



Bewegungskonzept - Bewegte KITA

04.05.2017 | Ein Bewegungsprogramm erstellt von Gina Louisa Mathis & Benjamin Jeremias (H:G) im Auftrag der SPORTKINDER BERLIN e.V.

Inhalt

- 1) Einbindung in den Kita-Alltag
- 2) Das Bewegungspuzzle
- 3) Bestandteile des Bewegungspuzzles
- 4) Bewegungsspiele als Basisziel
- 5) Konzeptionelle Ziele
- 6) Kontakt

04.05.2017

2

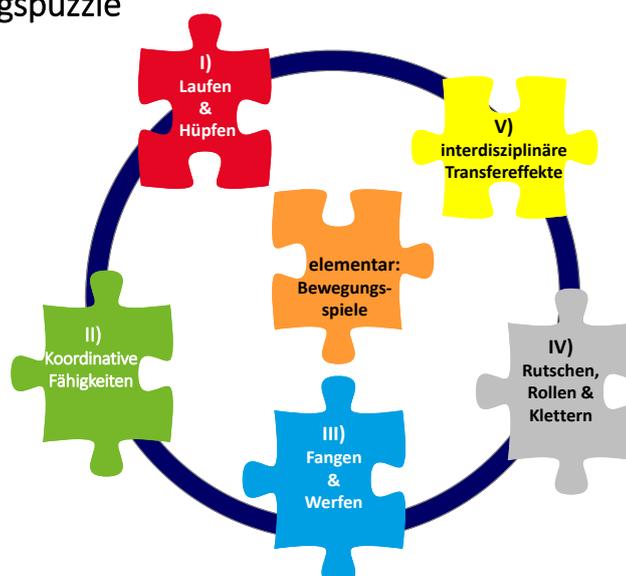
1) Einbindung in den Kita-Alltag

- Pro KITA min. 1 – max. 2 Mal pro Woche (für 1 bis 2 Stunden je nach Wochenleistung)
- Alter der betroffenen Kinder ab 2 Jahren bis 6 Jahren
- Je nach Einrichtung und Personal muss mit einem bzw. zwei Trainer/innen gearbeitet werden
- Nach mehreren Blockdurchläufen wird ein Verbesserungs- und Statusgespräch mit den Erzieher/innen vor Ort abgehalten
- Unterstützungen und Hilfestellungen für das Personal der KITA werden vermittelt
- Leitfaden mit möglichen Übungen werden „an die Hand“ gegeben
- Voraussetzung für die Anleitung neuer Inhalte ist grundsätzlich die Anwesenheit der Erzieher/innen
- Bei Bedarf und Kapazität: Unterstützung von größeren Ausflügen wie zu Trampolinhallen, externen Spielplätzen oder anderen Bewegungsräumen

04.05.2017

3

2) Das Bewegungspuzzle



04.05.2017

4

3) Bestandteile des Bewegungspuzzles

Puzzle I: Laufen & Hüpfen



- Hindernislauf & Parkourlauf (1)
- Lauf ABC (z.B. Zehenspitzen und Ballenlauf)
- Vom Berg ins Tal
- Bank- und Ringläufe
- Sackhüpfen
- Inselfspringen (2)
- Viereckhüpfen (3)

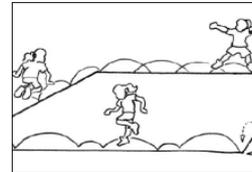
(1)



(2)



(3)



04.05.2017

5

3) Bestandteile des Bewegungspuzzles

Puzzle II: Koordinative Fähigkeiten



- Gleichgewicht: Seiltänzer (4)(5)
- Orientierung
- Rhythmisierung: vom Hüpfen zum Tanzen
- Reaktion
- Kopplungs- und Umstellungsfähigkeit (5)
- Balancieren: von Bank bis Slackline
- Bälle prellen (im Parkour)
- Spiegelbilder imitieren (Schattenläufe)

(4)



(5)



04.05.2017

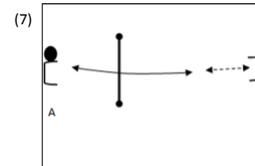
6

3) Bestandteile des Bewegungspuzzles

Puzzle III: Fangen & Werfen



- Ballonflieger (Einzelballon bis Mehrballon)
- Verschiedene Bälle: vom Beobachten zum Reagieren
- Rechtzeitiges Fangen
- Passen von Bällen mit und ohne Hilfsmittel
- Ballführen mit Hilfsmittel oder Fuß (6)
- Werfen von Bällen auf Ziele (7)
- Tücher, Federn, Papier und andere Materialien (8)
- Bälle prellen



04.05.2017

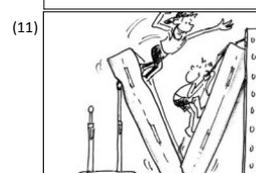
7

3) Bestandteile des Bewegungspuzzles

Puzzle IV: Rutschen, Rollen & Klettern



- Rutschbahn (9)
- Walze / Rollbrett
- Steilwandklettern
- Vorwärts- und Rückwärtsrollen
- Seilzug (10) / Seilhang
- Überklettern von Hindernissen (11)
- Von der Sprossenwand zum Bouldern



04.05.2017

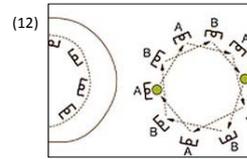
8

3) Bestandteile des Bewegungspuzzles

Puzzle V: Interdisziplinäre Transfereffekte



- Uhr (12)
- Geometrische Figuren
- Nummernlauf und Zahlenpaare
- Straßenverkehr (Farben, Seiten und Geschwindigkeiten)
- Physikalische Größen wie Masse: Kinderwaage (13)
- Physikalisches Sommer-Sand-Wasserspiel
- Körperteile kennen lernen (Wahrnehmung) (14)
- Rein Auditive und Visuelle Bewegungen



04.05.2017

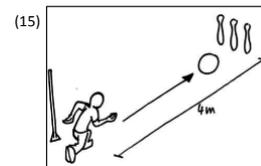
9

4) Bewegungsspiele als Basisziel

elementares Puzzle: Bewegungsspiele



- Kegeln für Kids (15)
- Reaktionsspiele (16)
- Fruchtsalat, Steh-Geh, Parkour mit Musik
- Ball-, Klammer oder Ringsalat (Farbenspiele)
- Riesentuchbewegen (Kooperationsspiele)
- Tierspuren im Schnee (Schattenspiel) (17)
- Würfelspiele (Zahl = Laufart)
- Fangball (Becher – Ball)



04.05.2017

10

5) Konzeptionelle Ziele

Kurzfristige Ziele

- Bewegungszeit der Kinder erhöhen
- Soziales Miteinander verbessern
- Unterstützung des ohnehin unterbesetzten Personals in Berliner Kitas

Mittelfristige Ziele

- Verbesserung der 5 Bestandteile des Bewegungspuzzles
- Unterstützung des Berliner Bildungsprogramms

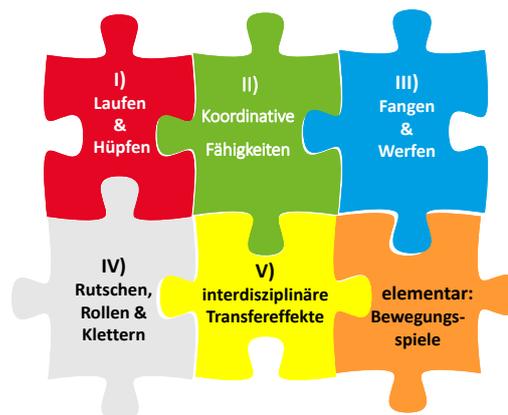
Langfristige Ziele

- Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten
- Vorbereitung der Kinder auf den Schulsport
- Vorbereitung auf ein mögliches Vereinsleben
- Verbesserung der sozialen Gruppenfindung
- Verbesserung der Lernfähigkeit auf Grund der interdisziplinäre Transfereffekte
- Übernahme der Inhalte und eigenständige Anwendbarkeit durch das KITA-Personal

04.05.2017

11

Bewegungspuzzle ...



... im Laufe des Lebens erweiterbar...

04.05.2017

12

6) Kontakt

SPORTKINDER BERLIN e.V.
Simon Schulte | Benjamin Jeremias
Rilkepfad 3 | 14167 Berlin
Tel./Fax: 030-894 00 740/-741
E-Mail: info@sportkinder-berlin.de

Bildung braucht Bewegung!

