

## Spielerischer Erwerb wichtiger Lebenskompetenzen im Alter von 5 bis 8 Jahren



Text: SUSANNE STÖCKLIN-MEIER

**F**ür mich entwickeln Kinder spielerisch zwischen 5 und 8 Jahren folgende, wichtige Lebenskompetenzen: lebensbejahendes Selbstwertgefühl, ein stabiles Ich-Bewusstsein, Sprachfreude, Lesekompetenz, Selbständigkeit, Mut, Humor, Empathie, Verlässlichkeit, Ausdauer, Achtsamkeit, Experimentierfreude, Fantasie und das Spielen allein, zu zweit und in der Gruppe. Nachfolgend ein kleiner Spielüberblick, der diese Aspekte fördert.

### Kinder lieben Wiederholungen und Rituale

Ihre Welt ist das Spiel und beim Spiel sind Wiederholungen und Spielregeln etwas ganz Selbstverständliches. Regelmässig

wiederkehrende Rituale strukturieren den Alltag, die Wochentage und Feste im Jahreslauf. Da wir in einer unruhigen Zeit leben, schätzen Kinder diese kleinen Fixpunkte. Rituale regeln das soziale Miteinander, stärken die Verlässlichkeit, geben Halt und erleichtern den Tagesablauf mit Ritualen wie: Tagesbeginn, Gutenacht-Ritual, Essen und Tischsitten, Aufräumen, Begrüssen, Abschiednehmen, Gewinnen und Verlieren, Streiten und sich Versöhnen. Den Jahreslauf prägen die Jahreszeiten und die wiederkehrenden Feste wie: Geburtstage, Fasnacht, Ostern, Sommerfest, Erntedankfest, St. Nikolaus, Weihnachten.

### Das goldene Zeitalter der Spielverse

Zwischen vier und acht Jahren ist für Kinder das goldene Zeitalter der traditionellen

Spielverse, Reime und kleinen Gedichte. Kinder sind vom rhythmischen Singsang der Reime fasziniert, wiederholen Silben und sprechen die Verse nach. Wenn diese zum Spielen, Bewegen, Lachen und Nachahmen animieren, lösen sie eine freudige Lust auf Wiederholung aus. Die erlebte Sprachfreude weckt im Kind das Bedürfnis, mit Wörtern schöpferisch umzugehen. Sie fördert die Fantasie, die inneren Bilder und das Fabulieren, genauso so wie die Feinmotorik, die Augenhand-Koordination und das Gedächtnis.

## Ein gesundes Kind bewegt sich gerne und viel



Es läuft, hüpf, springt, balanciert und klettert, wann immer es dazu Gelegenheit hat. Es braucht draussen Platz zum Spielen, Sand, Wasser, Wiese, Wald, Schnee und Eis. Bewegungsspiele helfen ihm, seinen

Antriebsüberschuss auszuleben und alle Muskeln von Kopf bis Fuss zu trainieren. Auf dem Fahrrad oder mit Rollschuhen kann es Geschwindigkeit und Wendigkeit genießen. Ballspiele, Wurfspiele, das Laufen auf Stelzen oder Einradfahren fördern die Geschicklichkeit. Bewegungsspiele lassen das Kind seinen eigenen Körper bewusster erleben und fördern das innere und äussere Gleichgewicht. Turnen und Rhythmik ist im Kindergarten und der Schule wichtig, weil viele Kinder zu Hause unter Platznot und Bewegungsmangel leiden.

## Naturspielzeug

Die Natur bietet eine Fülle von Spielmaterial an: Blüten, Blätter, Gräser, Samen, Früchte, Zweige, Rinden oder Wurzeln. Naturmaterial zum Spielen fasziniert Kinder. Sie lernen Blumen, Gräser, Sträucher und Bäume kennen und erfahren viel über die Entwicklung der Pflanzen im Jahreslauf. Die jahreszeitlich bedingten Spiele helfen ihnen, den natürlichen Rhythmus der Pflanzenwelt zu beobachten. Sie lernen dabei wie die Pflanzen heissen, wo sie wachsen, wann sie blühen, was für Früchte und Samen sie tragen und ob sie giftig sind oder nicht. Durch das Sammeln und Vergleichen von Formen und Farben, das Erasten und Fühlen der verschiedenen Strukturen von Naturmaterial, entsteht Staunen, Wissen, und Spiel. Dabei entwickeln die Kinder eine achtsame Beziehung zur Natur, die ihnen hilft, zur Natur Sorge zu tragen.



## Sinnvolle Kreisspiele



Kinder lieben Musik, Tanz und Rhythmus. Manche Kreisspiele sind echte Ohrwürmer, die einen Wiederholungsdrang auslösen. Die Kinder

wollen sie immer wieder singen und spielen. Das Tanzen in der Gruppe macht ihnen Spass. Sie haben Freude an der Bewegung und dem Gruppengefühl. Indem das Kind im Kreis spielt, erlebt es die Kreisgestalt; für das spielende Kind bilden Tun und Erleben ein Ganzes. Im Kreis mitmachen bedeutet nicht nur, aufgenommen sein in eine beliebige Gruppierung; denn hier ist nicht einer an der Spitze, und keiner ist stets der Letzte, sondern jeder kann Anfang sein und Ende und ist bald das eine und bald das andere. Der Kreis ist Symbol dafür, dass Anfang und Ende zusammengehören und an jedem Punkt möglich sind; er ist auch Symbol dafür, dass Dynamik und Ordnung gleichzeitig sich nur verwirklichen lassen, weil es im Kreis eine ruhende Mitte gibt.

## Papierfalten

Falten fördert das mathematische Denken und das Erkennen von geometrischen Formen wie: Rechteck, Quadrat, Dreieck oder Kreis. Kinder entdecken Muster, Zahlen und Mengen. Falten unterstützt das Verständnis von Regelmäßigkeiten und die dreidimensionale, räumliche Wahrnehmung. Wer die konkrete Umsetzung erlebt, kann später abstrakte Rechenvorgänge viel leichter nachvollziehen.

## Kreisel und Jo-Jo

Dies sind zwei alte, heute wieder weit verbreitete Geschicklichkeitsspiele. Es scheinen sehr einfache Spielsachen zu sein. Doch die Handhabung des Kreisels zum

Beispiel erfordert eine äusserst schwierige und präzise Handbewegung. Die motorische Geschicklichkeit und die notwendige dosierte Kraft haben meist erst Schulkinder.

## Rollenspiele – »Tun als ob«

Rollenspiel ist über Jahre eine sehr beliebte Beschäftigung der Kinder. Die Kinder spielen, was sie täglich erleben. Sie ahmen ihre Umgebung nach und »tun als ob«! Dabei üben sie soziales Verhalten, Gespräche führen, Gefühle zeigen. Durch verschiedene Rollen lernen sie unterschiedliche Stand-



punkte kennen. Ausser Umwelterlebnissen spielen Kinder auch gerne phantastische Geschichten von Hexen, Zwergen, Königen, Gespenstern, Rittern, Robotern und Marsmenschen. Sie spielen Märchen und Bilderbuch-Erzählungen nach.

## Denk- und Geschicklichkeitsspiele

Es gibt eine riesige Auswahl von Spielsachen, die nicht nur – aber auch – der Unterhaltung dienen. Darüber hinaus sind sie geeignet, die Beobachtungsgabe zu schärfen, das Reaktionsvermögen zu üben, die Geschicklichkeit zu verbessern und das Denken anzuregen. Knobeln und Pröbeln macht vor allem Schulkindern Spass und fördert das Konfliktlösungspotenzial!

## Vom Bilderbuch zur Leseratte

Bilderbücher fördern das Denken, Sprechen und das Verständnis für die Bildersprache. Ausser realen Umwelterzählungen

bringen sie Phantasiegeschichten und Märchen in die Vorstellungswelt der Kinder. Das gemeinsame Betrachten und Erzählen von Bilderbüchern baut eine Brücken zum Buch – zum späteren selber lesen. So werden aus Bilderbuchbetrachtern Leseratten.

## Warum Kinder Märchen brauchen

Märchen geben Mut und Hoffnung, weil meist der Kleine und Schwache am Schluss siegt. Sie vermitteln ein kindgerechtes Wertebild. Gut und Böse sind klar definiert. Der Held oder die Heldin müssen gefährliche Situationen meistern. Aber sie finden im Märchen immer die Kraft, grosse Herausforderungen und Probleme am Schluss zu



lösen. Kinder identifizieren sich mit »ihren Helden«, die Einfühlungsvermögen, Klugheit und Mut vorleben. Kinder können sich Werte besser merken, wenn sie diese als Gegensatzpaare erleben wie: Gut und Böse, falsch und richtig, Wahrheit und Lüge, zärtlich und grob, schimpfen und loben, streiten und sich versöhnen. Im Rollenspiel können Kinder diese unterschiedlichen Werte und Gefühlslagen altersgemäss erleben und selber ausdrücken. Die Botschaft der Märchen ist eindeutig: Es gibt Probleme und Konflikte, aber man kann sie handelnd überwinden. ○

## Susanne Stöcklin-Meier

Kindergärtnerin, Sachbuchautorin, Journalistin, Kinderbeobachterin, Hüterin von Versen und Märchen und Weltbürgerin.

Kontakt: [su.stoecklin@bluewin.ch](mailto:su.stoecklin@bluewin.ch)

## Ideen für Rituale im Alltag

- **Begrüssung:** sich in die Augen schauen, Hand geben und mit Namen begrüßen. Damit stärken wir das Gefühl des Angenommenseins und der Achtung voreinander.
- **Morgenlied:** Wenn wir den Morgen mit einem Lied oder einem Bewegungsvers beginnen, stimmen sich die Kinder rhythmisch und klanglich auf die Gruppe und den Tag ein.
- **Geschichtentag:** Mindestens einmal in der Woche ein Märchen oder eine Geschichte erzählen, wenn möglich zur gleichen Zeit und am selben Ort.
- **Wochenplan:** Nutzen wir Rituale auch zum Planen der Woche, Verteilen von Aufgaben und das Erstellen von Stundenplänen. Kleine Arbeiten fördern die gegenseitige Wertschätzung und das Verantwortungsbewusstsein.
- **Stille-Übung:** Kinder, die Erfahrungen mit Stille-Übungen haben, sind ruhiger, konzentrierter, haben mehr Ausdauer und können besser zuhören. Bauen wir darum täglich kleine Momente der Stille ein. Schon drei bis fünf Minuten Stillezeit haben einen positiven Einfluss. Geben wir Kindern Zeit zum Entspannen: mit Fantasiereisen, ruhigem Atmen, auf den eigenen Herzschlag achten, ein Kerzenlicht anschauen, Musik hören usw.
- **Unschönes in den Papierkorb werfen:** Dieses Ritual ist eine wundervolle Übung, Konflikte gewaltlos zu lösen. In der Mitte steht ein Papierkorb. Die Kinder werfen verbal alles hinein, was sie heute im Umgang miteinander gestört hat: Etwa Schlagen«, »sich anschreien«, »Kinder beleidigen«. Der gefüllte Korb wird ans offene Fenster gehalten, und alles »Unschöne« fliegt davon.