



Spielegend schön

TROTZ CORONA

Ideen und Anregungen für
Eltern mit ihren Kleinkindern



 Caritas Familienzentrum

 familienzentrum.caritas



Knireiter, Lieder & Fingerspiele

Bewegungslied

(statt Brüderchen kann auch der Name des Kindes gesungen werden)

Brüderchen, komm, tanz mit mir,
beide Hände reich' ich dir,
einmal hin, einmal her,
rundherum, das ist nicht schwer.

Mit den Händchen klapp, klapp, klapp,
mit den Füßchen trapp, trapp, trapp,
einmal hin, einmal her,
rundherum, das ist nicht schwer.

Mit den Köpfchen nick, nick, nick,
mit den Fingerchen, tick, tick, tick,
einmal hin, einmal her,
rundherum, das ist nicht schwer.

Ei, das hast du gut gemacht,
ei, das hätt' ich nicht gedacht,
einmal hin, einmal her,
rundherum, das ist nicht schwer.

Noch einmal das schöne Spiel,
weil es mir so gut gefiel,
einmal hin, einmal her,
rundherum, das ist nicht schwer

Knierreiter Eine kleine Hexe

(Melodie „Alle meine Entchen“)

Eine kleine Hexe gönnt sich keine Ruh,
gönnt sich keine Ruh

Fliegt auf ihrem Besen, reitet immerzu.
(Kind hin und her schaukeln)

FliFlaFlum, gleich fällt sie um *(Umfallen und leicht kitzeln)*

Knireiter Wüstenritt

Ein Kamel reitet durch den Sand In einem
fernen, fernen Land.

(Kind sitzt auf den Beinen und wird auf und ab bewegt)

Du schaukelst hin, du schaukelst her Im
großen, großen Wüstenmeer.

(Tempo etwas erhöhen)

Nun fängt das Kamel zu rennen an Du
kannst dich nicht mehr halten dran

(noch schneller werden)

Pass auf, pass auf, du fällst jetzt gleich! Doch
schau, der Sand ist warm und weich.

(Beine öffnen und Kind vorsichtig auf den Boden gleiten lassen)

Schotterwagen

Schotterwagen, Schotterwagen, wir fahren mit dem
Schotterwagen.

(mit den Beinen wackeln, so dass das Baby sanft auf und ab hüpf)

Erst die kleinen feinen Steine, *(schnelle, kleine Bewegungen)*

dann die großen, die so stoßen. *(größere, langsame Bewegungen)*

Kurve rechts, *(Baby nach rechts schieben)*

Kurve links, *(Baby nach links schieben)*

und dann kommt ein Loch, *(einmal durch die Beine gleiten lassen)*

denn die Straße hat `nen Schaden und zum Schluss wird
abgeladen. *(Baby sanft auf die Beine ablegen)*

Rückenspaziergang

Auf dem Rücken langsam die passenden Bewegungen mit den Händen nachahmen. Am Ende mit beiden Händen von Kopf bis Fuß streicheln und das Kind „einhüllen“

Ein Elefant geht trapp, trapp Auf dem Rücken auf und ab.

Nun kommt der große, brauner Bär, der trappt gar lustig hin und her.

Da läuft ein Pferdchen im Galopp Über den Rücken hopp, hopp, hopp

Und ein Hund bellt wau, wau, wau.
Ich kann springen, schau nur schau!

Die Katze schleicht auf leisen Sohlen,
sich will sich ein Mäuschen holen.

Mäuschen aber schlüpft ins Haus- unser Rückenspiel ist aus.

Fingerspiel

Alle meine Fingerlein, wollen heute Vöglein sein *(Alle Finger bewegen)*

sie fliegen hoch, *(Finger fliegen nach oben)*

sie fliegen nieder, *(Finger fliegen nach unten)*

sie fliegen fort, sie kommen wieder.

(Finger zur Seite fliegen lassen und wieder zurück)

Sie bauen sich im Wald ein Nest, *(Mit Händen ein Nest formen)*

dort schlafen sie dann tief und fest. *(Kopf auf Hände legen und Augen zu)*

Fingerspiel

Das Häschen kochte süßen Brei

Mit dem Zeigefinger in der hohlen Hand des Kindes rühren)

In einem großen Topf.

Der bekam was.

Nacheinander alle Finger antippen)

Der bekam was.

Der bekam was

Der bekam was.

Der bekam nix.

Drum lief er heim ganz fix.

(am kleinen Finger wackeln)



Wäschewühlmaus: Im Wäschekorb sind unter einem Berg sauberer Wäsche Spielsachen versteckt. Ob die kleine Wühlmaus alle findet?

Wasserbombenweitwurf: Start- und Ziellinie wählen und Wasserbomben werfen

Schatzsuche: im Sandkasten (oder eine mit Sand gefüllten Schüssel) kleine Schätze (Edelsteine, kleine Figuren) verstecken und den kleinen Goldgräber suchen lassen.

Farben erkennen: mit Kreide bunte Kreise auf den Boden malen und dann auf die Suche gehen- was liegt rum, was gibt es in der Umgebung zu entdecken und in die

Abenteuerreise: in der Wohnung einen kleinen Parcours aufbauen, z.B. über einen Kissenberg klettern, um aufgestellte Papprollen im Slalom krabbeln, unter einem Tisch oder Wäscheleinen mit Luftballons robben, Bälle in Körbe werfen...und am Ende wartet eine Urkunde und ein kleiner Schatz

Pool im Kinderzimmer:

Planschbecken mit Tüchern, Decken, Kissen oder Luftballons füllen und es sich gemütlich machen.

Schwabbeltüten: Warmes Wasser in Gefriertüten füllen, mit Lebensmittelfarbeeinfärben und zuknoten- knistert lustig, schwabbelt rum und ist schön bunt- und eventuell gibt's am Ende eine Abkühlung 😊

Buntes Wasser: Wasser mit verschiedenen Lebensmittelfarben einfärben, in Eiswürfelportionierer einfrieren und danach beim Schmelzen in verschiedenen Schüsseln beobachten, TIPP: kleine Figuren, Perlen oder Steine miteinfrieren

Kissen- Insel: Zu den Lieblingsliedern tanzen; mitten auf dem Boden liegt ein dickes Kissen als Insel; stoppt die Musik, soll sich das Kind entweder unter, auf, neben dem Kissen verstecken, sich darüber rollen oder darüber hüpfen (das entscheiden Mama oder Papa)

Steinsammlung: Auf Steinsuche gehen und viele verschiedene Steine sammeln und dann geht's los: Türme bauen und einstürzen, zusammenklopfen/streichen/klackern und unterschiedliche Töne erzeugen, Steinbilder legen und am Ende noch bemalen; Tipp für ältere Kinder: Erzählsteine; jeder einzelne Stein bekommt ein Bild und dein Kind erzählt mit Hilfe der Steine eine Geschichte



 Kleinkinderbeschäftigt



 Helgaartelt

Bastelideen

Wer bin ich?

Igel, Käfer, Pfau? Karten einfach ausschneiden, von Mama auf den Rücken klemmen lassen und dann losraten: Habe ich Stacheln? Kann ich fliegen? Wohne ich unter der Erde? Wer es als Erster errät, hat gewonnen

Spiel mit mir

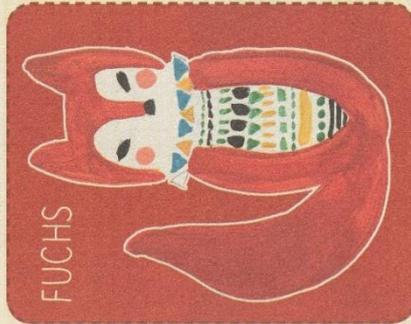
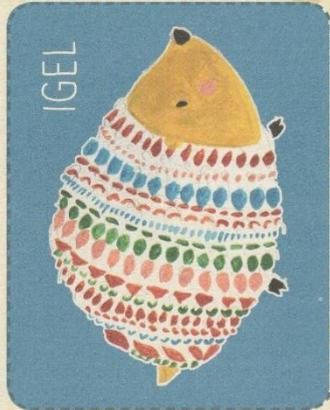
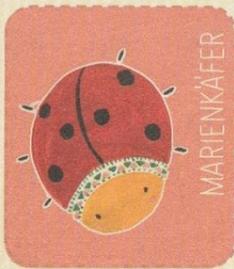
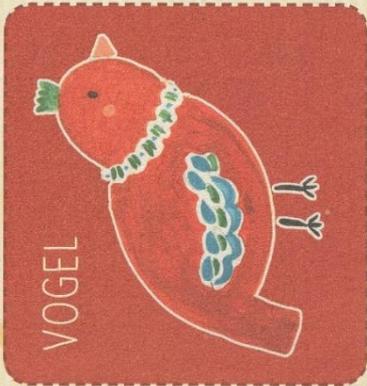


ILLUSTRATION: Nadine Rogovitz

60

61

SPIEL MIT MIR

KÄFERRENNEN

Immer nur im Palmenschatten rumliegen, ist zu öde, finden die roten Käfer.
Immer nur im Wasser toben, ist zu anstrengend, finden die blauen Käfer. Kommt, lasst uns mal tauschen. Wer ist zuerst da?

BEVOR ES LOSGEHT:

1. Die fünf roten und blauen Käfer und den Kreisel an der weißen, gestrichelten Linie ausschneiden.
2. Die fünf braunen Flächen des Kreisels an den Kanten nach oben falten.
3. Durch die Mitte des Kreisels einen Zahnstocher bis zur Mitte stechen.
4. Rote Käfer frei auf die roten Felder legen, die blauen auf Blau.

SO WIRD GESPIELT:

Der Jüngste wirft den Kreisel. Kommt der zum Stehen, ist die Farbe entscheidend, die mit der Kreiselkarte auf dem Tisch aufliegt.

Ein Spielzug bedeutet: Man darf ein Feld gerade nach vorne ziehen oder diagonal (nach hinten ziehen oder zur Seite ist nicht erlaubt).

Beispiel: Wirft der Spieler der roten Käfermannschaft das gelbe Farbfeld, darf er mit dem roten Käfer, der einen gelben Kreis trägt, ein Feld weiter. Ist dieses Feld bereits belegt, muss er aussetzen. Nun ist der Nächste an der Reihe.

ZIEL
Einen seiner Käfer ins Ziel zu bringen.



Kinderkunst: Eine große Leinwand auf den Boden legen und eurem Kind Fingerfarben und Pinsel/Schwämme/Bürsten zur Verfügung stellen und dann einfach experimentieren lassen. Am Ende entsteht ein kunterbuntes Gemälde, welches von nun an das Kinderzimmer schmückt.

Tipp: Vorher mit Klebeband ein paar Muster auf der Leinwand abkleben. *Noch ein Tipp:* Wer keine Fingerfarben zu Hause hat, kann diese ganz einfach herstellen: 50g Mehl, 150 ml Wasser und Lebensmittelfarbe miteinander vermischen- Fertig



Farbenmemory: einen Pappteller in Kuchenstücke teilen und bunt bemalen. Wäscheklammern in denselben Farben bemalen und dann an das passende „Kuchenstück“ stecken

Fädelspiel: Klopapierrollen nach Lust und Laune bemalen, in gleich große Stücke schneiden und dann auf einen Schnürsenkel/ Band auffädeln



Matschküche bauen

Mit wenig Aufwand lässt sich eine kleine Wasser- und Matschküche für Balkon und Garten bauen. Ihr benötigt zwei Getränkekästen und passende Behälter (z.B. von IKEA); dann einfach nur Sand und /oder Wasser einfüllen und mit Sandspielzeug oder Küchenutensilien experimentieren lassen. Bei schlechtem Wetter kann die Matschküche auch drinnen bespielt werden und dann z.B. als Knet- oder Maltisch dienen





GANZ EINFACH

Das lässt tief blicken

Schattentiere ausschneiden und auf die Seite rechts kleben. Fertig ist der supertolle Wow-Effekt für die Wand neben dem Bett



ILLUSTRATION: Nadine Rogovitz

Bastelideen



NOCH WAS RUHIGES



LOS, MILO ...

Milo der Oktopus lebt im Pazifischen Ozean. Er ist vier Jahre alt und mag sein Zuhause, das Meer. Am liebsten schwimmt er mit seinem Freund, der Krabbe Toni, um die Wette.

Milo ruft aufgeregt: „Komm, lass uns ein Rennen machen.
Bis zum Seegraswald!“

Aber Toni schnauft nur: „Du gewinnst ja immer!
Blubb. Lieber nicht.“

„Aaach biiiiiitteeeee ...“, sagt Milo und schaut ganz traurig.

„Ja! Toll! Ein Rennen!“ Das Seepferdchen Samira hat die beiden gehört und kommt herbeigeschwommen.
„Ich will Schiedsrichter sein!“

„Na gut ... Und los!“ Toni krabbelt blitzschnell davon.

„Hey, das ist unfair!“ Milo pupst vor Schreck einen kleinen Schwall Tinte und schwimmt so schnell er kann hinterher.

Sie rasen über den Meeresgrund und wirbeln Sand auf.

„Juchu ... blubb ... blubb“, ruft Toni. „Ich gewinne!“
Er krabbelt als Erster durchs Ziel. Milo kommt prustend als Zweiter am Seegraswald an.

„Du warst aber schnell!“, staunt Milo und gratuliert Toni.

Samira kommt als Letzte an: „Wer hat gewonnen?“

Stolz zeigt Milo gleich mit vier Tentakel auf Toni.
„Aber Milo, das nächste Mal wartest du, bis Samira ‚Los‘ sagt!“

„Blubb“, macht Toni und nickt.

Dann umarmt er Milo und Samira - denn sie sind die besten Freunde im ganzen Ozean. ●

Häufige Fragen im 2. Und 3. Lebensjahr

Wie kann ich meinem Kind die Eingewöhnung in der Kita erleichtern?

Dein Kind einem anderen Menschen anzuvertrauen bedeutet, dass auch du eine Beziehung zu diesem Menschen aufbauen musst

Gib dem Kind in bewegten Entwicklungsphasen alle Zuwendung, die es braucht! Ist sein Bedürfnis nach Sicherheit und Geborgenheit erst mal wieder genügend gestillt, wird das Kind von sich aus den nächsten Ablösungsschritt machen.

Lass deinem Kind Zeit!

Versuche den Ort vorurteilsfrei durch die Augen deines Kindes zu betrachten; lass dich nicht von materiellen Dingen blenden, sondern beachte vor allem die Interaktionen

Dein Kind kann keine gute Beziehung herstellen zu einer Person, die du ablehnst

Wenn du spürst, dass die Begleitung deines Kindes nicht richtig ist und ihm nicht guttut oder wenn du dich als Person abgelehnt fühlst, such das Gespräch mit den ErzieherInnen

Hinterfrage dein eigenes Verhalten: Wie weit habe ich selber Mühe mich abzulösen? Bin ich überzeugt von der Spielgruppe, wo mein Kind hinget? Wenn nicht, woran liegt es? Kann ich nur halbherzig JA sagen? Habe ich Schuldgefühle, wenn ich mein Kind abgebe?

Wann spricht man von der Fremdelphase?

Im Alter ab ca. 4- 5 Monaten beginnen Kinder unruhig zu werden, wenn fremde Menschen sie in den Arm nehmen; „fremd“ <-> „vertraut“

mit ca. 8 Monaten erreicht diese wichtige Phase Höhepunkt als natürliche Schutzreaktion, die zeitlich mit durchschnittlichen Zeitpunkt der ersten Fortbewegungsversuche zusammenfällt, sie kann viele weitere Monate anhalten

mit etwa 15-18 Monaten wird Zurückhaltung deutlich weniger; verschwindet mit ca. 2,5- 3 Jahren

man hat auf Fremdelverhalten keinen Einfluss (daher kein erzieherisches Versagen)

zeitliche Rahmen einer sanften Eingewöhnung lässt sich im Vorhinein nicht abschätzen und sollte vor dem Wiedereintritt in den Beruf ausreichend bemessen sein

klare Abmachungen treffen: „Ich bringe dich und gehe dann einkaufen, nach dem Mittag hole ich dich ab“ Moment des Abschiedsnehmens nicht unnötig verlängern, aber stets zuverlässig sein

Niemals ohne Verabschiedung- ein Kind empfindet dies als einen brutalen Vertrauensbruch, was zur Folge hat, dass es in Zukunft erst recht nirgends mehr bleiben wird

vertraute Gegenstände von zu Hause mitnehmen (Teddy, Tuch mit Mamas Duft,...)

den Gruppenraum das erste Mal für einen kurzen Moment verlassen, wenn das Kind zufrieden spielt, nicht dann, wenn es sich gerade unwohl fühlt oder in einer Krise steckt

Erst, wenn sich das Kind von der Betreuerin trösten, sich in den Arm nehmen lässt und es sich aufs Spielen oder andere Kinder einlassen kann, ist es angekommen

Warum wird mein Kind wegen jeder Kleinigkeit wütend?

Im Alter von etwa 1 ½ - 3 Jahren stellen Kinder fest, dass ihre Wünsche und Bedürfnisse nicht immer mit denen ihrer Umwelt übereinstimmen

Der Auslöser von Wutanfällen ist ein Bedürfnis, das nicht erfüllt ist (nicht nur bei Kindern!); Wut kann für uns sehr wertvoll sein, da sie uns zeigt, dass wir die Grenze unseres Gegenübers nicht wahrgenommen haben

Deshalb: zunächst einmal zurücknehmen und überlegen, was gerade schief läuft und ob es sich mit einfachen Mitteln beheben lässt; die Gefühle des anderen anerkennen, aushalten!

- ➔ meint nicht, Kindern keine Grenzen aufzuzeigen oder in lebensgefährlichen Situationen eine Diskussion anzufangen (z.B. Straßenverkehr)

Erlebt ein Kind Stress, übernimmt das „emotionale Gehirn“ die Führung und blockiert das vernünftige, geduldige Gehirn, das z.B. für Sprache zuständig ist

Das bedeutet, dass die linke Hirnhälfte so gut wie ausgeschaltet ist; rechte Hirnhälfte wütet und wütet; sein Kind mit Worten zu erreichen, ist in diesem Zustand unmöglich, es kann sie einfach nicht verstehen, da auf das Areal der Spracherkennung nicht zugegriffen werden kann!

Wie kann ich meinem Kind helfen, mit diesen Gefühlen umzugehen und sich schnell zu beruhigen?

Respektvoll Kontakt aufnehmen: wichtig ist nicht, was sondern wie man etwas sagt!

- 🌸 *Gefühle widerspiegeln:* mithilfe von Körpersprache, Mimik, Gestik, Tonfall Gefühle widerspiegeln □ Ab 12 Monaten; umso einfacher ist es dann zur Hochzeit der Trotzphase leiser, als das Kind sprechen, aber ungefähr auf demselben emotionalen Level; ausdrucksstark sein, aber auf keinen Fall den Wutanfall ins Lächerliche ziehen!

- 🌸 *Kurze Sätze und prägnante Schlagworte*

- 🌸 *Wiederholungen*, damit die Worte im wütenden Gehirn überhaupt ankommen

Elterliche Botschaft „...aber...“

- 🌸 „Du möchtest so gerne noch weiterspielen, aber wir müssen los. Sonst komme ich zu spät...“

Lösung des Problems anbieten

- 🌸 Wenn das Kind ruhiger ist, Kompromiss anbieten

- ➔ z.B. „Ich weiß, dass du gerne weiterspielen möchtest, aber wir müssen jetzt los. Du kannst ja deine Puppe mit in den Kindergarten nehmen“

Wodurch kann Trotz ausgelöst werden?

Missachtung der kindlichen Bedürfnisse oder Fähigkeiten

Bindungsabbruch der Eltern

Konflikte mit Besitz (Besitz verteidigen, in Besitz nehmen)

Erleben, dass sprachliche Ausdrucksfähigkeit noch nicht ausreicht

Fehlende klärende Reaktion des Erwachsenen (z.B. Grenzen, Regeln)

Warum hört mein Kind nicht auf mich, wenn ich Nein sage?

Ein „Nein“ sollte immer sparsam verwendet werden; hier sind Anhaltspunkte, ob ein Nein wirklich notwendig ist:

Ist es lebensgefährlich?

Lautet die Antwort hier „Ja“, dann ist es verboten, z.B. über die Straße geht es nur an der Hand oder im Kinderwagen, an Steckdosen oder den Herd darf nicht rangegangen werden

Ist es problematisch, wenn es kaputt geht?

Würde mir der Verlust schmerzen, so darf das Kind nicht an den Gegenstand der Begierde; wäre es nicht so schlimm, wenn es kaputtgehen würde (z.B. Zeitschrift oder Lippenstift), dann darf gerne erkundet werden

Ist das "Nein" ein "Nein" aus Bequemlichkeit?

Die meisten Verbote sprechen wir aus, weil wir gerade keine Lust haben oder zu bequem sind - also sollte man stets „Ja“ sagen, wenn sonst nichts anderes dagegen spricht

Sind die Kinder entwicklungspsychologisch in der Lage, das "Nein" einzuhalten?

Eine der wichtigsten Fragen zur Überprüfung einer Regel ist, ob das Kind geistig und emotional schon in der Lage ist, auf ein bestimmtes "Nein" zu reagieren. Wenn nicht, sollte das „Nein“ immer zurückgezogen werden. Kinder im 2. und 3. Lebensjahr können einfach gewisse Verhaltensweisen nicht steuern und machen vieles impulsiv „aus dem Bauch heraus“; gewisse Regeln können sie einfach noch nicht einhalten. Eltern sollten daher ihre Aufgabe in dem Moment ausweiten (z.B. durch verstärktes Aufpassen/ Hilfestellung geben, bestimmte Dinge wegräumen), anstelle der gerade so interessanten Tätigkeit durch ein ständiges „Nein“ zu verleiden

Ein Baby weiß noch nicht was „Nein“ bedeutet: Wenn man möchte, dass das "Nein" funktioniert, muss nun im Anschluss eine Handlung oder Erklärung von den Eltern kommen (z.B. fässt das Baby immer wieder die Steckdose an, sollte es von dort weggenommen werden mit den Worten „Dort kannst du dir weh tun“

Sagen die Eltern nur "Nein" und warten dann erstmal ab, sagen jedoch immer wieder "Nein", wenn das Kind wieder dazu ansetzt, lernt es nur das: "Wenn ich hier anfasse, sagt Papa ein lautes Wort- interessant.

So wird das Signalwort "Nein" verheizt und eine Gewöhnung kann eintreten, die in der Regel der Grund dafür ist, wenn ein Kleinkind weniger gut auf ein Verbot seiner Eltern reagiert.

Es ist gut, sich im Vorhinein zu überlegen, wo die eigenen Grenzen liegen, da man sonst spontan in der Situation zumeist unsicher reagiert. Ein unsicheres "Nein" wird immer ausgetestet, ein sicheres "Nein" kaum. Die Kinder fühlen den Unterschied ganz genau!



Wenn das "Nein!" nicht mehr funktioniert

Wenn immer und immer wieder versucht wird, z.B. an den „verbotenen“ Schrank zu gehen, kann das sehr frustrierend für beide Seiten werden; daher sollte folgendes beachtet werden:

Kind bereits „abfangen“, wenn es auf dem Weg dorthin ist

Jedes Mal unaufgeregt die Regel wiederholen („Lass die Schranktür zu“ statt „Du darfst nicht an den Schrank“)

Ein Kleinkind möchte seine Eltern nicht ärgern; es empfindet es als lustiges Katz- und Maus- Spiel (zum Schrank laufen- von Eltern aufgehalten werden)

Es ist also unangebracht zu schimpfen!

Aus dem Raum gehen und in einem anderen Zimmer spielen

Ähnliche Spiele spielen, die dem Bedürfnis nach Neugier, Aufregung und Nähe nachkommen:

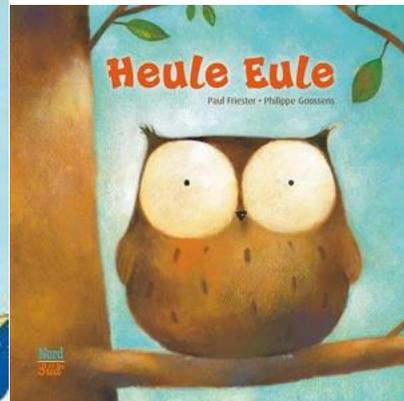
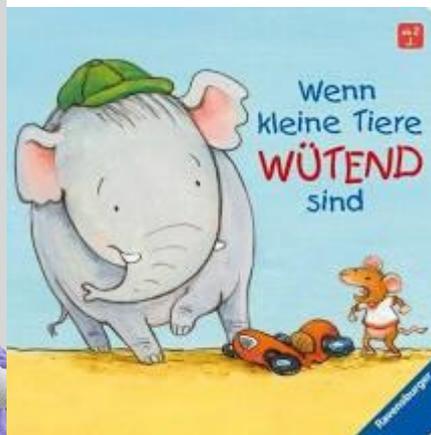
-  *Guck- Guck- und Versteckspiele (mit Tüchern oder hinter der Gardine)*
-  *dem Kind als Löwe hinterherkrabbeln und „einfangen“*
-  *im außerwählten Schrank (oder wenn dort nicht möglich woanders) eine Kiste mit interessanten, immer wieder neuen Alltags- gegenständen bereitstellen (Schlüsselbund, Kochutensilien, Flaschen mit Perlen oder Nudeln gefüllt, Pinsel, Schwämme...)*

Sind noch weitere Fragen und Sorgen aufgetaucht?
Dann nehmt gern unsere telefonische Beratung in Anspruch:

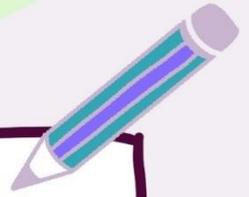
 0355/48 66 66 16



Bücherempfehlungen



„Das gewünschtete Wunschkind aller Zeiten treibt mich in den Wahnsinn“ Graf/Seidel, BELTZ
„Ich will aber nicht“ Mierau, GU „So viel Freude, so viel Wut“ Imlau, Kösel
„Dein selbstbestimmtes Kind“ Juul, Kösel „Artgerecht- das andere Kleinkinderbuch“ Schmidt, Kösel
„Wenn kleine Tiere wütend sind“, Ravensburger „Heule Eule“, Friester, NordSüd
„Heute bin ich wild und böse“ Richter, Copenrath „Der Dachs hat heute schlechte Laune“ Petz, NordSüd
„Weinen, Lachen, Wütend sein“, Oetinger



Caritas Familienzentrum

Kochstraße 15a, 03050 Cottbus

0355/48 66 66 16

familienzentrum.cottbus@caritas-goerlitz.de

www.caritas-cottbus.de

