



Bewegung ist das Tor zum Lernen

6. TEIL: VIEL SPASS MIT BABYGYMNASTIK

Ich halte nun schon seit vielen Jahren mit Erfolg Babygymnastikkurse im EKIZ. Warum brauchen wir das? Zum Einen ist es eine gute Möglichkeit für die Mütter Gleichgesinnte zu treffen und sich untereinander über ihre positiven und negativen Erfahrungen auszutauschen. (Und wenn ein Kurs zu Ende geht, finden unter den Teilnehmerinnen oft weitere private Treffen statt.) Zum Anderen brauchen Babys für eine gute körperliche und geistige Entwicklung neben Liebe und Geborgenheit auch Bewegung. Über die Wahrnehmung und die Bewegung lernen sie die Welt kennen, sie sammeln dabei Informationen und verarbeiten diese, indem sie persönliche Fähigkeiten entwickeln wie Krabbeln, Laufen, Lachen, Sprechen usw. Entwicklungsgerechte Bewegungsspiele unterstützen dabei, die natürlichen Entwicklungsschritte des Kindes und helfen seine Fähigkeiten optimal zu entfalten. Dies sind:

- ☞ Berührungen wie Streicheln, Massieren, Drücken, Kitzeln ...
- ☞ Rhythmische Anregungen wie Gehen, Schaukeln ...
- ☞ Auditiv Anregungen wie Sprechen, Singen, Reimen ...
- ☞ Visuelle Anregungen.

All dies erfahren die Babys auch in diesem Kurs. Dabei stelle ich leider fest, dass viele Lieder und Reime aus dem alten Volksgut immer mehr in Vergessenheit geraten. Dabei enthalten sie viele Möglichkeiten um die kindliche Entwicklung anzuregen. Ich möchte Ihnen nun einige Anregungen unserer "Babyspiele" mitgeben:

KÖRPERBERÜHRUNGSSPIELE: Die Haut ist unser größtes Sinnesorgan. Über jede Berührung erhält das Kind Informationen, die für seine Weiterentwicklung entscheidend sind. Vom sanften gestreichelt werden, bis zu starken "Regentropfen" ist alles möglich, was Spaß macht: Es regnet, es regnet, es regnet seinen Lauf.
Und wenn's genug geregnet hat, dann hört es wieder auf.

MEHR ENERGIE MIT "KITZELVERSEN": Auf unserer gedachten Körpermittellinie vom Schambein bis zur Unterlippe verläuft eine Energiebahn, die uns dabei unterstützt, das innere Gleichgewicht zu halten. Kraulbewegungen vom Unterbauch bis zum Kinn steigern das Wohlbefinden:

Da kommt der Bär - wo kommt er her?
Wo geht er hin? Zu deinem Kinn!

ARME/BEINE, FINGER/ZEHEN: Das Bewegen der Arme und Beine regt das Empfinden für Richtungen an. Lieder kombiniert mit Klatschbewegungen machen Spaß:

Ich hab' eine Ziehharmonika,
Eine Tschindarassa, Tschindarassa, Bummbummbumm.

Das Massieren der Finger und Zehen regt den Energiefluss im Meridiansystem an: Sprüche, wie "Das ist der Daumen ..." unterstützen dies dabei.

BEWEGEN UND HÜPFEN: Das Bewegen und anschließende Hüpfen auf dem großen Gymnastikball macht den Kindern genauso viel Spaß wie den Müttern. Der Gleichgewichtssinn wird dabei angeregt. Dazu gibt es eine Reihe von Reiterliedern: Hopp, hopp, hopp, Pferdchen lauf Galopp.

Das Pferdchen will nicht laufen, der Reiter will's verkaufen.
Da macht das Pferdchen Hopp, hopp, hopp, und wirft den Reiter ab!

Die Kleinen haben das "Herunterplumpsen" bald heraußen und warten schon darauf! Vielleicht haben auch Sie Lust bekommen beim nächsten Kurs mitzumachen!

Referentin: *Ingrid FINK*,
Dipl. Legasthetie trainerin®, Kinesiologin, Lernberaterin PP®,
Buchautorin von "Kein Stress mit LRS" / VAK 2004
(Info unter 0316 / 69 37 38)