

# Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

Kinder lieben es, Geschichten zu hören, sich in sie hineinzusetzen und sich mit den Rollen in den Geschichten zu identifizieren.

Besondere Freude haben Kinder daran, aktiv ins Geschehen miteinbezogen zu werden. Bewegungsgeschichten ermöglichen dies in besonderer Weise. Sie fordern zum Mitmachen auf und motivieren besonders dann, wenn sie die Erfahrungs- und Erlebniswelt der Kinder einbeziehen.

Nicht nur Bewegung und Wahrnehmung, sondern auch Fantasie, Kreativität und Sprache werden durch Bewegungsgeschichten angeregt und gefördert.

Bewegungsgeschichten ebnen einen spielerischen, lustvollen Zugang zur Bewegung, bestärken das „Wir-Gefühl“ in der Gruppe und bieten Körper und Seele gleichermaßen Entspannung wie Anregung.

Das vorliegende Praxisbuch möchte auf die Möglichkeit einer gezielten Förderung durch kindgerechte Bewegungsgeschichten eingehen und gleichzeitig Nachfragen von Leserinnen und Lesern des Buches „Flügel und Wurzeln“<sup>1</sup> nachkommen, die mehr von der erprobten Praxis für Gruppen in Kindertagesstätten und Schulen erfahren und vor allem selbst umsetzen möchten.

Wir wünschen Ihnen allen – den Kindern und den Erwachsenen – viel Freude beim Spielen und Bewegen!

Herzlichst

Dorothea Beigel  
Dietrich Grönemeyer

---

<sup>1</sup> *Beigel, Dorothea (2011): Flügel und Wurzeln. Persistierende Restreaktionen frühkindlicher Reflexe und ihre Auswirkung auf Lernen und Verhalten. Dortmund*

„Spielen, lachen, turnen, tollen, immer mal in andren Rollen ...  
das macht Spaß!“

Viel Spaß wünschen ...



Zwerg Willibald



Der kleine Medicus

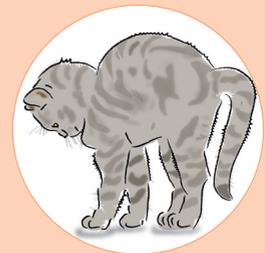
## und ihre Freunde



Ritchie, der Ringelwurm



Babsi, die Ball-Biene



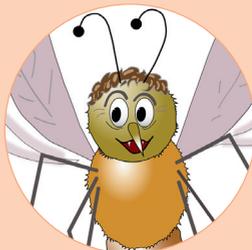
Kati, das Kullerkätzchen



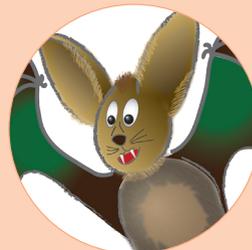
Heidi Hand und Hansi Hand,  
die Spinnen aus dem Zwillingland



Die Tausendfüßler Fritzchen und Marleen,  
die so gerne barfuß geh'n



Mia, die muntere Musik Mücke



Freddy, die freche Fledermaus

# Ein paar Worte ...

## Infos zu den Bewegungsgeschichten

Die Bewegungsgeschichten sind in jahrelanger praktischer Arbeit entstanden.

Die Bewegungen und der Aufbau der Bewegungssequenzen orientieren sich an den Meilensteinen der menschlichen Wahrnehmungs- und Bewegungsentwicklung.

Die Geschichten greifen die Spielfreude des Kindes auf, leiten aber gleichzeitig zielgerichtet durch ein sensomotorisches Förderkonzept.

Wichtige Bestandteile des Angebots sind die Freude, der Spaß und das Wohlfühlen der Kinder beim Bewegen.

Jedes der Kapitel 1–6 befasst sich schwerpunktmäßig mit einem – bereits vorgeburtlich beginnenden und in der Entwicklung vorgesehenen – Bewegungsmuster und den damit einhergehenden Wahrnehmungserfahrungen.

Die Bewegungsmuster, die auch als frühkindliche Reflexe, Brückenreflexe oder Halte- und Stellreaktionen bekannt sind, stehen eng mit den sogenannten Körpernahrinnen, besonders mit dem Gleichgewichtssystem in Verbindung.

Frühkindliche Reflexbewegungen bilden – in einem ständigen Wechselspiel zwischen Bewegung und Wahrnehmung – eine gesunde Grundlage für die darauf aufbauenden motorischen Fertigkeiten. Die Qualität ihrer Entwicklung und Reifung profitiert von genügend Zeit und Gelegenheiten zur Ausübung der Bewegungen und von einer angemessenen Verarbeitung der damit verbundenen Wahrnehmungsreize. Ihre Ausreifung ermöglicht Koordination, Geschicklichkeit und eine gezielte Fein- und Grobmotorik.

Alle Geschichten nutzen die Aktivitäten sowohl zur Bewegungsförderung als auch zur Wahrnehmungsschulung.

Die spielerischen Anregungen in den Geschichten fördern die

- Wahrnehmung im vestibularen<sup>2</sup>, taktil-propriozeptiven<sup>3</sup>, visuellen<sup>4</sup> und auditiven<sup>5</sup> Bereich
- Koordinativen Fähigkeiten im fein- und grobmotorischen Bereich
- Gezielte Steuerung von Bewegungen über den Cortex<sup>6</sup>
- Die Sprachentwicklung der Kinder
- Die Körperkenntnis und die Körperorientierung

Innerhalb der einzelnen Kapitel bauen die Schwierigkeitsstufen in den Geschichten aufeinander auf. Der kleinschrittige, spielerische Aufbau von der einzelnen einfachen Bewegung hin zu komplexeren Bewegungsfolgen zeigt sich immer wieder als wirkungsvoll und ist ein wichtiger Baustein des Angebots. Um als Leserin<sup>7</sup> eine leichtere Übersicht über Schwerpunkte der einzelnen Geschichten in einem Kapitel zu bekommen, ist jeweils am Anfang eines Kapitels eine „Stufenübersicht“ zu finden.

---

<sup>2</sup> Vestibular: das Gleichgewicht betreffend

<sup>3</sup> Taktil: das Tasten und Fühlen betreffend;

Propriozeptiv: die Rückmeldung aus Muskeln, Sehnen und Gelenken betreffend

<sup>4</sup> Visuell: das Sehen betreffend

<sup>5</sup> Auditiv: das Hören betreffend

<sup>6</sup> Cortex cerebri: Großhirnrinde

<sup>7</sup> In den weiteren Kapiteln wird nur die weibliche Form genutzt. Dies dient der leichteren Lesbarkeit und der Tatsache, dass im Elementar- und Grundschulbereich zurzeit noch vorwiegend Frauen tätig sind. Die männlichen Kollegen – Erzieher, Lehrer, Therapeuten, Übungsleiter – fühlen sich bitte gleichermaßen angesprochen und geschätzt.

### Stufe 1

beinhaltet einfache, vorbereitende Wahrnehmungserfahrungen und Bewegungen, die Grundlage komplexerer Bewegungsmuster aus der frühkindlichen Entwicklung sind. Viele Kinder können ohne diese Grundlagen darauf aufbauende Bewegungsanregungen nicht umsetzen.

### Stufe 2

setzt den Schwerpunkt auf die Nachahmung frühkindlicher Bewegungsmuster aus dem ersten Lebensjahr. Diese gelten als Grundlagen späterer motorischer Fertigkeiten und stehen in engem Kontakt zur Wahrnehmungsverarbeitung. Die vom Cortex gesteuerten Nachahmungen der frühkindlichen Bewegungen haben einen positiven Einfluss auf die Reifung und Nachreifung der sensomotorischen Entwicklung.

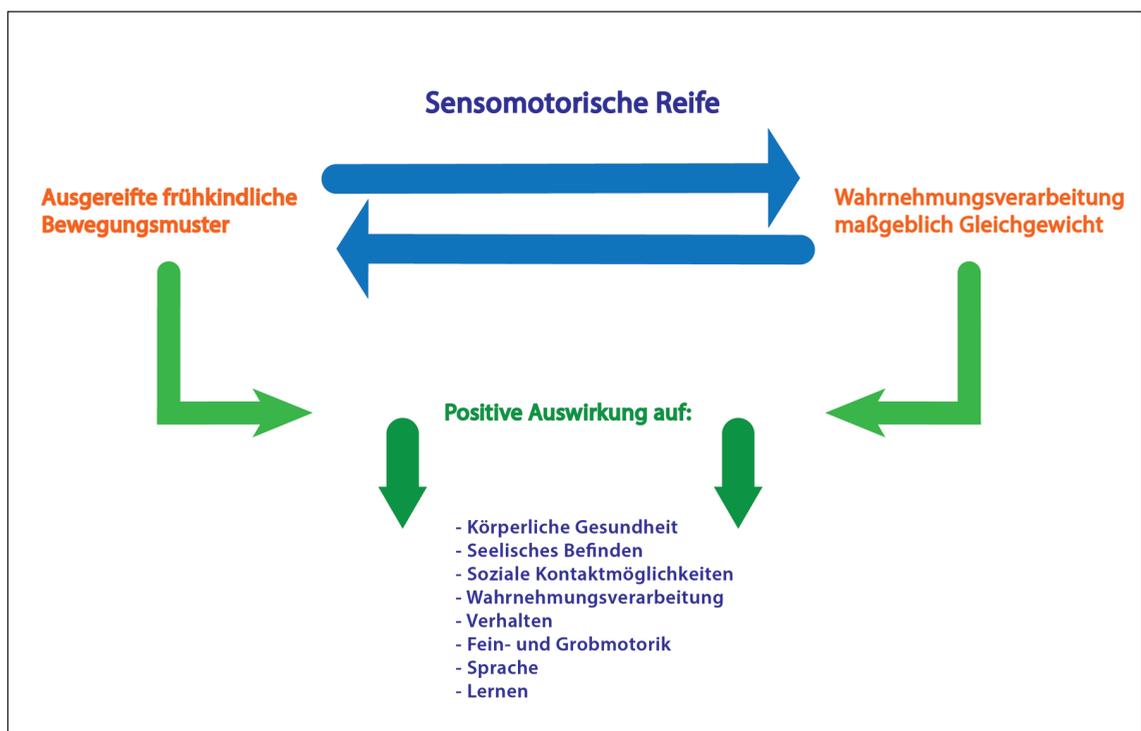
### Stufe 3

erarbeitet in den Bewegungsgeschichten spielerisch Bewegungsvariationen und Bewegungskombinationen die auf Grundlage einer gereiften sensomotorischen Entwicklung gelingen können. Die Angebote unterstützen und vertiefen die Schulung von koordinativen Fähigkeiten und fördern das Zusammenspiel von Wahrnehmen, Bewegen, Lernen und Leisten.

Alle drei Stufen schulen, fördern und pflegen durch die enge Verbindung von Sensomotorik zu Sprache auch die Qualität von Artikulation und Aussprache, von Wort- und Sprachverständnis. Sie dienen zudem der Erweiterung des kindlichen Wortschatzes.

In allen Stufen wird – wenn auch spielerisch – mit den langsamen Ausführungen von Bewegungen gearbeitet. Dies beansprucht eine intensive Mitarbeit des Gleichgewichtssystems und schult die zielgerichtete und bewusste Steuerung von Bewegungen. Es dient auch der „Entschleunigung“ des Kinderalltags und will die Achtsamkeit gegenüber dem eigenen Körper und den eigenen Wahrnehmungen ermöglichen und anregen.

Für den Einstieg in eine Förderung empfiehlt sich immer der Einstieg mit Stufe 1.



*„Wahrnehmung und Bewegung sind die Grundlagen und der Antrieb kindlicher Entwicklung. Alles Lernen ist daran gebunden und kann nur auf diesem Fundament aufbauen.“*

*D. Beigel*

Da Wiederholungen auch im sensomotorischen Lernen eine hohe Bedeutung haben und es zudem den Wünschen der Kinder entspricht, können die Geschichten nicht nur einmal, sondern wiederholt angeboten werden.

Auch innerhalb der einzelnen Geschichte sind Wiederholungen von Sequenzen möglich.

Je nach Gruppe und Alter entscheidet die Pädagogin darüber, ob und wie oft eine Bewegungssequenz innerhalb einer Geschichte wiederholt wird.

Die Pädagogin entscheidet auch, ob sie die Bewegungsgeschichten innerhalb eines Kapitels von Stufe 1–3 mit den Kindern erarbeitet oder, ob sie den „kleinen Routenplaner der motorischen Entwicklung“ (Seite 15) als Fahrplan ihrer Arbeit nutzen möchte, um die Bewegungsgeschichten entsprechend zusammen zu stellen.

Sie hat auch die Möglichkeit, die Drehscheibe (s. Anhang) als Motivator für die Gruppe einzusetzen.

Viele Kolleginnen aus Kitas und Schulen setzten die Geschichten zu Anfang oder Ende ihrer Turn- Bewegungs- und Sportstunden, im Sportförderunterricht, in motopädagogischen/psychomotorischen Angeboten, in der Sprachheilarbeit oder in Förderstunden zum Bereich LRS, Dyskalkulie ein. Die Arbeit in Kleingruppen (etwa acht Kinder) zeigt sich dabei als besonders effektiv.

Alle Bewegungsangebote können für ältere Kinder und Jugendliche auch ohne oder mit veränderten Erzählungen eingesetzt werden.

Kapitel 1–6 werden durch Hintergrundinformationen des „Kleinen Medicus“<sup>8</sup> ergänzt, der den Leserinnen anbietet, Fragen der Kinder (oder Eltern) aufzunehmen und zu beantworten.

Die Kinder haben an der Figur des „Kleinen Medicus“, der vielen Kindern schon als Freund von Zwerg Willibald und den Tieren aus dem Gleichgewichtskalender<sup>9</sup> bekannt ist, Interesse und Freude.

Abschließend enden die Kapitel 1–6 mit Tipps zu ergänzenden Fördermöglichkeiten für Gruppen und Klassen sowie mit Hinweisen zu Beobachtungsmöglichkeiten im pädagogischen Alltag.

## **Infos zu den ergänzenden Kapiteln**

Kapitel 7 beinhaltet einfache, sofort umsetzbare Praxisanregungen zur Erweiterung von Sprachverständnis und Körperkenntnis. In einfachen, kurzen, spielerischen Sequenzen, die im Gruppen- und Klassenraum leicht einsetzbar sind, wird der Körper „erkundet“ und der Wortschatz gleichzeitig erweitert. Viele Kinder wissen recht wenig über ihren Körper und können mit Benennungen von Körperteilen nur schwer etwas anfangen. Ihnen ist die Mitarbeit bei den Bewegungsgeschichten nicht oder nur teilweise möglich, da sie eine „Verstehensproblematik“ haben. Hier setzt das Angebot aus Kapitel 7 an. Die Anregungen aus diesem Kapitel sind bei Kindern und Pädagoginnen gleichermaßen beliebt. Die Finger- Körper- und Bewegungsspiele können schon mit jüngeren Kita-Kindern gespielt werden. Sie unterstützen nicht nur die Bewegungsgeschichten im Buch, sondern dienen auch der allgemeinen Sprachförderung und der Orientierung am eigenen Körper, die auch als eine der Grundlagen des schulischen Arbeitens bekannt ist.

---

<sup>8</sup> *Der kleine Medicus, der viel über den Körper weiß und einmal Arzt werden will, ist vielen Kindern schon aus dem Gleichgewichtskalender für den Vorschulbereich „Von Anfang an im Gleichgewicht. Ein Bewegungsprogramm mit dem Zwerg Willibald, seinen Freunden und dem kleinen Medicus“ bekannt. Weitere Angaben s. Literaturverzeichnis.*

<sup>9</sup> *Beigel, Grönemeyer 2012*

Kapitel 8 gibt die Möglichkeit, mehr über die einzelnen Tierarten zu erfahren, die in den Geschichten vorkommen. Da die Bewegungsgeschichten von „Märchen-Tieren“ aus „Zwerg Willibalds Wald“ erzählen, kann die Pädagogin jeweils entscheiden, ob sie mit ihrer Gruppe auf das einzelne Tier, wie es in der realen Umgebung der Kinder zu finden ist, eingehen möchte.

Im **Anhang** findet die interessierte Leserin zusätzliche Angebote, die zur Variation und in Kombination mit den Bewegungsgeschichten eingesetzt werden können.

1. Ausmal-Vorlagen zu allen Tieren aus den Bewegungsgeschichten.  
Die Kinder haben ihre Freude daran, sich mit den Tieren in der Geschichte intensiv zu beschäftigen und die Geschichten über das Ausmalen nachzuarbeiten.
2. Eine Drehscheibe (mit Bastelanleitung). Sie ermöglicht, spielerisch „auszudrehen“, von welchem Tier an diesem Tag eine Bewegungsgeschichte vorgelesen und gespielt werden soll.  
Das „Ausdrehen“ des Tieres macht Spaß, die Pädagogin achtet jedoch auf den Einsatz der entsprechenden Stufe.

**Achtung!** ... wir könnten ja mal ...

Anregungen von Kindern zu Inhalten der Geschichten sollten – wenn möglich – aufgenommen werden. Es macht viel Spaß, gemeinsam Geschichten und Bewegungsvariationen weiter zu entwickeln. Die Aufgabe der Pädagogin ist es allerdings, den Bewegungsschwerpunkt und das Bewegungsziel dabei klar im Blick zu behalten.

**Achtung!** ... es hat sich bewährt ...

- Dass die Spielleiterin bei manchen Geschichten zusammen mit den Kindern auf der Erde liegt und einige Bewegungen mitmacht.
- Dass die Spielleiterin und die Kinder sich Zeit für die Bewegungsgeschichte und einzelne Bewegungen lassen.
- Dass Spielleiterin und Kinder gleichermaßen Freude am Tun haben, weil dies ein sehr wichtiger Bestandteil des Angebots ist.
- Unbekannte Begriffe, wie Oberkörper, Bauch, Rücken, Unterarme ... im Kita- und Schulalltag zu erarbeiten. Eine Möglichkeit dazu möchten auch die angebotenen Finger- und Körperspiele in Kap. 7 sowie die Ausmalbilder im Anhang bieten.

**Achtung!** ... reicht denn „das bisschen Spiel“? ...

Auf diese Frage, gibt es folgende Antwort:

Alle Kinder erfahren durch die Bewegungsgeschichten eine Schulung

- der Koordination, der Konzentration, der Hör-, Seh-, Gleichgewichts- und Taktil-propriozeptiven-Wahrnehmungsverarbeitung.

Für alle Kinder ist es ein Erleben

- im emotionalen und sozialen Bereich: Spannung, Freude, Gruppenerleben und Dazugehören.

Alle Kinder erfahren dadurch eine Unterstützung

- im sprachlichen Bereich  
und ein Training für das Gedächtnis und die Aufmerksamkeit.

Für einige Kinder ist es eine ergänzende Förderung

- zur notwendigen individuellen pädagogischen oder therapeutischen Einzelarbeit.