

GRUPPENSTUNDE

STUNDENBLATT

BEREICH

Gruppenleben

STUNDENTHEMA

Wir werden babyfit!

THEMENÜBERSICHT

- Meine erste Gruppenstunde
- Eine Jugendgruppe entsteht
- Feste feiern
- Streit in der Gruppe
- Mit Gewalt umgehen
- Trauer
- Abschied nehmen
- Vielfalt ist ganz normal
- Hochwasser
- Wir werden babyfit!

Stundenziel

Veränderungen durch Familienzuwachs aufzeigen, Kenntnisse über Kleinkinder gewinnen. Rolle und Verantwortung des Babysitters kennenlernen. **RK-Grundsatz:** Menschlichkeit – „Wir sind bestrebt, Leben und Gesundheit zu schützen und der Würde des Menschen Achtung zu verschaffen.“ **ÖRK-Leitbild:** „Wir bereiten uns gut auf Aufgaben vor.“

	 GRUPPENLEITER	 GRUPPE	 MATERIAL	 TIPPS	 60 min
BEGINN	GL berichtet über den aktuellen Anlass: z. B. Familienzuwachs bei einem TN.	Betroffener TN ergänzt evtl. den Bericht des GL durch eigene Erzählungen.		GL sollte zuvor in Erfahrung bringen, ob betroffene TN über ihre aktuelle Situation sprechen möchten.	 5 min
SCHRITTE	GL regt die TN an, über die Veränderungen nachzudenken, die Familienzuwachs mit sich bringt. Aspekte: Was ändert sich für mich als Geschwisterkind/für meine Eltern/für die ganze Familie?	TN bringen ihre Erfahrungen ein bzw. verbalisieren ihre Vorstellungen.		Sollten in der Gruppe werdende Eltern sein, können diese auch die bereits eingetretenen Veränderungen thematisieren.	 10 min
	GL teilt die TN in Gruppen ein und vergibt Aufträge. Mögliche Gruppeneinteilung: 1. TN, die ein Geschwisterkind im Babyalter haben 2. TN, die ein Geschwisterkind im Kleinkindalter haben 3. TN, die sich die Rolle des Babysitters vorstellen können	TN erarbeiten in Gruppen die für ihre eigene Rolle relevanten Aspekte und halten die Babyfit-Tipps für achtsames Verhalten im Umgang mit Babys schriftlich fest. 1. TN befassen sich mit der Entwicklung des Babys im 1. Lebensjahr. 2. TN befassen sich mit der Entwicklung des Kleinkindes vom 1. bis zum 6. Lebensjahr. 3. TN befassen sich mit der Rolle des Babysitters. Worauf achte ich, wenn ich gebeten werde, auf meine Geschwister/fremde Kinder aufzupassen? ▶ Erstellung einer persönlichen Checkliste TN, die sich für die Babysitter-Ausbildung interessieren, können sich in der Gruppenarbeit über den Babyfit-Kurs informieren.	▶ Infos für Babysitter (D35–46) Papier, Stifte 1. Überblick 1. Lebensjahr: Babyfit S. 17 + S. 30–31, S. 40–41 2. Überblick 1.–6. Lebensjahr: Babyfit S. 19, S. 22–23 + S. 28–29 3. Babyfit S. 10–11 Geräte mit Internetzugang	Methode für Gruppenbildung: lebendige Statistik ▶ siehe „Meine erste Gruppenstunde“ Die Tipps können nach verschiedenen Aspekten zusammengefasst werden: ▶ Sicherheitstipps ▶ Tipps zum Spielen ▶ Ernährungstipps	 35 min

GL = Gruppenleiter | TN = Teilnehmer

GRUPPENSTUNDE

STUNDENBLATT

BEREICH
Gruppenleben

STUNDENTHEMA
Wir werden babyfit!

Stundenziel

Veränderungen durch Familienzuwachs aufzeigen, Kenntnisse über Kleinkinder gewinnen. Rolle und Verantwortung des Babysitters kennenlernen. **RK-Grundsatz: Menschlichkeit** – „Wir sind bestrebt, Leben und Gesundheit zu schützen und der Würde des Menschen Achtung zu verschaffen.“ **ÖRK-Leitbild:** „Wir bereiten uns gut auf Aufgaben vor.“

	 GRUPPENLEITER	 GRUPPE	 MATERIAL	 TIPPS	 60 min
SCHRITTE	4. TN, die mit der Elternrolle konfrontiert sind (bei Bedarf)	4. TN befassen sich mit ihrer bevorstehenden Elternrolle. ▶ In welchen Bereichen wünsche ich mir mehr Sicherheit/Information/Hilfe? ▶ Wo könnte ich mir Hilfe holen/mich informieren ...?	4. Babyfit-Buch		
ABSCHLUSS	Zusammenschau: Was ist das Wichtigste, das Interessanteste, das du heute mitnimmst?	Jeder formuliert – unterstützt von den erarbeiteten Listen – die für ihn interessanteste Erkenntnis.	Ergebnisse aus den Gruppenarbeiten		 10 min

BEACHTEN



HINWEISE

Der Inhalt, mit dem sich die TN in Kleingruppen im Hauptteil der Stunde auseinandersetzen sollen, muss dem Alter der TN entsprechend ausgewählt werden.

Weiterführende Aktivität:

- ▶ Versuch „Das durstige Pulver“ (D47–48)



LINKS

Informationen über den Babyfit-Kurs:
www.baby-fit.at



KAPITEL I

ERWARTUNGEN

- EIN GUTER BABYSITTER ...**
- hat Verständnis für das ihm anvertraute Kind und ist voll für das Kind da
 - geht sorgfältig mit allem um, was er benutzt
 - empfängt keinen Besuch in der Wohnung
 - trinkt im Dienst keinen Alkohol
 - raucht nicht im und unmittelbar vor dem Einsatz
 - benutzt Radio, Fernseher usw. nur, wenn es erlaubt wurde
 - benutzt das Telefon nicht für private Gespräche
 - räumt alle gebrauchten Gegenstände (Spielzeug, Geschirr, Windeln) auf
 - gibt unverzüglich Bescheid, wenn er verhindert ist
 - ist zuverlässig, pünktlich und verschwiegen gegenüber Drittpersonen
 - ist sich seiner Fähigkeiten bewusst und sagt, wenn er etwas nicht tun will (Säuglinge baden, auf sehr kleine Babys aufpassen)
- GUTE ELTERN ...**
- informieren mich über Eigenheiten und Gewohnheiten des Kindes
 - bringen mir Vertrauen entgegen
 - zeigen mir Kinderkleidung und Pflegesachen
 - geben mir ihre Telefonnummer
 - stellen Getränke bereit, bei einem Einsatz über vier Stunden auch einen kleinen Imbiss
 - tragen mir keine Arbeiten auf, die über meine Kompetenzen hinausgehen
 - geben mir einen Wohnungsschlüssel
 - kommen zur angegebenen Zeit nach Hause oder benachrichtigen mich sofort, wenn sie verspätet heimkommen
 - sorgen in der Nacht für Begleitung nach Hause oder zahlen ein Taxi
 - bezahlen mir die vereinbarte Aufwandsentschädigung

KLEINE CHECKLISTE FÜR BABYSITTER:

- ★ **Haus/Wohnung:** Wo ist der Wohnungsschlüssel?
Wie ist das Garten-, wie das Garagentor zu schließen?
Wie bedient man den automatischen Türöffner? Gibt es besondere Vorrichtungen an Fenstern, z. B. Patentverschlüsse, Jalousien? Wo ist der Sicherungskasten (Ersatzbirnen), wie funktioniert die Heizung?
- ★ **Telefon:** Notizblock und Bleistift, um Anrufe und Adressen zu notieren
Telefonnummer der Eltern (ständige Erreichbarkeit)
Nummern von Polizei, Feuerwehr, Notarzt, Hausarzt, Kinderarzt und nächster Apotheke
- ★ **Küche:** Breischüssel, Löffel, Lätzchen, Flaschen, Schnuller, Sicherheit (zugängliche Waschmittel, Medikamente ...)
Essen: Essenszeiten, Vorlieben und Abneigungen, Lebensmittelunverträglichkeiten
- ★ **Bad:** Babywanne, Seife, Waschlappen, Badetuch, Babyöl
- ★ **Kinderzimmer:** Kleidung zum Umziehen: Söckchen, Strumpfhosen, Unterwäsche, Oberteile, Windeln
- ★ **Draußen:** Kleidung und Schuhe für draußen, z. B. für Sandkiste, Schwimmbecken. Darf das Kind draußen spielen? Wenn ja, wie lange?

- ★ **Gefahren:** Ungesicherte Steckdosen, steile Stufen, ungesicherte Balkongeländer, scharfe Putzmittel ...
Notrufnummern: 122 (Feuerwehr), 133 (Polizei), 144 (Rettung), 112 (Euronotruf)





ENTWICKLUNG IM ERSTEN LEBENSJAHR

	KÖRPERBEHERRSCHUNG	SPRACHE & SINNE	SOZIALVERHALTEN
1. Monat	<ul style="list-style-type: none"> Arme und Beine sind meistens angezogen In der Bauchlage dreht das Baby den Kopf meist zur Seite Wird es hochgehoben, kann es den Kopf noch nicht alleine halten Baby kann durch den Krabbelreflex von Bett oder Wickelkommode fallen – nie unbeaufsichtigt lassen! 	<ul style="list-style-type: none"> Reagiert auf Stimmen, Geräusche Schreit und weint, wenn es sich nicht wohlfühlt Baby erschrickt bei grellem Licht und lauten Geräuschen 	<ul style="list-style-type: none"> Körperkontakt wirkt beruhigend auf das Baby Betrachtet interessiert Gesichter Zorn, Schmerz, Enttäuschung, Angst, aber auch Hunger werden durch Weinen ausgedrückt
2.–4. Monat	<ul style="list-style-type: none"> Baby kann nun den Kopf heben und in der Mitte aufrecht halten Baby öffnet Hände, spielt gerne mit den Fingern Greift nach Dingen, die man ihm reicht 	<ul style="list-style-type: none"> Baby dreht den Kopf in die Richtung von interessanten Dingen und Geräuschen Baby beginnt zu lallen und steckt alles in den Mund – keine verschluckbaren Kleinteile in Reichweite lassen! 	<ul style="list-style-type: none"> Baby lächelt bewusst Reagiert positiv auf freundliches Ansprechen Später beginnt es richtig zu lachen Reagiert enttäuscht auf Kontaktabbruch
4.–6. Monat	<ul style="list-style-type: none"> Baby kann sich in Bauchlage mit Händen aufstützen Es kann sich vom Bauch auf den Rücken drehen und umgekehrt Da sich das Baby ca. ab dem 5. Monat drehen kann, darf es niemals unbeaufsichtigt liegen gelassen werden! Baby versucht sich aus Rückenlage zum Sitzen aufzurichten Baby kann einige Minuten sitzen, doch braucht es dazu Hilfe und etwas zum Anhalten Baby kann Gegenstände anfassen und wieder loslassen Es kann die Hand zu einer Faust ballen 	<ul style="list-style-type: none"> Dinge werden noch immer in den Mund gesteckt, jedoch prüft das Baby nun den Gegenstand genauer Lallt, gurr und wiederholt Silben 	<ul style="list-style-type: none"> Baby möchte Zuneigung und Zuwendung und kann nach dem Kontakt mit vertrauten Personen verlangen Bekommt das Baby die geforderte Zuwendung nicht, drückt es seinen Unmut durch Weinen aus
6.–8. Monat	<ul style="list-style-type: none"> Baby kann sich zum Sitzen aufrichten Es kann nun ohne Unterstützung sitzen Auch Babys, die schon alleine sitzen können, sollten immer rundherum mit Polstern geschützt werden, da sie noch leicht umkippen! Baby fängt zu robben an Baby dreht sich, um ein gewünschtes Ding zu erreichen, und greift nach Dingen außerhalb seiner Reichweite Es kann zwei Dinge aneinanderschlagen 	<ul style="list-style-type: none"> Baby kann zwischen verschiedenen Spielsachen wählen Wenn Dinge auf den Boden fallen, sucht es sie Auf Musik und besondere Laute (z. B. Ticken der Uhr) reagiert das Baby deutlich Entwickelt neue Lautgebilde und wiederholt seine eigenen Laute 	<ul style="list-style-type: none"> Baby reagiert nun deutlich positiv auf vertraute Personen Es findet sein Spiegelbild interessant Es ist manchen Fremden gegenüber scheu und ängstlich (Fremdeln/Achtmonatsangst)
8.–10. Monat	<ul style="list-style-type: none"> Baby beginnt zu krabbeln Es kann sich an Gegenständen hochziehen und sitzt sicher im Sessel. Achte besonders auf leichte Dinge (Lampen, Stühle ...), die schnell umkippen können, wenn sich das Kind daran hochziehen möchte! Für ein krabbelndes Baby sind Treppen gefährlich! Baby kann mit Zeigefinger und Daumen greifen Es greift auch nach kleinen Bröseln 	<ul style="list-style-type: none"> Baby wirft Gegenstände auf den Boden Es hat Spaß daran, Lärm und Geräusche zu erzeugen Baby kann vorgespochene Laute nachahmen Es versteht einzelne Aufforderungen und macht entsprechende Gesten dazu 	<ul style="list-style-type: none"> Baby hört auf seinen Namen und versteht den Sinn bestimmter Redewendungen
10.–12. Monat	<ul style="list-style-type: none"> Baby kann schon ziemlich flott krabbeln Geht, wenn man es hält oder es sich anhalten kann, möglicherweise schon ein paar Schritte Manchmal versucht es schon freie Schritte Kann mit beiden Händen einen größeren Gegenstand ergreifen und aufheben Begreift und erforscht Gegenstände mit den Fingern (z. B. versucht es, Schachteln zu öffnen) Vorsicht bei herunterhängenden oder über die Kante ragenden Gegenständen (Tischtücher) 	<ul style="list-style-type: none"> Baby sucht gerne nach Spielzeug, das man vor seinen Augen versteckt Wenn man Gegenstände nennt (z. B. die Uhr an der Wand), sucht es diese mit den Augen Es spricht erste „Wörter“, das heißt, erste Silben werden erkennbar und pausenlos wiederholt 	<ul style="list-style-type: none"> Baby reagiert auf Lob und versteht ein „Nein“ Verbote kann es sich aber noch nicht merken Es will gerne Bilderbücher „lesen“ und bei allem hautnah dabei sein

Aus: www.babyratgeber.at

BABYFIT 17





dass es ihm bei dir gut geht und es sich auch ohne seine Eltern sicher und geborgen fühlen kann – vor allem, wenn du schon mit einem Spiel als Ablenkung auf das Kind wartest.

SAUBER WERDEN – DAS HAT ZEIT

Mit ca. zweieinhalb Jahren kann das Kind tagsüber auf die Windel verzichten. Manchmal braucht es nachts noch eine Windel. So wie jedes Kind Zeit braucht, um laufen und sprechen zu lernen, benötigt jedes auch seine eigene Zeitspanne, um sauber zu werden.

Auch wenn das Kind schon aufs Töpfchen gehen kann, vergessen viele Kinder darauf, wenn sie gerade in ein Spiel vertieft sind. Falls einmal ein „Malheur“ passiert, mach kein Problem daraus, mach ihm nicht einmal einen Vorwurf. Meist ist es deinem Schützling selbst peinlich, dass ihm etwas „Babyhaftes“ passiert ist.

Wenn das Kind auch schon alleine auf dem Töpfchen sitzen kann, bleib dennoch in der Nähe und hilf beim Aus- und Anziehen. Manche Kinder wollen kein Töpfchen, sie wollen dieselbe Toilette benutzen wie die Erwachsenen. Mit Unterstützung oder einem speziellen WC-Brillenaufsatz klappt das!



ENTWICKLUNG IM ZWEITEN UND DRITTEN LEBENSJAHR

13.–15. Monat	<ul style="list-style-type: none"> Das Kind kann frei stehen und bewegt sich evtl. schon einige Schritte vorwärts. Das Kind arbeitet nun mit beiden Händen gleichzeitig. Mit einem dicken Stift kritzelt das Kind.
15.–18. Monat	<ul style="list-style-type: none"> Das Kind kann laufen. Es freut sich über alles Neue, was es lernt. Es hilft gerne bei der Hausarbeit und bei seiner eigenen Körperpflege (möchte sich alleine die Haare kämmen). Es versteht einfache Sätze, die du zu ihm sagst, jedoch noch nicht alle Wörter.
18. Monat	<ul style="list-style-type: none"> Die Türme, die das Kind mit Bausteinen baut, werden immer höher. Das Kind kann alleine mit einem Löffel essen. Beim Vorlesen und Zeigen eines Bilderbuches erkennt es die einzelnen Gegenstände und benennt diese auch. Es kennt seine Körperteile: Das Kind ist in der Lage, auf seine Nase zu zeigen, wenn man es danach fragt.
19.–24. Monat	<ul style="list-style-type: none"> Das Kind kann Treppen steigen. Höchste Vorsicht für den Babysitter ist geboten! Das Kind versucht die Aufmerksamkeit seiner Bezugspersonen auf sich zu lenken und zeigt Dinge her, die es interessieren. Das Kind versteht einfache Fragen wie „Wo ist die Puppe?“. Es kann Türen oder Deckel von Dosen öffnen. Es kann schon gut das Gleichgewicht halten und sich um einen Gegenstand bücken.
2 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> Das Kind kann nun einen Ball mit dem Fuß wegschießen. Es kann sich selbstständig Socken und Schuhe anziehen. Es wird höchstwahrscheinlich die ganze Zeit plaudern, weil es Spaß daran hat. Es malt gerne mit Stiften.
2 1/2 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> Das Kind kann nun hüpfen, springen und auf niedrigen Gegenständen balancieren. Die Bauten mit den Bausteinen werden immer höher und nehmen schon Gestalt an. Große Knöpfe kann das Kind alleine zumachen. Beim Tischdecken kann es schon mithelfen. Das Kind weiß seinen Vor- und Zunamen. Mit einem Stift zeichnet es waagrechte und senkrechte Linien. Das Kind weiß genau, was es darf und was nicht. Es probiert dennoch alles aus, lotet seine Grenzen aus. Das Wort „Nein“ ist in dieser Phase besonders wichtig (vom Kind ausgesprochen, nicht von den Eltern!).
3 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> Das Kind kann sich nun alleine an- und ausziehen. Es malt mit Buntstiften Bilder an und kann auch schon mit einer Schere umgehen (unbedingt Kinderschere verwenden!). Das Kind spielt jetzt mehr mit anderen Kindern (die „egozentrische Phase“, in der das Kind noch nicht mit anderen Kindern, sondern lieber alleine spielen will, ist vorbei). Einfache Reime, die es schon gelernt hat, gibt es gerne wieder. Das Kind verwendet eine differenziertere Sprache: ganze Sätze, „Warum“-Fragen.



Aus: Günster 2000, S. 94 ff.

BABYFIT 19



KAPITEL 2

ENTWICKLUNG 3–6 JAHRE

Leben in der Gruppe.



Ab dem vollendeten dritten Lebensjahr gehen die meisten Kinder in den Kindergarten. Sie verbringen nun viel Zeit in einer Gruppe, in der sie auch lernen, sich ein- und unterzuordnen, mit anderen Kindern und vor allem mit „neuen“ erwachsenen Bezugspersonen auszukommen. Das Kind erfährt sich nun selbst als „Ich“, als eine eigenständige Persönlichkeit. Sätze wie „Ich will!“ oder „Ich will nicht!“ stehen auf der Tagesordnung und sind oft von starken Wutausbrüchen begleitet. Bleib in solchen Momenten ruhig und gib dem Kind Zeit, sich zu beruhigen. Es bringt dich nicht weiter, wenn du gegen die augenblicklichen Gefühle des Kindes ankämpfst. Meist ist es damit selbst überfordert. Dafür hilft Ablenken – bring das Kind auf andere Gedanken, hilf ihm aus der Zornfalle.

22 BABYFIT



WARUM?

Im vierten Lebensjahr beginnt auch die Phase der „Warum“-Fragen. Das Kind ist nun mehr an seiner Umwelt interessiert und verfügt außerdem über einen entsprechenden Wortschatz, um seine Fragen ausdrücken zu können.

Das Kind erwartet von dir Antworten. Gib sie ihm – ohne dabei allzu „wissenschaftlich“ zu werden. Versuch die Fragen einfach und klar zu beantworten, sodass das Kind die Erläuterungen auch verstehen kann. Falls du eine Frage nicht beantworten kannst, ist das überhaupt kein Problem. Wichtig ist, dass du ehrlich zu dem Kind bist und zugibst, wenn du keine richtige Antwort parat hast. So kannst du sagen, dass du dich bis zu eurem nächsten Treffen informieren und dem Kind dann die Antwort geben wirst. Vergiss aber nicht, dein Versprechen einzuhalten.

FANTASIESPIELE

Mit ca. vier Jahren beleben die Kinder alle Dinge gerne mit Fantasie. Gegenstände und Spielsachen werden mit menschlichen Eigenschaften versehen, Puppen leben, sprechen und haben Gefühle. Doch wenn das Kind in seinen Fantasiespielen nicht unterstützt wird, kann diese Fähigkeit verloren gehen. Deshalb sollten sich Eltern und Babysitter unbedingt auf diese speziellen Kinderspiele einlassen. Auch das gemeinsame Lesen von Büchern, wobei die Bilder nun weniger, die Wörter jedoch mehr werden sollten, regt die Vorstellungskraft des Kindes an. Geschichten, die du gemeinsam mit dem Kind erfindest, bereiten deinem Schützling in dieser Zeit besonders viel Spaß.

LINK: www.kinder.de/Phantasie.1345.0.html

4. Lebensjahr	<ul style="list-style-type: none"> ● zunehmendes Ich-Bewusstsein ● steigender Wortschatz, viele Warum-Fragen ● hat Spaß an Reimen, Versen und Wortspielen ● „belebt“ in der Fantasie Dinge und Naturereignisse ● beginnt Stifte korrekt zu halten und mit der Schere zu schneiden ● knetet und formt Gegenstände ● versucht Rhythmen nachzuklatschen ● kann Bewegungen miteinander kombinieren (laufen und werfen) ● ordnet sich in Kleingruppen ein ● organisiert selbst Spielabläufe und Rollenverteilung
5. Lebensjahr	<ul style="list-style-type: none"> ● ist tagsüber und nachts sauber ● kann sich selbstständig an- und ausziehen ● beschreibt Bilderserien und kann Vergangenes wiedergeben ● singt Kinderlieder ● zeichnet Gegenstände mit wenigen Einzelheiten ● stellt Menschen als Kopfüßler dar ● nutzt Messer und Gabel, wird immer geschickter mit der Schere ● übernimmt Arbeiten in der Gemeinschaft (Tisch decken) ● kann frei treppauf und treppab mit Fußwechsel gehen ● beginnt Rad zu fahren
6. Lebensjahr	<ul style="list-style-type: none"> ● weitgehende Beherrschung der muttersprachlichen Grammatik ● Wortschatz etwa 1500 bis 2500 Wörter ● kategorisiert Begriffe (Obst, Haushaltsgeräte etc.) ● zeichnet realitätsnahe Menschen ● kann Muster und Formen nachzeichnen und ausschneiden ● unterscheidet Eigen- und Fremdbesitz ● wird unabhängiger von der Bezugsperson ● Gleichaltrige werden immer wichtiger ● Regelspiele (Brettspiele) werden interessanter



BABYFIT 23



KAPITEL 3

SPIELEN



Fordern und fördern –
wie Kinder spielend lernen.

Warum ist Spielen so wichtig? Spielen heißt lernen! Von Anfang an setzt sich das Kind im Spiel mit seiner Umwelt auseinander. Spielend lernt das Kind, mit anderen Dingen umzugehen und auf seine Mitspieler zu achten. So trägt das Spiel zur Förderung der kindlichen Entwicklung bei. Spielen fordert und fördert die Fantasie, die Motorik und die sozialen, emotionalen und kognitiven Fähigkeiten. Doch nicht jedes Spiel erfüllt diese Anforderungen.



TIPPS ZUM SPIELEN MIT KLEINKINDERN

- ★ eine angenehme Spielatmosphäre mit ausreichend Platz schaffen
- ★ das Ende des Spiels nicht abrupt, sondern zeitgerecht ankündigen, damit das Kind sich darauf einstellen kann
- ★ Kind nicht ständig belehren oder ausbessern, das frustriert es und die Lust am Spiel geht verloren
- ★ Zeichnungen, Sandgebilde usw. des Kindes niemals belächeln, sondern Kinder für ihre Kunstwerke loben
- ★ Interesse am Spiel des Kindes zeigen und sich Zeit für das Spielen mit dem Kind nehmen
- ★ dem Kind Anregungen geben und Interesse an Neuem wecken (z. B. mit Stoffresten, Holz, Naturmaterialien experimentieren lassen)
- ★ dem Kind nicht zu viel Spielzeug auf einmal geben, damit seine Aufmerksamkeit nicht überfordert wird, zwischendurch wegräumen



- ★ dem Kind auch Ruhe gönnen, Zeit zum Alleinsein und zum Träumen
- ★ keinen Unterschied zwischen Buben und Mädchen machen (z. B. nicht nur Mädchen mit Puppen oder nur Buben mit Autos spielen lassen)



DAS RICHTIGE SPIELZEUG

Oft sind ganz einfache Dinge wie Sand, Wasser, Dosen das beste Spielzeug. So kann es passieren, dass das Kind mehr Gefallen am Kochtopf oder an anderen „alltäglichen“ Dingen findet als an den Bausteinen.

- 🔪🔪 Materialien zum Basteln und Erstellen von neuen Gegenständen wie Farben, Malstifte, Scheren (für kleine Kinder Kinderscheren), Knetmasse usw. sind sehr zu empfehlen.
- 🔪🔪 Das Spielzeug sollte die Neugier des Kindes wecken und sein Verständnis für die Umwelt schulen.
- 🔪🔪 Ein Kind braucht Spielzeug, an dem es seine Zärtlichkeit und Zuneigung ausdrücken kann: Schmusedecken, Stofftiere oder Puppen.
- 🔪🔪 Außerdem sollten mit dem Kind Spiele gespielt werden, die seinen Gemeinschaftssinn entwickeln helfen und fördern, wie Kasperltheater oder Gesellschaftsspiele.
- 🔪🔪 Das Kind sollte auch altersgerechte Bücher haben, die die Freude am Lesen und an der Sprache bzw. dem Sprechen wecken.
- 🔪🔪 Wichtig ist außerdem, dass das Spielzeug an den Entwicklungsstand des Kindes angepasst wird, um es nicht zu überfordern. Natürlich sollte man unbedingt die Interessen und Bedürfnisse des Kindes im Auge behalten.
- 🔪🔪 Gewaltverherrlichendes Spielzeug (Spielzeugpistolen) ist unnötig. Wenn das Kind aber solches Spielzeug hat, kannst du sagen, dass du damit nicht spielen möchtest.

LINK: www.kg-kleine-menschen.de/paedarb2.htm

DAS „ICH“ ERKENNEN

Spielen bedeutet für das Kind nicht nur Spaß, es erfährt dabei sein eigenes Ich: Es erkennt, dass es etwas erschaffen kann („Ich baue einen Turm“, „Ich male ein Bild für Mama“). Im Spiel lernt das Kind positives Sozialverhalten: Es erfährt, dass es Rücksicht auf andere nehmen muss, nicht alles in Anspruch nehmen kann, sondern teilen können muss. Spielen braucht auch Geduld: Das Kind lernt, sich auf eine Sache zu konzentrieren und geduldig zu sein, wenn nicht alles auf Anhieb klappt.



BABYFIT 29



KAPITEL 3

SPIELEN BIS 1 JAHR

Wir zwei gemeinsam!



Bernsteinketten sollten eine Sollbruchstelle haben, um Strangulationsgefahr zu vermeiden

Jedes Kind hat seine Spielgewohnheiten. Bevor du die Babyfit-Tipps ausprobierst, beobachte das Kind. Du erkennst dabei, ob es ein eher ruhiges Kind ist, das sich länger mit einem Spielzeug beschäftigt, oder ob es immer in Bewegung ist und Abwechslung braucht. Manche Kinder können lange Zeit ganz allein spielen, andere werden sich alle fünf Minuten an dich wenden. Aber vielleicht schaffst du es, auch ihre Konzentration auf ein Spiel zu lenken.



Nimm das Baby sicher in den Arm und halte es so, dass es alles sehen kann. Geh mit deinem Schützling in der Wohnung spazieren und zeig ihm seine Umgebung. Sprich dabei mit dem Baby und erkläre ihm alles, was du siehst. Auch wenn es noch nicht alles versteht, wird es ihm trotzdem riesigen Spaß machen. Auch die vielen Farben und unterschiedlichen Töne des Lichts wecken das Interesse des Kindes.



Stell dich mit dem Kind vor einen Spiegel. Du wirst sehen, dass sich das Kind genau betrachtet. Schneide auch einmal lustige Grimassen und schau, wie das Baby darauf reagiert!



Das „Guck-guck-Spiel“ ist bei jedem Kind beliebt: Versteck dein Gesicht hinter deinen Händen oder hinter einem Tuch und bring es anschließend wieder zum Vorschein.



- ★ Du kannst dem Kind etwas vorsingen oder Musik aus dem Radio vorspielen.
- ★ Ist das Baby etwas größer und kann es schon greifen, wird es Gefallen an Greifspielzeug finden. Schmus puppen, Stofftiere, Beißringe sind gefragt und wollen von dem Kind erfüllt werden.
- ★ Wenn das Baby schon krabbelt, wird es sich für einen rollenden Ball interessieren. Es wird versuchen ihn zu fangen oder selbst anzustupsen. So lernt das Kind seine Bewegungen zu kontrollieren und wird, wenn es den Ball gefangen hat, mächtig stolz sein!
- ★ Räum Spielsachen und Bausteine in eine größere Box. Das Baby wird es dir bald gleichtun und sich mit dem Ein- und Ausräumen der Spielsachen beschäftigen.
- ★ Kinder interessieren sich für Geräusche. Es macht ihnen Spaß, mit Rasseln, Musikspieldosen oder auch mit umfunktionierten Haushaltsgeräten (Plastikdose mit Löffel darin) zu spielen.
- ★ Auch wenn das Kind noch nicht lesen kann, solltest du mit ihm gemeinsam Bücher anschauen. Es wird interessiert lauschen, wenn du ihm eine Geschichte vorliest und ihm dabei die Bilder zeigst. Es lernt dabei etwas über Farben, Formen und über die Namen der Gegenstände. Vorlesen ist sehr wichtig für die Interaktion und Kommunikation mit dem Kind! Hörbücher sind zwar eine nette Alternative, sollten jedoch das Vorlesen nicht ersetzen!



 Leg das Baby auf eine Decke oder eine besonders weiche Unterlage auf den Boden und turne vorsichtig mit ihm herum: Beinchen leicht strecken und wieder sanft beugen. Anschließend machst du dasselbe mit seinen Armen.

TIPP: Lustig für das Baby ist auch dieses Fuß-Spiel:

Hallo, ihr Füße, wie heißt ihr denn?
 Ich heiße Hampel und ich heiße Strampel.
 Ich bin das Füßchen Übermut und ich das Füßchen Tunichtgut.
 Die beiden machen ständig Quatsch,
 toben, springen in den Matsch.
 Doch kommt die Mutter um die Ecke,
 laufen die beiden ganz schnell weg.
 (www.kinder-stadt.de)

 Beweg dabei die Füße des Babys erst langsam und zum Schluss schneller.



Auch Fingerspiele sind für die Kleinen eine nette Abwechslung.

Maus kauft ein
 Schau, da läuft die kleine Maus
 flink aus ihrem Mäusehaus.
 Zucker, Butter, Mehl und Eier
 kauft sie heute bei Frau Meier.
 Dann flitzt sie aus dem Laden raus
 zurück in ihr Mäusehaus.
 Wer möchte, darf sie dort besuchen,
 denn heute backt sie Zuckerkuchen.
*Mit dem Finger über Beine und Bäuchlein
 laufen, bis zum Gesicht und wieder zurück.*

Alle meine Fingerlein wollen
 heute Tiere sein.
 Und der Daumen (*anfassen*)
 ist das Schwein,
 dick und rund, so soll es sein.
 Zeigefinger ist die braune Kuh,
 die macht immer Muh, Muh, Muh.
 Mittelfinger ist das stolze Pferd,
 wird vom Reiter hoch verehrt.
 Ringfinger ist der Ziegenbock
 mit dem langen Zottelrock.
 Und das kleine Fingerlein
 soll ein braves Lämmlein sein.
 Alle Tiere laufen im Galopp,
 laufen immer hopp, hopp, hopp.

*Die Hände kriechen unter den Pulli
 oder das Hemd des Kindes und
 verstecken sich dort.*



KAPITEL 4

ERNÄHRUNG

Babys und Kleinkinder.



Als Säugling oder Baby bezeichnet man ein Kind im ersten Lebensjahr. Wenn die Mutter stillen kann, ist Muttermilch die beste Nahrung für Babys (als Ersatz gibt es industrielle Säuglingsmilch). Ein gestilltes Baby braucht außer Muttermilch nur etwas zu trinken, wenn es stark schwitzt, weil ihm heiß ist oder weil es Fieber hat. Dann ist abgekochtes Leitungswasser oder kohlenstofffreies Mineralwasser ideal.

FLÄSCHCHEN ZUBEREITEN

Halte die Dosierungsangaben auf der Verpackung des Milchpulvers ganz genau ein. Der Messlöffel muss gestrichen voll sein, nicht gehäuft! Für die Zubereitung brauchst du abgekochtes Leitungswasser. Lass das Wasser drei Minuten sprudelnd kochen, damit Krankheitserreger zerstört werden. Verschließ die Packung des Milchpulvers wieder gut.

Flaschennahrung enthält viele Nährstoffe und wird bei Temperaturen hergestellt, die für viele Mikroorganismen (z. B. Salmonellen) optimale Wachstumsbedingungen bieten. Es ist daher wichtig, dass du die Flasche immer erst dann zubereitest, wenn du sie wirklich brauchst. Reste dürfen nicht aufgewärmt und später verwendet werden.

Aber die ganze Hygiene nützt dir nichts, wenn die Flaschen und Sauger nicht gründlich gereinigt sind. Diese müssen immer sorgfältig gewaschen und anschließend ausgekocht werden.

FLASCHENNAHRUNG FÜTTERN

- ☞ Vergiss nie die Temperatur des Fläschchens mit deiner Hand zu kontrollieren, damit du dem Säugling nicht den Mund verbrühst!
- ☞ Achte auf die Saugerrichtung. Das Saugerloch befindet sich oben. Es sollte nur so groß sein, dass aus der abwärts gehaltenen Flasche ein Tropfen pro Sekunde heraustropft.
- ☞ Nimm eine angenehme Sitzhaltung ein, in der das Baby entspannt in deinen Armen liegt.
- ☞ Halt mit dem Baby Blickkontakt – es möchte Nähe spüren und Aufmerksamkeit haben.
- ☞ Halt die Flasche schräg, sodass sich Nahrung im Sauger befindet.
- ☞ Danach Bäuerchen nicht vergessen – dazu leg dir das Baby mit einem Spucktuch (z. B. Stoffwindel) auf die Schulter und klopf ihm eventuell ganz leicht (!) auf den Rücken.

BEIKOST

Ab dem Alter von fünf bis sieben Monaten können Säuglinge zusätzlich zur Muttermilch oder Säuglingsmilch Beikost bekommen. Das sind Breis, die selbst zubereitet oder fertig im Gläschen gekauft werden können.

Gläschennahrung trägt immer eine Altersangabe, z. B. „nach dem 4. Monat“. Damit ist das Ende des 4. Monats gemeint – das Gläschen ist erst für Babys ab dem 5. Monat geeignet. Es ist aber nicht so, dass Babys Gläschennahrung ab dem 5. Monat brauchen. Die WHO empfiehlt, Babys bis zum vollendeten 6. Monat ohne Beikost zu stillen, wenn es für die Mutter möglich ist. Und in Kinderkochbüchern gibt es Rezepte, wie man selbst frische Babynahrung herstellen kann.



Gegen Ende des ersten Lebensjahrs kann das Baby nach und nach an leicht kaubare Familienkost gewöhnt werden. Dabei sollte auf Salz und scharfe Gewürze verzichtet werden. Ebenso sind in diesem Alter schwer verdauliche, blähende und sehr fettreiche Lebensmittel zu vermeiden. Je älter die Kinder werden, umso mehr neue Lebensmittel lernen sie kennen, und sie entwickeln Vorlieben und Abneigungen.

ALTER/MONAT	ERNÄHRUNGSWEISE
0-4 Monate	ausschließlich Muttermilch oder Fertigmilch (Säuglingsmilch)
Ab 5.-7. Monat	Muttermilch oder Säuglingsnahrung oder -milch, zusätzlich Beikost (Brei)
Ab 10.-12. Monat	Übergang zur Familienkost

TIPPS: MIT KLEINKINDERN ESSEN

- ☞ Da kleine Kinder noch sehr geringe Energiespeicher haben, benötigen sie öfter kleine Mahlzeiten.
- ☞ Das Kind nie zum Essen zwingen.
- ☞ Den Löffel niemals dem Kind in den Mund zwingen, wenn es ihn nicht freiwillig aufmacht.
- ☞ Ablenkungen wie Spielzeug außer Sichtweite räumen.
- ☞ Nicht nebenbei füttern (z. B. neben dem Fernsehen ...), sondern am besten am gemeinsamen Familientisch.
- ☞ Das Esstempo beachten und den Löffel erst dann wieder anbieten, wenn der letzte Bissen hinuntergeschluckt wurde.

BABYFIT 41

VERSUCH DAS DURSTIGE PULVER

INFORMATION

Mit Wasser hat dieses Experiment auch zu tun, der eigentliche Star des Versuchs ist aber ein Pulver, das in Babywindeln enthalten ist.

Warum wird ein Babypopo kaum nass, auch wenn das Baby die Windel intensiv benützt? Sind es die Stofffasern in der Windel, die die Flüssigkeit aufsaugen? Du wirst in diesem Experiment die Antwort darauf finden.

WAS DU BRAUCHEN WIRST

- ☑ 1 großes Plastiksackerl
- ☑ 1 Babywindel
- ☑ 1 Schere
- ☑ 1 Plastikbecher (1/4 l)
- ☑ 1 Messbecher mit Skala



WAS DU MACHEN SOLLST

- ▶ Dreh eine Windel von innen nach außen. Reiß oder schneide sie seitlich auf.
- ▶ Gib die Windel in das Plastiksackerl und schüttele es heftig. Greif mit der Hand hinein und knete die Windel richtig durch. Dabei wirst du Pulverkörner spüren.
- ▶ Wenn du jetzt das Plastiksackerl so hältst, dass eine Ecke unten ist, sollte sich in dieser Ecke ein weißes Pulver gesammelt haben.
- ▶ Entferne die Windel (Restmüll) und gib das Pulver in den Plastikbecher.
- ▶ Gib nun 30 ml Wasser dazu, warte kurz und drehe dann den Becher um.
- ▶ Gib so lange 30-ml-Portionen Wasser dazu (dazwischen immer warten), bis der Becher voll ist.

TIPP

Im Sackerl sollte sich mindestens ein Löffel voll Superabsorber gesammelt haben. Becherinhalt nach dem Versuch in den Restmüll leeren (auf keinen Fall im Abfluss entsorgen)!

WAS DU BEOBACHTET UND GELERNT HAST

Beim Umdrehen bleibt die Masse _____.

Die Masse fühlt sich beim Berühren nahezu _____ an.

Das weiße Pulver saugt fast _____ auf.

Das Pulver heißt Superabsorber. Es kann ein Vielfaches an _____.

Hintergrundinfo

1 g Superabsorber kann bis zu 1 l Wasser aufnehmen.
Bei Urin ist es etwas weniger, da in diesem Salze gelöst sind.

**Möglicher Zusatzversuch**

Man gibt zu der festen Masse aus Superabsorber und Wasser etwas Kochsalz.
Sie sollte sich dann wieder verflüssigen.

**Mögliche Weiterführung**

Verschiedene Windelmarken und -größen vergleichen:
Wie viel Flüssigkeit können sie aufnehmen?

Hier steht die Lösung

WAS DU BEOBACHTET UND GELERNT HAST

Beim Umdrehen bleibt die Masse im Becher.

Die Masse fühlt sich beim Berühren nahezu trocken an.

Das weiße Pulver saugt fast den ganzen Becher voll Wasser auf.

Das Pulver heißt Superabsorber. Es kann ein Vielfaches an Wasser auffangen.