



Wichtige Informationen rund um das Thema

## Bewegt die Welt erobern

### **BAMBINI mini und BAMBINI maxi – Bewegt in die Zukunft**

Das kostenfreie Kindergartenprojekt für alle Münchner Kindergärten vermittelt Kindern Bewegungskompetenzen für ein sicheres und verantwortungsvolles Unterwegssein mit Rücksichtnahme auf andere und auf die Umwelt. Sie als Eltern haben die Möglichkeit, im Rahmen des Projekts mehr über die Bedeutung von Bewegung für Kinder, Verkehrserziehung und Umweltbildung zu erfahren. Durchgeführt wird das BAMBINI-Projekt von Ökoprojekt MobilSpiel e.V. im Auftrag des Kreisverwaltungsreferates der Landeshauptstadt München. Es ist Teil des städtischen Programms "Gscheid mobil". Das Projekt wurde angesichts des steigenden Verkehrsaufkommens in der Stadt und den damit einhergehenden Auswirkungen auf die Umwelt und die Gesundheit ihrer Bürger ins Leben gerufen. Vielleicht führt ja Ihr Kindergarten dieses Projekt bereits durch? Fragen Sie doch einmal nach. Wenn nicht, dann können Sie das Projekt im Kindergarten Ihres Nachwuchses vorschlagen.

Weitere Informationen und Anmelde-möglichkeiten zum Projekt „BAMBINI – Bewegt in die Zukunft“ gibt es bei:

**Ökoprojekt MobilSpiel e.V.**  
**Welserstraße 23**  
**81373 München**  
**Tel.: 089/7696025**  
**oekoprojekt@mobilspiel.de**  
**www.oekoprojekt-mobilspiel.de**

**Mobilitätsmanagementprogramm**  
**"Gscheid mobil" des**  
**Kreisverwaltungsreferates**  
**Bianca Kaczor und Eva Hein**  
**mobil.kvr@muenchen.de**

Herausgeberin: Landeshauptstadt München  
Kreisverwaltungsreferat (KVR)  
Ruppertstr. 19  
80466 München

Stand: April 2017

Gedruckt auf Recyclingpapier aus 100% Altpapier.



# Bewegt die Welt erobern

Kinder können den ganzen Tag klettern, wippen, springen, rennen, balancieren und sind abends scheinbar nicht mal halb so müde wie wir Erwachsenen. Dabei toben sie sich nicht nur aus, sondern lernen viel über die sie umgebende Welt mit ihren Regeln und Zusammenhängen. Kinder brauchen vielfältige und täglich wiederkehrende Möglichkeiten, die Geschicklichkeit und Beweglichkeit ihres Körpers zu trainieren. Dabei testen sie ihre eigenen Grenzen aus, was zu einer gesunden körperlichen und geistigen Entwicklung beiträgt. Wenn Kinder schwierige Herausforderungen, wie zum Beispiel auf einem Baumstamm bis zum Ende balancieren, selbstständig bewältigen, vermittelt ihnen das Erfolgserlebnisse und Selbstvertrauen.



Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang, den Sie als Eltern nutzen können und sollten, um Ihrem Kind ein bewegtes Leben und Lernen zu ermöglichen. Das Schöne ist, dass es dazu schon im Alltag umfangreiche Möglichkeiten gibt. Durch mehr Platz im Kinderzimmer und die Bereitstellung von Materialien wie zum Beispiel Springseile, Kartons, Matten oder Schaumstoffteile, regen Sie Bewegung an. Schaffen Sie mit Geräten wie Stelzen, Bällen oder einem Roller Anregungen für Ihr Kind, draußen zu spielen und sich gerne im Freien zu bewegen. Mit der richtigen Kleidung muss dabei auch vor Regenwetter nicht halt gemacht werden. Der Fernseher kann dann getrost ausgeschaltet bleiben. Und sicherlich haben Sie es auch schon einmal bemerkt,

dass quengelnde Kinder durch Bewegung, vor allem in der Natur, wieder ausgeglichen und zufrieden werden.

## Lassen Sie sich anstecken!

Sie als Eltern sind für Ihr Kind ein wichtiges Vorbild. Überlegen Sie doch einmal, wie Ihre Alltagsgewohnheiten aussehen. Spielt dabei Bewegung eine Rolle? Wo, wann und wie bewegen Sie sich? Lassen Sie sich von dem Bewegungsdrang Ihrer Kinder anstecken und mitreißen! Schon der tägliche Kindergartenweg bietet zahlreiche Möglichkeiten für sehr unterschiedliche Bewegungserfahrungen. Da lohnt es sich auch mal zu Fuß zu gehen. Sie werden sehen, Kinder bewegen sich

nicht einfach nur von einem Ort zum anderen, sondern sie erleben und entdecken auf ihren Wegen die nahe Umwelt. Wege zu Fuß sind für Kinder ein Stück spannende Lebenszeit. Mit dem Zulußgehen lernt Ihr Kind die Verbindung zweier Orte begreifen und entwickelt eine „innere Landkarte“ von seinem Wohnumfeld. Und ganz nebenbei tun Sie etwas für Ihre eigene Gesundheit und stärken Ihre Abwehrkräfte, wenn Sie sich an der frischen Luft bewegen. Das regelmäßige Zurücklegen gemeinsamer Wege kann auch ein schönes Ritual werden.

## Spannende Lebenszeit

Bauen Sie in die täglichen Wege kleine Aufgaben, wie das Entdecken von bekannten Schildern oder Zahlen mit ein, sammeln Sie Fundstücke oder verwandeln Sie sich in verschiedene Tiere, die sich unterschiedlich bewegen. Ihrem Kind mangelt es dabei sicherlich nicht an Phantasie.

Gerade die Kindergartenzeit ist ein idealer Zeitraum, um das gesunde Verhalten von Kindern positiv zu beeinflussen. Die Kinder sind in diesem Alter sehr offen, neugierig, wissbegierig und lernbereit. Helfen Sie Ihrem Kind dabei, die Freude an der Bewegung und dem Laufen zu erhalten und auszubauen.

## Der Wilde Hengst auf der Fahrbahn

Aber natürlich sind Kinder mit drei Jahren nicht nur zu Fuß unterwegs, sondern auch mit dem Laufrad, Roller und eventuell auch schon mit einem Fahrrad. Für sie ist die Verkehrsteilnahme noch ein Spiel. Sie hat noch nichts mit einem verantwortungsvollen und bewussten Bewegen im Verkehr zu tun. Da wird der Roller schnell zum wilden Hengst, der auch vor der Straße nicht Halt macht.

Nur wenn ein Kind aktiv und regelmäßig unterwegs ist, lernt es seine eigenen Möglichkeiten und Grenzen zu erfahren sowie Situationen und Gefahren im Straßenverkehr einzuschätzen.

Indem Sie mit Ihrem Kind alltägliche Wege zu Fuß, mit einem Laufrad, Roller oder Fahrrad zurücklegen, unterstützen Sie es dabei, für den Verkehr fit zu werden. Mittels einfacher und überschaubarer Verkehrsaufgaben, zum Beispiel auf die Farben an der Ampel achten oder an einem bestimmten Punkt stehen bleiben, lassen sich dabei wichtige Grundfertigkeiten einüben. Bestimmte Fähigkeiten für eine sichere Verkehrsteilnahme, wie das zuverlässige Richtungshören und das Einschätzen von Geschwindigkeiten, erlangen Kinder erst in einem späteren Entwicklungszeitraum. Lassen Sie Ihrem Kind also Zeit und überfordern und überschätzen sie es nicht. Vielfältige Bewegungskompetenzen sind in diesem Alter die Grundvoraussetzung für alles Weitere!

Freude an Bewegung und die Förderung von grundlegenden Bewegungskompetenzen ist das Ziel des städtischen Projektes „BAMBINI mini und BAMBINI maxi – Bewegt in die Zukunft“, das an Münchener Kindergärten angeboten wird.

