

---

### Grundsätzliches

Bewegung ist ein vitales Bedürfnis des Menschen. Durch Bewegung tritt das Kind mit der Welt in Beziehung. Sie ermöglicht ihm die Welt mit allen Sinnen wahrzunehmen, zu erkunden, zu erproben und zu erfassen und somit Erfahrungen zu sammeln. Die Bewegungserziehung unterstützt die emotionale, geistige, soziale und körperliche Entwicklung des Kindes.

Der Tagesablauf im Kindergarten schafft regelmässig Freiraum für lustvolle Bewegungserfahrungen. Alle ganzheitlichen Lernprozesse sind mit Bewegung verknüpft und werden durch sie unterstützt. So ist der Bildungsbereich Bewegung mit sämtlichen Aspekten der Kindergartenarbeit verknüpft.

Die Vielschichtigkeit der Bewegungserziehung kann im Weiteren mit folgenden Sinnrichtungen transparent gemacht werden:

- **Sich wohl und gesund fühlen:** sich aus Lust und Freude bewegen, den eigenen Körper wahrnehmen und entdecken; durch Bewegung Empfindungen und Gefühle erleben und erfahren
- **Erfahren und entdecken:** durch Bewegung vielfältige Körper-, Sach- und Naturerfahrungen machen; die Welt durch Bewegung entdecken
- **Gestalten und darstellen:** mit Hilfe der Bewegung etwas darstellen, variieren und ausdrücken; Bewegungsabläufe ästhetisch gestalten
- **Üben und leisten:** durch langes Üben, Wiederholen und Variieren einen Bewegungsablauf erlernen; Leistung erleben, Leistungsgrenzen erfahren und respektieren
- **Herausfordern und wetteifern:** sich durch Bewegung mit anderen messen, etwas wagen; gegeneinander spielen
- **Dabeisein und dazugehören:** gemeinsam mit anderen etwas unternehmen und erleben; miteinander spielen und kooperieren



---

Der Bildungsbereich Bewegung kann nicht als losgelöster Lerngegenstand betrachtet werden. Im Kindergarten steht die Fähigkeit des Kindes, sich harmonisch zu bewegen, seinen Körper wahrnehmen zu können und sich gesund zu fühlen im Vordergrund. Das erzeugt soziale und persönliche Sicherheit, weckt Freude und schafft den Mut, Bewegung immer neu und schöpferisch zu entdecken. Das Kind kann ein gesundes Körpergefühl entwickeln und erhält so seelisches Wohlbefinden. Bewegungsauffälligkeiten und mangelndes Körpergefühl werden im Kindergarten erfasst.

Die Lehrperson gestaltet vielfältige Spiel- und Handlungsfelder und ermöglicht damit eine ganzheitliche Bewegungsentwicklung. Sie setzt Bewegung auch als Mittel ein, um verschiedene Bildungsangebote miteinander zu vernetzen.

---

**Methodische und didaktische Überlegungen**

Im Kindergartenalter sind Wahrnehmung, Bewegung, Denken und Handeln unmittelbar miteinander verbunden. Somit ist Bewegungserziehung auch Wahrnehmungsschulung. Die Motorik und die Wahrnehmung bilden die eigentliche Basis für das frühkindliche Lernen. Sie verstehen sich als Grundlage für die Entwicklung der Intelligenz und für den Aufbau des logischen Denkens. Im Bildungsbereich Bewegung wird das Ziel auf zwei Ebenen angestrebt:

- Als grundlegender Bestandteil der Persönlichkeitsentwicklung ist Bewegung durch Ganzheitlichkeit geprägt und erfordert entsprechend ganzheitliche Lernprozesse, die im alltäglichen Ablauf des Kindergartens das Kind beim Lernen unterstützen. Das Kind lernt handelnd, das heisst nur über das Tun. Die Unterrichtsgestaltung trägt diesem Umstand Rechnung und erlaubt möglichst immer allen Kindern eine Mitbeteiligung.
- Als losgelöster Lernbereich zielt Bewegung auf den Erwerb konkreter, einfacher motorischer Grundfertigkeiten ab, die im Rahmen spezieller Zeitgefässe in der Turnhalle, im Freien oder in der Schwimmhalle, aber auch im Kindergarten selbst spielerisch vermittelt und geübt werden sollen.

---

### Grobziele

1. Dem natürlichen Bewegungsdrang nachkommen und Freude an der Bewegung erleben
2. Unterschiedliche ganz- und teilkörperliche Bewegungsmöglichkeiten erproben
3. Bewegung als kreative Ausdrucksmöglichkeit erleben
4. Verschiedenartige Bewegungen mit verschiedenen Materialien und Geräten ausprobieren
5. Sich in Bewegungsabläufe einfühlen und diese nachahmen

### Möglichkeiten und Hinweise

- Ruhe- und Bewegungszonen im Kindergarten
- Wechsel von Ruhe- und Bewegungsphasen im Unterricht
- Spielformen zu Körper- und Sinneserfahrungen, Atem- und Entspannungsübungen
- Ausprobieren, welche Bewegungsmöglichkeiten mit welchen Körperteilen möglich sind
- Freie Bewegung und Bewegungsspiele mit dem ganzen Körper und einzelnen Körperteilen
- Bewegung zu Rhythmen, Klängen, Musik, Liedern, Versen, Geschichten, Bildern
- Bewegung mit und ohne Material, an, auf und mit verschiedenen Geräten; im Raum und im Freien, mit den Elementen der Natur
- Bewegungs- und Rhythmikelemente in Sachthemen und Spielen
- Tanzen, darstellen mit Bewegung und Sprache, Gestik- und Mimikspiele, Darstellungen von Figuren
- Bewegungsmöglichkeiten in verschiedenen Lagen erproben
- Spiele mit unterschiedlichen Materialien und Geräten (auch Behelfsmaterial und Mobiliar)
- Tänze, Rolle vorwärts, Hampelmann

---

### Treffpunkt

- Das Kind entdeckt die Bewegungs- und Ausdrucksmöglichkeiten des ganzen Körpers und einzelner Körperteile, erprobt und übt sie.

---

### Grobziele

1. Verschiedene Formen der sinnlichen Wahrnehmung erfahren und bewusst erleben
2. Bewegungsmöglichkeiten beider Körperseiten erproben
3. Schauen, reagieren und bewegen
4. Hören, reagieren und bewegen
5. Berühren, reagieren und bewegen
6. Anspannung und Entspannung der Muskeln in der Bewegung bewusst erleben
7. Körperliches Aktiv- und Passivsein bewusst erleben und steuern

### Möglichkeiten und Hinweise

- Seh- und Hörspiele, Spür- und Tastspele mit verschiedenen Körperteilen, verschiedene Spielformen zu Körper- und Sinneserfahrungen
- Atem- und Entspannungsübungen
- Übungen und Spiele zur Sensibilisierung der Rechts- und Linksorientierung und der Raumorientierung
- Spiel- und Übungsformen mit Reaktionen auf verschiedene Farben und Formen
- Visuelle Koordination: Ballspiele, Ballonspiele, Zielübungen
- Koordination von Sehen und Handeln bei Werk- und Gestaltungsarbeiten und Konstruktionsspielen
- Auditive Koordination: Spiele mit akustischen Signalen, Reaktionen auf unterschiedliche Klänge, Geräuschquellen finden, Rhythmen in Bewegung umsetzen
- Sing-, Tanz-, Kreisspiele, Reaktionsspiele
- Kraft- und Gleichgewichtsspiele, ziehen und schieben von Gegenständen oder Spielpartnern, Ring- und Raufspiele mit vereinbarten Regeln
- Partnerspiele, bei denen sich ein Kind bewusst aktiv, das andere passiv verhalten soll

---

### Treffpunkt

- Das Kind lernt, den Zusammenhang zwischen akustischen, taktil-kinästhetischen und visuellen Signalen und Bewegungen herzustellen.

---

### Grobziele

1. Der Bewegungslust und -freude an und mit verschiedenen Geräten nachkommen
2. An Hindernissen und Geräten vielseitige Bewegungserfahrungen mit der Schwerkraft und den physikalischen Bewegungsmöglichkeiten machen
3. Gleichgewicht erleben und damit spielen
4. Die eigene Kraft erfahren und sie richtig einschätzen lernen durch Tragen, Schleppen, Ziehen und Heben
5. Gegenseitig sichern und helfen

### Möglichkeiten und Hinweise

- Vielfältiges Angebot an Materialien und Geräten für das Spiel im Freien und in der Turnhalle
- Ängste abbauen
- Anregende Geländestrukturen der Kindergarten-Aussenanlagen
- Spiel- und Klettergeräte auf Spielplätzen, in der Turnhalle und in Parkanlagen zum Klettern, Hängen, Steigen, Drehen
- Bewegungsgeräte, Fahrzeuge, Spielgeräte aus dem Erfahrungsbereich der Kinder
- Natürliche Gelegenheiten suchen zum Klettern, Kriechen, Hangeln, Schwingen im Freien
- Bewegungsangebote für Dreh- und Rollbewegungen um die Körperlängs- und -querachse: Tonnen, Röhren, Reifen, Matten, Reck
- Balancieren ohne Geräte, den sicheren Stand aufgeben, balancieren auf natürlichen Hindernissen
- Balancierspiele auf festem Untergrund: Baumstamm, Mauer, Balancierbalken, Turngeräte
- Balancierspiele auf labilem Untergrund: Wackelbrett, Pedalo, Stelzen, Rollbrett, Velo, Trottinett
- Angebote für schwingende und schaukelnde Bewegungen: Schaukel, Wippe, Tau, Ringe
- Balanceübungen mit Gegenständen
- Spielerisch und fair raufen und kämpfen
- Erfahrungen mit unterschiedlichen Gewichten machen
- Einander, wenn notwendig, Unterstützung geben bei Spielgeräten im Freien oder beim Klettern, Hangeln

---

### Treffpunkte

- Das Kind erprobt die Schwerkraft mit dem eigenen Körper und mit Geräten.
- Es kann seine Fertigkeiten im Klettern, Balancieren und Drehen situationsgerecht einsetzen.

---

### Grobziele

1. Die persönliche Entwicklung und Fähigkeitssteigerung feststellen
2. Verschiedene Gelände und Bodenbeschaffenheiten erleben
3. Formen des Gehens und Laufens selber erfinden, erleben, erproben und üben
4. Verschiedene Formen von Hüpfen und Springen üben, damit improvisieren und gestalten
5. Wechsel von Bewegungsformen erleben und die Bewegung der Situation anpassen
6. Ausdauer und Durchhaltevermögen üben
7. Rechts und links vielfältige Wurferfahrungen sammeln
8. Fangen lernen

### Möglichkeiten und Hinweise

- Verschiedene Fortbewegungsarten selber erfinden
- Lauf-, Sprung- und Wurferfahrungen auf verschiedenen Böden und in unterschiedlichem Gelände erleben
- Spring- und Hüpfspiele
- Über Hindernisse gehen, laufen, hüpfen, springen, mit verschiedenen Materialien, Hilfsmitteln, auch im beschränkten Raum
- Imitieren von verschiedenen Gangarten, Fortbewegungsarten von Tieren, Menschen und Verkehrsmitteln nachahmen, Figuren laufen oder gehen
- Spiele, Stafetten, Übungen mit unterschiedlichen zeitlichen, räumlichen und dynamischen Elementen wie schnell/langsam, zunehmend/abnehmend, vorwärts/rückwärts, kräftig/zart, angespannt/entspannt
- Ausgedehnte Spaziergänge, Wanderungen und Waldläufe in allen Jahreszeiten
- Fang- und Laufspiele, einfache Parteespiele, Stafetten
- Wurfspiele, Ballspiele, Treffspiele
- Fangspiele mit Ball, Luftballon, Sandsäcken

---

### Treffpunkt

- Das Kind sammelt elementare Erfahrungen im Laufen, Springen und Werfen.

---

### Grobziele

1. Alleine, zu zweit und in der Gruppe vielfältige Spiel-Erfahrungen sammeln
2. Besonderheiten des Bewegens in der Natur – im Freien erleben und sich der Umwelt gegenüber verantwortungsvoll verhalten
3. Den Jahreszeiten angepasste Bewegungs-, Spiel- und Sportmöglichkeiten kennen lernen, auswählen, verändern und entwickeln
4. Schnee und Eis als Elemente für Bewegung und Spiel erleben
5. Spiele und Bewegung mit und am Wasser erleben, Ängste abbauen und sich mit Wasser wohl fühlen

### Möglichkeiten und Hinweise

- Sing-, Tanz- und Kreisspiele
- Lauf-, Such-, Neck-, Fang-, Treff- und Platzsuchspiele
- Geschicklichkeits- und Ballspiele
- Kooperative Spiele
- Spiele mit einfachen Materialien und mit Naturmaterialien
- Bewegung und Spiel im Garten, in der Umgebung, im Wald, auf der Wiese, auf Plätzen und auf Spielplätzen
- Wanderungen, Waldläufe, Spaziergänge
- Verschiedene Spielmöglichkeiten im Freien, alleine, in Kleingruppen, in der Grossgruppe, mit und ohne Material
- Spiele mit Wind und Wasser
- Spiele im, mit und auf Schnee
- Rutschen und gleiten auf Schnee und Eis, mit und ohne Hilfsmittel
- Spiele, Spielzeuge und Experimente mit und am Wasser, zum Beispiel: Wasserrutschbahn, Schlauchspiele, Spritzspiele, Wassergewöhnungsspiele

---

### Treffpunkt

- Das Kind lernt gemeinschaftsfördernde Spiele und einfache Parteespiele kennen.

---

**Grobziele**

1. Mit vielfältigem Material und Geräten feinmotorische Fertigkeiten verfeinern und üben
2. Sprechmotorische Fertigkeiten weiterentwickeln und verfeinern
3. Graphomotorische Fertigkeiten aufbauen

**Möglichkeiten und Hinweise**

- Schneiden, kleben, hantieren mit Modelliermasse, Perlen auf-fädeln, nageln, kleistern, alle Formen von Werkarbeiten
- Teilkörperliche Bewegungsspiele: Unterarmbeweglichkeit, Zehenspiele
- Mundmotorik, Blasspiele, Atmungsspiele, Lippengymnastik, Zungenspiele
- Unterstützung der Handgeschicklichkeit: Fingerbewegungen, Pinzettengriff, Koordination und/oder gegenseitige Unabhängigkeit der Hände, Kraftanpassung mit dem Stift, Zielgenauigkeit, Strichführung

---

**Treffpunkt**

- Das Kind erlebt Unterschiede zwischen grob- und feinmotorischer Bewegung.

