

## **Spiele und Anregungen für Babys**

Schon wenige Tage nach der Geburt wächst das Bedürfnis des Babys nach neuen Erfahrungen, nachdem es seine ersten Grundbedürfnisse wie Nahrung, Wärme, Liebe, Ruhe und eine frische Windel immer prompt erfüllt bekommt.

In dem folgenden Abschnitt sind Spielanregungen für das erste Lebensjahr in drei Teilbereiche unterteilt.

Begonnen wird mit dem ersten Vierteljahr, dann folgt das zweite Vierteljahr und am Schluss das zweite Halbjahr.

Achten Sie als Eltern auf die Bedürfnisse Ihres Kindes. Spielzeit ist dann richtig, wenn das Baby und Vater oder Mutter Spaß daran haben. Jedes Kind hat einen anderen Tagesrhythmus und braucht daher ganz individuelle Zeiten. Versuchen Sie diese für Ihr Kind zu nutzen und lassen lieber einmal die alltägliche Hausarbeit hinten an stehen. Bei Anzeichen von Müdigkeit brechen Sie das Spiel ruhig ab.

Wenige Tage nach der Geburt können Sie schon mit den ersten Tragespielen beginnen. Die weiteren Spielanregungen, die hier aufgeführt werden, folgen in den nächsten Wochen und Monaten, immer dann, wenn das Kind zeigt, dass es an neuen Spielen Interesse und Spaß hat und diese aktiv mitmacht. Orientieren Sie sich stets am aktuellen Entwicklungsstand Ihres Kindes und nicht an seinem Alter! Manche Spiele sind dabei ein ganzes Jahr interessant, andere werden langweilig. Nach einiger Zeit werden Sie die „Favoriten“, also die Lieblingsspiele Ihres Babys ganz genau kennen.

### **Das erste Vierteljahr**

#### **Tragespiele**

Tragen Sie Ihr Kind in verschiedenen Positionen.

**Tragen mit Blick über die Schulter**, dabei legen Sie das Baby auch einmal an die ungewohnte Schulter und halten es mit der anderen Hand gut gestützt auf dem Rücken fest.

**Tragen in der Bauchlage** (Fliegergriff), indem wir das Baby auf unseren Arm legen.

**Quer vor dem Bauch**, dabei liegt der Kopf des Babys auf Ihrem Arm, mit der anderen Hand halten Sie seinen Körper fest.

**Tragen mit Blickrichtung in den Raum**, das Baby aufrecht tragen, dabei liegt der Rücken des Kindes an Ihrem Bauch und Sie stützen es mit Ihrer freien Hand.

In jeder Trageweise können Sie mit Ihrem Kind die Umgebung neu entdecken, Sie können leicht hin und her schaukeln, Treppensteigen, singen oder Ihrem Kind etwas erzählen. Das Baby lernt dabei, sich in verschiedenen Lagen zurecht zu finden und kräftigt gleichzeitig die Nacken- und Kopfmuskulatur.

### **Schaukeln in einer Decke**

Hierfür benötigen Sie eine Babydecke und Vater und Mutter. Legen Sie Ihr Baby in Rückenlage auf die Decke. Fassen Sie nun die Decke an ihren Enden, einer beim Kopf, der andere am Fußende und heben Sie die Decke mit Ihrem Säugling vorsichtig an. Schaukeln Sie langsam hin und her, wenn Ihr Baby einen entspannten Eindruck macht.

## **Nachguckspiele**

Am Ende des ersten Monats können Kinder üblicherweise einen Gegenstand fixieren und langsam verfolgen. Am liebsten schauen die Kinder bekannte Gesichter an.

### **Ein Gesicht fixieren**

Ihr Baby liegt auf dem Rücken und Sie nähern sich ihm in einem Abstand von 20-30 cm über den Kopf. Wenn es sehr aufmerksam ist, können Sie langsame Bewegungen nach rechts und links durchführen, so dass Ihr Kind diese mit seinen Augen, später auch mit Bewegung des eigenen Kopfes verfolgen kann.

### **Einem Spielzeug hinterher schauen**

Bei älteren Babys kann man ein Spielzeug – zum Beispiel einen Greifring - hin und her bewegen.

Wenn Ihr Baby weint, nutzt es nichts, wenn Sie eine Rassel mit hektischen Bewegungen über dem Gesicht des Babys hin und her bewegen. Meist schreit das Baby noch mehr. Besser zeigen Sie dann nur Ihr Gesicht und sprechen beruhigend mit dem Kind.

### **Nachguckspiele auf dem Bauch**

Die Bauchlage ist sehr wichtig für Babys, aber leider nicht sehr beliebt bei ihnen. Wie schon im Entwicklungskalender beschrieben, ist es reine Trainingssache und sollte jeden Tag ins Spiel mit einbezogen werden. Sie können dies interessant machen, indem das Kind eine Rassel gezeigt bekommt. Durch die Geräusche locken wir es, seinen Kopf zu drehen. Für dieses Spiel braucht Ihr Kind Ruhe und

keine Ablenkung durch TV, Radio oder andere Personen im Raum.

## **Strampel- und Greifspiele:**

### **Strampelspiele**

Streicheln Sie sanft seine Fußsohlen, halten Sie danach die flache Hand gegen die Füße und Sie bemerken schon einen gewissen Druck, den Ihr Kind ausübt.

### **Fuß gegen Wasserball treten**

Sie benötigen einen Wasserball (Durchmesser 30cm), den Sie an einer kurzen Schnur befestigen. Halten Sie den Ball gegen die Fußsohlen Ihres Babys, wenn es auf dem Rücken liegt (nicht über seine Beine). Spürt das Kind den Ball, fängt es wahrscheinlich lebhaft an, dagegen zu treten. Der Ball sollte dem Kind nicht übers Gesicht gehalten werden, da es ihm Angst machen könnte. Auch hier sollte das Spiel beendet werden, wenn das Kind nicht mehr aufmerksam ist!

### **Auf dem Wasserball rollen**

Wenn Ihr Säugling wach und ausgeschlafen ist, können Sie es auch ab und an bäuchlings auf den Wasserball legen, so dass es mit dem Brustkorb auf dem Ball liegt. Seine Füße berühren den Boden. Nun können Sie es gut und sicher im Schalenriff (mit beiden Händen gut den Oberkörper des Kindes umschließen) halten. Versuchen Sie einmal, Ihr Kind vorsichtig auf dem Ball liegend vor und zurück zu bewegen. Dabei stößt es sich sicherlich mit den Füßen vom Boden ab. Dann können Sie die Bewegungen nach links und rechts erweitern, solange Ihr Kind sich wohlfühlt!

### **Greifspiele**

Ihr Baby kann in den ersten zwei bis drei Monaten noch nicht bewusst greifen. Aber Sie können es unterstützen, indem Sie in den ersten Lebenswochen die oft zu Fäustchen geschlossenen Hände des Kindes am Handrücken streicheln. Ihr Kind öffnet sie darauf hin zunächst zufällig, später lernt es sie bewusst auf- und zuzumachen. Wenn das Baby sein Fäustchen öffnet, können Sie Ihren Finger hineinlegen. Später legen Sie gut greifbare Spielsachen, wie einen Ring, verschiedene Stoffarten, ein Stück Backpapier, eine Holzklammer oder ähnliches in die Hand.

## **Das zweite Vierteljahr**

Die Spiele, die Ihr Kind in den ersten drei Monaten gerne gespielt hat, bleiben weiterhin eine beliebte Beschäftigung, wenn sie auch vielleicht etwas anspruchsvoller ausgeführt werden. In den ersten Monaten verfolgte Ihr Baby beispielsweise die von Ihnen gezeigten Spielzeuge nur mit den Augen. Jetzt versucht es nach den angebotenen Spielsachen zu greifen, was anfangs noch sehr unkoordiniert ist.

### **Tragespiele**

Ihr Kind genießt es weiterhin von Ihnen getragen zu werden. Dabei bevorzugt es das **Tragen mit Blickrichtung in den Raum**, wobei das Baby aufrecht getragen wird (vgl. Tragespiele erstes Vierteljahr), dabei liegt der Rücken des Kindes an Ihrem Bauch und Sie stützen es mit Ihrer freien Hand. Sie können so mit Ihrem Baby Ihre Wohnung erkunden; es dreht den Kopf hin und her und beobachtet Dinge und Menschen in seiner Umgebung. Als kleinen Spaß können Sie sich auch einmal nach vorne und hinten beugen oder zur Seite. Sie werden staunen, wie toll Ihr Kind diese Bewegungen schon auszugleichen versucht!

**Fliegerspiele** mögen fast alle Kinder. Legen Sie dafür Ihr Kind mit der Brust auf Ihren Unterarm, wobei Ihre Hand den Arm des Kindes gut und sicher umfasst. Die andere Hand fast durch die Beine und hält den Bauch fest. Anfangs mögen die Kinder nur kleine Bewegungen. Je älter und stabiler die Kinder werden, um so mehr mögen sie durch die Luft zu schweben.

### **Hopsen auf Ihren Beinen**

**Ihr Baby mag es bald in aufrechter Haltung auf Ihren Beinen zu hopsen.**

Achten Sie darauf, dass Sie Ihr Kind gut im Schalengriff (um den ganzen Brustkorb gefasst haben) und es noch nicht mit seinem eigenen Gewicht auf seinen Beinen steht, es soll nur mit den Füßen leicht Ihre Oberschenkel berühren. Es wird abwechselnd seine Beinchen beugen und strecken.

Ihr Kind wird dieses Spiel nicht allein beenden, auch wenn es schon müde ist, wird es noch weiter federn. **Achten Sie genau auf die Signale Ihres Babys.** Handelsübliche Babyhopper sind keine Alternative, da diese eine schlechte Haltung des Rückens und der Füße des Kindes begünstigen und das Kind das Spiel nicht allein beenden kann.

## **Spiele in der Rückenlage und Bauchlage**

Schon in den ersten drei Monaten lieben es die Kinder **mit dem Wasserball** zu spielen. Dieses Spiel wird nun noch interessanter, da Ihr Kind anfangs zufällig gegen den Ball schlägt, später wird es ihn vorsichtig berühren und dann erlernt es den Ball mit der ganzen Hand zu umfassen. Halten Sie für dieses Spiel wieder den Wasserball, der an einer Schnur befestigt ist über die Brust des Babys und warten ab!

Sie zeigen Ihrem Baby ein **interessantes Spielzeug**, beispielsweise eine Rassel oder einen Ring und warten ab, bis es mit seinen Armen und Händen das Spielzeug ergreift.

**Spielzeuge an einer Schnur** sind eine willkommene Abwechslungen, wenn das Baby auf der Krabbeldecke oder im Laufstall liegt. Dafür spannen Sie eine Schnur mit maximal 3 Spielzeugen wie Rassel und Ring(e) über das Blickfeld Ihres Kindes. Ihr Baby wird hier ebenfalls versuchen die Hände zu den Spielsachen zu führen.

**Die Bauchlage** bereitet auch im zweiten Vierteljahr manchen Kindern noch Schwierigkeiten. Es gibt dazu ein paar schöne Spielanregungen, die diese wichtige Körperlage unterstützen.

Ihr **Baby liegt auf dem Bauch** und betrachtet ein interessantes Spielzeug, welches in gutem Blickfeld vor ihm liegt. Es bemerkt, dass liegende Spielzeuge sich anders verhalten und anfühlen, als hängende. Anfangs wird es das Spielzeug nur anschauen, aber mit der Zeit wird die Koordination der Hände so gut, dass es das Spielzeug auch in die Hand nimmt und es zum Mund führen wird, um es genauestens zu untersuchen.

Sie können als Eltern beobachten, welche Bemühungen notwendig sind, wenn Ihr Kind das Spielzeug nehmen möchte. Es muss nämlich den Oberkörper und seinen Kopf ausbalancieren, während es mit der einen Hand nach dem Spielzeug greift.

Später liegt das Kind so sicher auf dem Bauch, dass es ihm keine Schwierigkeiten mehr bereitet, beide Hände zum Anfassen zu nutzen.

Ihr Baby freut sich darüber, wenn Sie sich selbst auch **auf den Bauch gegenüber legen**, und es Vater oder Mutter einmal aus gleicher Augenhöhe betrachten kann. Sie können Ihren Kopf hin und her bewegen und Ihr Kind wird es nachahmen. Ebenso Spielzeug, was hin und her bewegt wird, ist sehr interessant anzuschauen.

Eine andere Möglichkeit bietet **das Liegen quer auf Mamas oder Papas Ober- oder Unterschenkel**. Setzen Sie sich mit gestrecktem Bein auf den Boden und legen Sie sich Ihr Baby quer über Ihren Ober- oder Unterschenkel. Das Baby stützt sich mit der eigenen Kraft der Arme auf dem Boden ab. Eine Hand liegt auf dem Po des Kindes, damit es nicht nach vorne herüber fällt, wenn die Kraft der

Arme nachlässt. Ein Spielzeug, das es greifen kann, macht dieses Spiel noch interessanter.

### **Lageveränderungen**

Die Babys liegen die ersten 4-6 Monate gerne noch so, wie man sie hingelegt hat, ob auf Rücken oder Bauch. Doch irgendwann beginnt Ihr Baby sich in der **Rückenlage auf die Seite zu drehen**. Sie können dieses Spiel unterstützen, indem Sie Ihrem Kind einen Finger bieten (nicht am Handgelenk fassen), den es von allein fest umschließen sollte. Wenn es Ihren Finger fest umklammert, können Sie Ihre Hand zur Seite bewegen. Die weitere Bewegung führt das Kind alleine aus, bis es auf der Seite liegt. Kinder, die in Ihrer Motorik noch nicht soweit sind, werden keine Initiative ergreifen auf die Seite rollen zu wollen. Dann ist dieses Spiel noch zu früh und kann in wenigen Wochen noch einmal probiert werden!

Nach einiger Zeit wird Ihr Baby sich weiter auf den Bauch drehen, wenn Sie ihm mit dem Finger behilflich sind.

Kann Ihr Kind schon gezielt greifen, können Sie Ihm auch eine **Ringrassel anbieten** und es mit dieser vom Rücken in die Seitenlage oder auf den Bauch ziehen.

Nach **vier bis fünf Monaten** beobachten einige Eltern, wie das Köpfchen in der Rückenlage nach oben gehalten wird. Die Kinder möchten Ihre Umgebung aus einer anderen Perspektive betrachten. Bieten Sie Ihrem Kind Ihre Zeigefinger zum Festhalten an und halten mit Ihrem Daumen den Handrücken des Kindes, nicht das Handgelenk, und schauen, ob sich Ihr Kind **an Ihren angebotenen Fingern hochzieht**. Sie beobachten dabei genau, ob das Kind seinen Kopf schon alleine festhalten kann oder ob er noch sehr nach hinten in den Nacken fällt. In dem Fall hat Ihr Kind noch keine ausgeprägte Nackenmuskulatur und die Anregung ist zu früh.

Kann Ihr Kind jedoch den Kopf schon halten und drückt den Kopf mit dem Kinn zur Brust und sind seine Arme gebeugt, dürfen Sie es nach oben ziehen. Das Kind bestimmt dabei selbst, wie hoch es möchte. Anfangs schafft es oft nur den Kopf von der Unterlage zu heben, später **zieht es sich fast in die Sitzposition**. Lassen Sie Ihr Kind nur wenige Sekunden in dieser Position und legen Sie es dann über die Seite gleich wieder ab. **Ihr Baby darf in diesem Alter noch nicht alleine sitzen!**

### **Auswahl an Spielsachen im ersten halben Jahr**

Die Babys brauchen keine große Auswahl an Spielzeugen. Bis zum zweiten Vierteljahr reichen einfache Greiflinge aus. Dazu gehören beispielsweise

Greifringe, eine Rassel, Bauklötzchen, ein kleines Kuscheltier, ein Wasserball, Becher und eine Wasserente.

**Bedenken Sie immer, weniger ist mehr.** Ihr Kind möchte sich häufig nur ein Spielzeug anschauen. Bieten Sie daher nicht zu viele unterschiedliche Dinge gleichzeitig an. Sie könne auch ein wenig kreativ sein und selbst mit einfachen Mitteln Spielzeuge herstellen.

### **Selbstgebastelte Spielzeuge**

**Tastsäckchen** aus unterschiedlichen Materialien sind besonders beliebt. Beispielsweise kann man **kleine Gefrierbeutel** mit unterschiedlichen Dingen, wie Erbsen, Knöpfe, Reis oder Wasser füllen, gut zuknoten und dem Kind anbieten. Diese einfach angefertigten Säckchen rascheln sehr interessant, lassen sich gut fassen und können unbedenklich auch in den Mund genommen werden. Auch **Kindersöckchen** lassen sich (für Eilige) schnell mit Papier oder anderen Materialien füllen.

Wenn die Kinder etwas älter sind, finden sie **gefüllte Bonbondosen** toll, denn diese machen unterschiedliche Geräusche. Dazu füllen Sie getrocknete Erbsen, Bohnen, Knöpfe oder Holzperlen in die Dosen.

**Alltagsspielzeug**, wie kleine **Schneebesen, Kochlöffel**, leere, saubere **Joghurtbecher**, alte **Pralienenfolien, Butterbrotpapier** und ähnliches regen die Phantasie Ihres Kindes in gleicher Weise an, wie gekauftes teures Spielzeug!

**Bedenken Sie aber, dass diese Spielsachen nur unter Aufsicht dem Baby gegeben werden sollten. Achten Sie bitte darauf, dass die Tastsäckchen gut verschlossen und unbeschädigt sind und Ihr Kind die kleinen Sachen nicht herausnehmen kann!**

## **Spielanregungen für das zweite Halbjahr**

Im zweiten Halbjahr wird Ihr Baby immer bewegungsfreudiger und möchte seine Umwelt selbst durch robben, krabbeln und später durch eigenständiges Laufen entdecken, aber nicht alle Kinder lernen diese Bewegungsabläufe gleichzeitig. In dieser Zeit werden Entwicklungsunterschiede zu gleichaltrigen Babys immer deutlicher. Manche Babys sind schon „weiter“ als andere. Deshalb fassen wir die folgenden Spielanregungen des dritten und vierten Vierteljahres zusammen. Sie beobachten Ihr Kind genau und schauen, welche Spiele für Ihr Baby zur Zeit die Richtigen sind.

Im ersten Halbjahr war die Entwicklung der Arme und Beine und der Rumpfmuskulatur wichtig. Im zweiten Halbjahr geht es um aktivere Bewegungsformen. Jetzt steht das Drehen von Rücken auf den Bauch und später von Bauch auf den Rücken, das Robben, Krabbeln und Sich-Hinsetzen sowie Sich-Hochziehen und dann das eigenständige Laufen im Vordergrund. Natürlich mag Ihr Baby die Spiele auch weiterhin, die es schon aus den Monaten davor kennt.

Lesen Sie doch einfach noch einmal im ersten Kapitel des Willkommensordners den Entwicklungsverlauf bis zum ersten Lebensjahr nach, welche Entwicklungsschritte Ihr Baby schon gemacht hat.

### **Greifen und Begreifen**

Nicht nur die Bewegungsfreudigkeit nimmt zu, sondern auch die Fähigkeit mit den Händen etwas anzufassen und zu „begreifen“. Es erforscht in dieser Zeit gerne unterschiedliche Dinge: weiche, harte, runde, eckige, raue, glatte, große und kleine Gegenstände.

**Bieten Sie Ihrem Kind unterschiedliche Gegenstände an**, wie einen Schneebesen, einige kleine Vorratsdosen, Kochlöffel, Kaffeelöffel, ein Stück festeren Karton, Bänder und Kordel, Halstücher, Schachteln, Handtaschen und vieles mehr. Dieses Spiel kann im Liegen, im Sitzen und auch im Stehen stattfinden, je nach Entwicklungsstand. Geben Sie Ihm immer nur einen Gegenstand, damit es diesen intensiv begreifen und erfahren kann. Beobachten Sie einmal, wie es anfangs noch seine Hände formt, um einen Kochlöffel anzufassen. Geben Sie Ihm diesen auch mal waagrecht oder senkrecht an und staunen Sie, wie das Baby seine Handbewegungen anpasst. Später passiert das automatisch. Natürlich sollte Ihr Baby bei diesen Spielen nicht unbeaufsichtigt sein.

**Spielen mit Vorratsdosen** wird ungefähr im achten bis neunten Monat interessant. Jetzt erkennt Ihr Baby, dass es nicht nur lange und breite Formen gibt, sondern auch Dinge, in die man in die Tiefe hinein fassen kann.



### **Drehen um die eigene Achse**

Liegt Ihr Baby auf dem Bauch, beobachten Sie bestimmt, wie es sich um die eigene Achse dreht, um an ein interessantes Spielzeug zu kommen. Ihr Baby liegt hier auf dem Bauch und Sie legen das Spielzeug seitlich von Ihrem Kind hin. Nun motivieren Sie es, sich in diese Richtung zu „kreiseln“. Legen Sie die Gegenstände immer nur so weit entfernt vom Baby, dass es mit ein wenig Anstrengung diese erreichen kann. Für die Spiele mit Ihrem Baby ist es wichtig, dass diese immer mit Erfolg enden, denn dann gibt es Bestätigung und motiviert zum neuen Ausprobieren. Ansonsten wird Ihr Baby mutlos.

### **Ursache und Wirkung**

Mit sieben oder acht Monaten lernt Ihr Baby **Ursache und Wirkung** kennen. Wenn Sie an einer Spieluhr ziehen und dann die Musik beginnt, lernt es das bald nachzuahmen. Auch ein Quietschtier oder andere Dinge, die Töne erklingen lassen, wenn man auf etwas drückt, zeigen dem Kind, etwas bewirken zu können. Spielecenter, die es im Fachhandel zu kaufen gibt, sind oftmals viel zu laut und viel zu überladen mit unterschiedlichen Geräuschen. Ein Knopf und ein Geräusch reicht den Babys aus. Alles andere ist nur Reizüberflutung und überfordert Ihr Baby.

**Butterbrotpapier** ist auch eine willkommene Abwechslung für Ihr Baby. Geben Sie ein Stück dem Baby in die Hand. Anfänglich wird es noch skeptisch sein, später wird es damit Geräusche machen und dann wandert es sicherlich auch in den Mund, um es auch auf diese Weise zu betasten und zu begreifen.

Wenn Ihr Baby noch nicht krabbelt, dann können Sie auch **Spielzeuge an einer Schnur befestigen** und diese dem **auf dem Bauch liegendem Baby vorhalten**. Es wird sich ausbalancieren, um einen in der Luft hängenden Gegenstand zu greifen. Das ist eine gute Kräftigungsübung für die Arme, denn Ihr Kind streckt einen Arm in die Richtung des Spielzeugs und versucht mit dem anderen Arm sein Gleichgewicht zu halten.

Ihr Baby mag es auch, wenn es noch einmal **auf Ihrem Bauch liegt** und Sie sich ein wenig hin und her bewegen. Manche Kinder werden sich gut ausbalancieren und später auch versuchen, unbeschadet von Mamas oder Papas Körper herunter zu krabbeln.

### **Robben mit hilfreichem Halt an den Füßen**

Es wird die Zeit kommen, da möchte Ihr Kind zu einem Spielzeug hin robben, aber genau das Gegenteil passiert, denn umso mehr es sich anstrengt, umso weiter entfernt es sich von diesem. Sie können als Eltern dabei helfen, in die richtige Richtung zu robben, indem sie mit der flachen Hand sanft abwechselnd

gegen seine Fußsohlen drücken und es dem Baby durch den Widerstand gelingt, sich nach vorne zu schieben.

### **Vierfüßlerstand**

Wenn Sie beobachten, dass Ihr Baby seinen Körper kurz von der Unterlage abhebt, übt es den Vierfüßlerstand. Das ist eine Vorstufe zum Krabbeln. Einige Kinder schaukeln viele Tage einfach in dieser Position hin und her, um ihre Stabilität und Muskelkraft genau einschätzen zu können. Erst wenn sie sich ganz sicher fühlen, wagen sie es, einen Arm oder ein Bein vorwärts zu bewegen.

Den Vierfüßlerstand können Sie unterstützen, indem Sie **die Hände im Schalenriff um den Brustkorb** des auf dem Bauch liegenden Babys fassen und es leicht anheben. Wenn sich Ihr Baby aktiv auf seinen Händen und Knien abstützt, gelangt es in den Vierfüßlerstand. Macht Ihr Baby dabei aber „Schwimmbewegungen“, ist es noch nicht soweit und Sie sollten diese Anregung zu einem späteren Zeitpunkt wiederholen. Anstelle Ihrer Hände kann auch eine **Stoffwindel als Hilfsmittel** um den Brustkorb gelegt werden, und Sie halten die Enden der Windel mit einer Hand fest und heben Ihr Kind sanft in die Höhe.

### **Krabbeln**

Zwischen dem siebten bis zwölften Monaten lernt Ihr Baby zu Krabbeln. Vielleicht hat es vorher eine eigene Technik entwickelt, wie es schnell vorwärts robben konnte. Sicher möchte es jetzt die Wohnung erkunden. Unterdrücken Sie nicht den Bewegungsdrang Ihres Kindes, sondern nutzen Sie die Gelegenheiten, sich mit Ihrem Kind in vielfältiger Weise zu beschäftigen.

Beim Krabbeln bewegt das Kind gleichzeitig seine rechte Hand und sein linkes Bein und danach seine linke Hand und sein rechtes Bein vorwärts. Diese Vernetzung der beiden Gehirnhälften ist sehr wichtig für das Denken. Aber auch für die spätere Körperhaltung ist Krabbeln sehr wichtig.

### **Über Hindernisse krabbeln**

Legen Sie sich auf den Boden und animieren Sie Ihr Kind über Sie zu krabbeln. Es wird sicherlich anfangs ängstlich sein, aber schnell merken, dass Sie ihm Schutz geben, damit es nicht hinunterfällt. Übrigens: Größere Geschwister lieben dieses Spiel auch, so dass Sie auch ältere Kinder mit ins Spiel einbeziehen können.

### **Krabbeln auf unterschiedlichen Oberflächen**

Kinder lieben die Abwechslung und sind immer neugierig. Lassen Sie Ihr Kind auf unterschiedlichen Oberflächen Krabbeln, z. B. draußen auf den Steinen, auf der Wiese oder im Sand. Auch Teppichboden fühlt sich anders an als Parkett oder Fliesen. Einige Kinder sind anfangs bei neuen Untergründen erst einmal vorsichtig und befühlen die neue Unterlage erst einmal mit den Händen. Gemeinsam können Sie mit Ihren Kindern auf Entdeckungsreise gehen. Andere Kinder interessiert es gar nicht und diese krabbeln einfach los.

### **Unter oder zwischen Gegenständen hindurch krabbeln**

Dazu brauchen Sie Kartons, Stühle und andere größere Gegenstände. Diese können Sie zu einem kleinen Parcours aufstellen, zwischen dem Ihr Kind hindurch krabbeln kann. Dadurch lernt Ihr Baby sich an unterschiedliche Umgebungen anzupassen. Auch durch etwas hindurch zu krabbeln erfordert viel Mut und Geschicklichkeit, um sich nicht den Kopf zu stoßen.

Vielleicht krabbelt es auch gerne anfangs auf eine kleine Erhöhung, wie beispielsweise eine Matratze oder auf ein dickes Kissen, einen alten Koffer oder ähnliches. Möchte Ihr Kind dann kopfüber wieder hinunter krabbeln, **drehen Sie es immer so um, dass seine Füße leicht den Boden berühren**. Dazu sagen Sie immer den Satz: „**Halt! Zuerst umdrehen!**“ So lernt Ihr Kind sich immer erst umzudrehen, damit es später auch vom Sofa oder eine Treppe sicher rückwärts hinunter steigen kann!

### **Erste Lauferfahrungen**

Es bleibt aber nicht bei den Krabbelversuchen. Ihr Baby wird sich **schnell auch aufrichten** wollen. Meistens erlernt es **sich selbst hinzusetzen** und kurz darauf **zieht es sich an Tischen und Stühlen hoch** und **steht auf eigenen Beinen**, um dann die **ersten seitlichen Schritte** um den Tisch herum zu laufen.

Manchen Kindern bereitet es noch Schwierigkeiten, sich aus dem Stand wieder in die Hocke zu begeben, da sie die Knie noch sehr stark durchdrücken. Oftmals gelingt den Kindern dann nicht mehr eine lockere Haltung, um wieder in die Hocke zu gelangen. Sie können mit den Fingern die durchgedrückten Knie leicht nach vorne drücken, damit es die Lockerung in den Knien merkt oder Sie legen ein sehr interessantes Spielzeug auf den Boden und animieren es, aus dieser starren Haltung heraus zu kommen, und sich selbst hinzuhocken, um das Spielzeug aufzuheben.

### **Aufstehen an einer glatten Wand**

Es ist ziemlich schwer, sich an einer glatten Wand, einer Tür oder an einem Schrank hoch zu ziehen. Wenn Ihr Baby schon gut krabbeln kann und sich am Sofa aufstellt, dann können Sie ein Spielzeug an die Türklinke hängen und das Kind an der glatten Fläche aufrichten lassen.

### **Spielzeuge aufheben und bringen lassen**

Lassen Sie es Spielzeuge aufheben, wenn es sich am Sofa oder am Tisch festhält. So muss das Kind sich neu ausbalancieren und sich nur noch mit einer Hand festhalten. Auch Spiele, bei denen Sie es auffordern den Ball zu Mama oder Papa zu bringen, machen allen Spaß!

**Zum Laufen Lernen braucht Ihr Kind keine Schuhe**, sondern nur rutschfeste Socken. Schuhe braucht es nur im Freien, um die Füße vor Kälte und Nässe zu schützen.

### **An Mamas oder Papas Hand laufen**

Bald möchte das Kind sich schneller vorwärts bewegen. Das geht natürlich viel besser an der Hand der Eltern. Ihr Kind braucht oft die Unterstützung durch die Eltern, gerade wenn es nicht mehr in der sicheren Wohnung, sondern draußen im Freien hin und her läuft. Achten Sie jedoch darauf, seinen Arm nicht nach oben zu ziehen und auch keine Laufübungen an beiden Armen zu machen. Ihr Kind darf dann eine Hand von Ihnen angeboten bekommen, wenn es an einer Hand so viel Balance hat, dass es los läuft. Sollte es noch dabei umkippen, ist die Hilfe zu früh. Erst wenn es wirklich gut nur an einer Hand gestützt loslaufen kann, ist die Muskulatur und die Motorik soweit.

### **Soziale Spiele**

Ihr Kind liebt es, wenn Sie Fingerspiele mit ihm machen. Siehe Kapitel 8 im Ordner.

### **Kuckuck-Spiele**

Legen Sie ein dünnes Tuch über das Gesicht Ihres Kindes und fragen: „Wo ist Max?“ Nehmen Sie das Tuch weg und freuen sich: „Da ist er ja!“ Verstecken Sie sich hinter Möbeln, unter Ihrer Bettdecke...

### **Erstes Buch anschauen**

Holzbücher oder dicke Pappkartonbücher eignen sich für die ersten Betrachtungen sehr gut. Das Kind staunt über die vielen Seiten, die plötzlich aus solch einem Viereck entstehen.

### **Gegenstände in eine Öffnung stecken**

Schneiden Sie ein Loch in einen Schuhkarton und bieten Sie Ihrem Kind unterschiedliche Dinge an, die es durch das Loch im Karton stecken kann. Das können Bauklötzchen, Klammern, kleine Bälle oder ähnliches sein. Anfangs fällt es ihm noch schwer, überhaupt ein Spielzeug loszulassen, aber mit der Zeit wird es das Spielzeug so wenden, das es gut in die Öffnung passt und es dann loslassen.

Umso älter die Kinder werden, umso geschickter sind sie auch. Dann können sie auch kleinere Gegenstände in eine Flasche einwerfen. In Ihrer Aufsicht darf Ihr Kind beispielsweise auch Knöpfe oder kleine „Mensch-Ärgere-Dich-Nicht-Figuren“ in einen Flaschenhals stecken.

### **Geben und nehmen**

Zeigen Sie Ihrem Baby ein Spielzeug und geben es ihm. Sagen sie dazu: „Bitte schön!“ Fordern Sie es danach dazu auf, Ihnen das Spielzeug zurück zugeben. Anfangs wird es die Hand wieder zurück ziehen, aber mit ca. 10 Monaten lernt es das Spielzeug willentlich wieder abzugeben. Das ist eine enorme Leistung! Sagen Sie dann: „Danke schön!“

### **Becher ineinander stapeln**

Wie schon erwähnt, interessiert sich Ihr Kind im zweiten Halbjahr auch für hohle Gegenstände. Bieten Sie ihm kleine runde Schüssel, die es ineinander stapeln kann. Auch saubere Joghurtbecher sind bestens dafür geeignet.

Diese Anregungen, die Sie nun gelesen haben, sind nur einige Ideen. Natürlich dürfen Sie selbst viel Phantasie entwickeln, um Ihrem Kind die Möglichkeit zu geben viele verschiedene Erfahrungen zu sammeln. Dabei ist es auch sehr wichtig mit dem Kind zu sprechen, mit ihm Lieder zu singen und Fingerspiele vor zu machen. Zuwendung in jeglicher Hinsicht erweitert den Horizont Ihres Kindes und macht es im späteren Leben zu einem gesellschaftsfähigen Menschen!

Wir wünschen Ihnen viel Freude und eine sorglose, gesunde Entwicklung Ihres Kindes!

Wenn Sie noch Fragen haben, dürfen Sie sich gerne an unser Büro wenden.

**Servicestelle: Willkommen im Leben**

**Tel.:(0271) 404-2308 oder (0271) 404-2303**