

## Wie kann PEKiP die motorische Entwicklung Ihres Kindes unterstützen?

PEKiP bietet für die sechs Schritte zum aufrechten Gang die Rahmenbedingungen und begleitet sie mit individuellen Anregungen. Die Eltern werden ermuntert die Experimentierlust ihrer Kinder in Ruhe zu beobachten. Ein gesundes Gehirn bringt den Körper bewusst immer wieder aus der Balance, um mithilfe anderer Bewegungen ein neues Gleichgewicht zu finden. Dadurch entstehen Variationen, die im Gehirn eine innere Ordnung ausgereifter Bewegungsmuster bilden: Vergleichbar einem Tanz, dessen Regeln sich erst beim Tanzen ergeben.

### 1. DREHEN

Sich selbst aus der Balance zu bringen, macht Babys großen Spaß. Auf diese Weise lernen sie, ihren Körper zu drehen.

### 2. KRIECHEN

Liegt ein Gegenstand in der Nähe, probieren Babys unterschiedliche Bewegungen aus, um dorthin zu gelangen, vor allem durch Rollen und Kriechen.

### 3. GREIFEN

Den Blick, das Greifen und die Körperhaltung aufeinander abzustimmen, ist ein wichtiger Meilenstein in der Entwicklung des Kindes. Erstmals wird die Nahwelt –im Wortsinne- begreifbar. Mit Vergnügen bewegt sich das Baby nun auf Gegenstände zu und greift gezielt nach ihnen. Bitte für eine kindgerechte, verletzungsfreie Bodenfreiheit sorgen. So kann das Kind ohne Hilfe experimentieren.

### 4. SITZEN

Es ist eine kippelige Angelegenheit, selbstständig aus der Bauchlage in den Hand-Knie-Stand und dann zum Sitzen zu kommen. Bitte die Kinder nicht hinsetzen solange sie es nicht aus eigener Kraft schaffen .

### 5. AUFSTEHEN

Das Kind zieht sich an Möbeln hoch und versucht dann, meist seitwärts erste Schritte zu machen; so gewinnt es das Gefühl für das Gleichgewicht. Bitte das Kind dabei nicht festhalten: Es gehört zum Aufstehenlernen, dass man häufig auf den Po plumpst.

### 6. GEHEN

Die erste freien Schritte: Das Kleinkind lernt sich größere Räume zu erobern. Nun sind die Motivation und Geduld seitens der Eltern gefragt. Damit Kinder die richtige Balance finden, ist es unterstützender, ihnen bei den ersten Schritten unter die Arme zu greifen, als sie an der Hand zu nehmen.

## Informationen zu den PEKiP Spiel- und Bewegungsanregungen

### \* Bewegungsfreiheit.

Das Baby ist nackt. Durch das Nacktsein kann das Baby mehr Spontanbewegungen ausführen als in einengen der Kleidung.

### \* Bewegungsraum.

In den Wachzeiten hat es auf dem Boden viele Möglichkeiten sich zu bewegen.

### \* Spannung und Entspannung.

Während des gemeinsamen Spiels achtet der Erwachsene auf einen Wechsel von Spannung und Entspannung, auf einen Wechsel von Ruhe und Bewegung. Nur in Ruhe nach der Bewegung kann das Erlebte verinnerlicht werden.

### \* Beide Seiten

Der Erwachsene achtet darauf, dass beide Körperseiten des Kindes gleichmäßig zu Bewegungen angeregt werden. Der Körper entwickelt sich dann symmetrisch.

