen Hasbergen existiert seit April 2018. Es ist ein interdisziplinärer Zusammenschluss aller Akteure, die mit werdenden Eltern und Eltern von ganz jungen Kindern arbeiten. Dazu zählen ÄrztInnen, TherapeutInnen und viele Beratungsstellen.



In Kooperation mit dem Hasberger Familienzentrum sind vielfältige Angebote für Eltern von Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren entwickelt worden, siehe www.familienzentrum-hasbergen.de. Zusätzlich gibt es innovative Projekte wie beispielsweise das Kartenspiel „Fluppy-Talk“ oder eben diese neue Hasberger Bewegungsfibel.

Beteiligung der Eltern – Ihre Mitarbeit ist willkommen!

Wer Interesse daran hat, die Entwicklung von neuen Angeboten für werdende Eltern und Eltern von Kindern im Alter von 0–3 Jahren mit auf den Weg zu bringen, meldet sich bitte im Kinder- und Familienservicebüro der Gemeinde Hasbergen, Martin-Luther-Str. 12, Tel: 05405 502-203, E-Mail: schmidt@gemeinde-hasbergen.de

Hasbergen in Bewegung



Liebe Eltern!

Wir alle wissen, wie wichtig Bewegung für uns ist. Nun fragen Sie sich vielleicht, wozu benötigen wir diese Broschüre? Das hat folgende Gründe: Wir möchten Ihnen Anregungen geben, wie sie mit ganz einfachen Bewegungsspielen Großes in der Entwicklung ihres Kindes bewirken können.

Zusätzlich zu dieser Broschüre möchten Sie die Bewegungsfibel digital immer bei sich haben und den Übersichtsplan aller 21 Spielplätze in Hasbergen anschauen können – ganz einfach: Auf Seite 51 finden Sie einen QR-Code, mit dessen Hilfe Sie die komplette Bewegungsfibel auf Ihr Smartphone downloaden können.

Entstehen konnte die Hasberger Bewegungsfibel dank des Belmer Familien- und KinderServiceBüros und seiner pädagogischen Leiterin Barbara Weber, die die Belmer Bewegungsfibel erarbeitet und uns zur Verfügung gestellt hat. Layout und Idee einer Bewegungsfibel sind über das Projekt „Kinder-Bewegungsstadt Osnabrück“ der Bürgerstiftung Osnabrück entstanden.

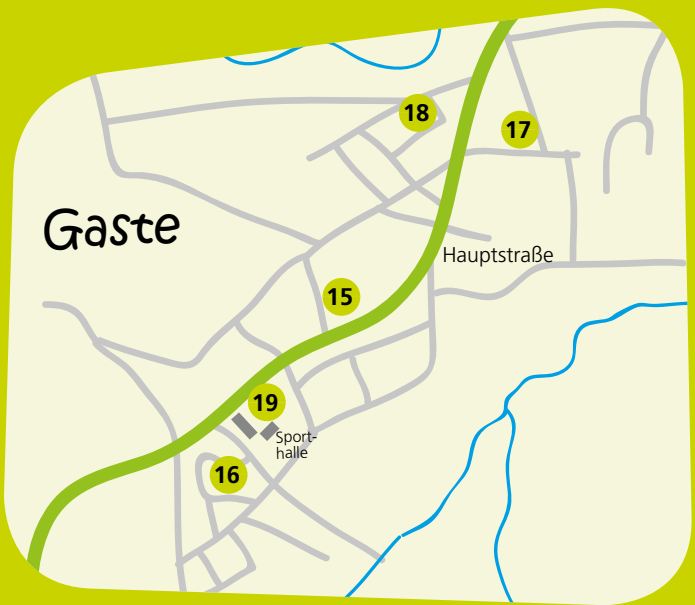
Sämtliche Bewegungsspiele ab Seite 19 sind aus der Feder von Prof. Dr. Renate Zimmer. Freundlicher Weise durften wir die Spielvorschläge aus ihren Büchern „Wilde Spiele zum Austoben. Durch Bewegung zur Ruhe kommen“ und „Psychomotorik für Kinder unter drei Jahren. Entwicklungsförderung durch Bewegung“ entnehmen.

Allen Beteiligten ein herzliches Dankeschön! Es ist wunderbar, wenn Netzwerken so gut und kooperativ funktioniert! Davon können Sie, liebe Eltern und Ihre Kinder profitieren und darüber freue ich mich sehr.

Katrin Schmidt,
Leiterin des Hasberger Kinder- und Familienservicebüros



Spielplätze in der
Gemeinde Hasbergen



Spielplätze

Gaste

- 15. Holunderweg
- 16. Königsberger Straße/Danziger Straße
- 17. Hasenkamp
- 18. Lindenstraße
- 19. Hügelschule Standort Gaste
- 20. Am Hüvel
- 21. Am Naturbad



Spielplätze in der
Gemeinde Hasbergen



Hasbergen

- 1. Osnabrücker Straße/
Frankensteiner Straße
- 2. Nelkenstraße
- 3. Schule am Roten Berg
- 4. Finkenburg
- 5. Am Permer Damm
- 6. Schlesische Straße
- 7. Am Wilkenbach
- 8. Wiesenstraße/Im Steerte
- 9. Am Höhenholz
- 10. Osnabrücker Straße/
An der St. Josefs Kirche
- 11. Bolzplatz am Kirchberg

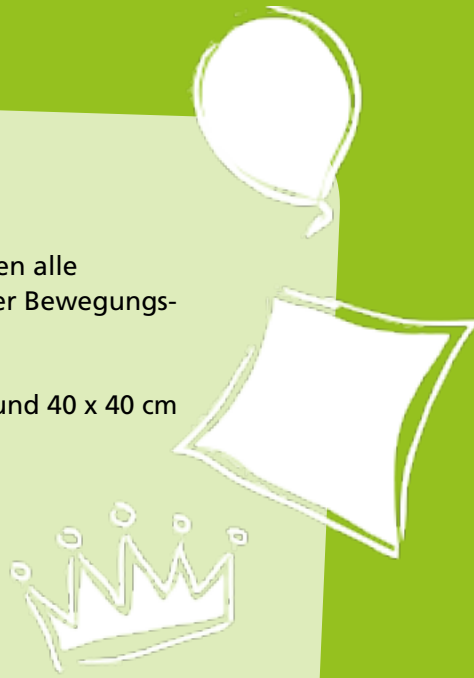
Ohrbeck

- 12. Falkenring
- 13. Gudenusweg/Buchenweg
- 14. Elfriede-Scholz-Weg/
Gräfin-von-Malzan-Weg

Spielekiste

Mit diesen Materialien können alle Spielvorschläge der Hasberger Bewegungsfibel durchgeführt werden.

- Kleine Kissen, 20 x 20 cm und 40 x 40 cm
- Seifenblasen
- Luftballons
- Seile
- Chiffontücher
- 1 Decke pro Kind
- Krone
- 1 großer und kleine Softbälle
- Zeitungspapier (2 große Doppelseiten pro Kind)
- 15 bunte Plastikbecher
- Trommel oder Tamburin (rhythmische Begleitung)
- Entspannungsmusik (Smartphone-Lautstärke reicht)
- Entspannungsgeschichten für Kinder (Buch o. Hasberger Bewegungsfibel)



Spiele-Guides

Liebe Eltern, nach den Sommerferien 2019 beginnen wir in Kooperation mit unserer Oberschule mit der Ausbildung von Spiele-Guides. Jugendliche ab 15 Jahren werden darin trainiert, die Spielvorschläge analog zur Hasberger Bewegungsfibel anleiten zu können. Sie können anlässlich von Kindergeburtstagen eingesetzt werden oder veranstalten in Kooperation mit dem Kinder- und Familienservicebüro Spielplatzfeste in Hasbergen. Bei Interesse senden Sie eine E-Mail an: schmidt@gemeinde-hasbergen.de



Spielvereinigung Gaste-Hasbergen e.V. (Spvg)



Ein breitgefächertes Angebot der Spielvereinigung bietet sportbegeisterten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen genau das, was sie suchen: Bewegung, Mannschaftssport, Spaß und Geselligkeit. Für die jüngsten Kinder gibt es in Gaste und in Hasbergen spezielle Angebote. Sämtliche Infos über Mitgliedschaft und Trainingszeiten finden Sie unter: <http://spvg-gaste-hasbergen.de>

Naturbad Hasbergen e.V.



Seit 2009 gibt es das Naturbad in Hasbergen. Von Mai bis September dauert die Freibadsaison. Wussten Sie, dass Sie dort Strandkörbe ausleihen können, dass der Eintritt für Kinder unter 3 Jahren frei ist, dass Frschwimmer ab 6 Uhr morgens ihre Bahnen ziehen können? Alle wichtigen Informationen finden Sie auf der Homepage: www.naturbad-hasbergen.de

Impressum

Herausgeber:
Gemeinde Hasbergen, Kinder- und Familienservicebüro
der Gemeinde Hasbergen, Martin-Luther-Str. 12, Tel: 05405 502-203

Redaktion:
Gemeinde Hasbergen, Koordinatorin des Netzwerkes Frühe Hilfen
Hasbergen, Katrin Schmidt

Gestaltung:
Eva Uthmann, www.design-uthmann.de

Fotos:
Gemeinde Hasbergen, pixelio

Die Bewegungsfibel ist urheberrechtlich geschützt. Ein Nachdruck ist auch auszugsweise nicht gestattet. Bei der Erstellung der Bewegungsfibel wurde sorgfältig recherchiert. Dennoch kann für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Angaben keine Gewähr übernommen werden. Haftungsansprüche sind ausgeschlossen.

Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für eine nächste Auflage richten Sie bitte an die Gemeindeverwaltung.



[www.familienzentrum-hasbergen.de/
bewegungsfibel.html](http://www.familienzentrum-hasbergen.de/bewegungsfibel.html)

Quellen- und Copyright-Angaben

Aus:
Renate Zimmer, Wilde Spiele zum Austoben.
Durch Bewegung zur Ruhe kommen
© 2018 Verlag Herder GmbH, Freiburg i. Br.

Aus:
Renate Zimmer,
Psychomotorik für Kinder unter 3 Jahren.
Entwicklungsförderung durch Bewegung
© 2012 Verlag Herder GmbH, Freiburg i. Br.

Bewegungsfibel



Kinder spielen nicht,
um zu lernen –
aber sie lernen beim Spielen.
Über Bewegung erschließen
sie sich die Welt.

Renate Zimmer

Bundesstiftung
Frühe Hilfen



LANDKREIS
OSNABRÜCK