

Pädagogisches Begleitmaterial zum Thema Rituale und Achtsamkeit im Kita-Alltag



Anregungen für den Einsatz im



Kindergarten

Rituale strukturieren den Tag. Sie bieten Kindern eine Orientierungshilfe, die ihnen Stabilität im Kita-Alltag gibt. Dadurch erleichtern sie Kindern den Übergang von einer Aktivität zur nächsten (z.B. vom Essen zum Mittagsschlaf), und tragen maßgeblich zur emotionalen und sozialen Entwicklung bei.

»Flora und Wölkchen – Mit Mut fangen die schönsten Geschichten an«

Gefühle zu verstehen ist gar nicht leicht - bis Wölkchen auftaucht: Wenn Flora lacht, ist auch Wölkchen eine fröhliche kleine Wolke. Sie lässt es regnen, wenn Flora traurig ist, und als Flora vor Wut raucht, wird Wölkchen zur Gewitterwolke, aus der Blitze schießen. Doch vor allen Dingen ist Wölkchen eine richtig gute Freundin und hilft Flora dabei, ihre Gefühle besser zu verstehen.



ISBN 978-3-8339-0793-7

»Die große Weltreise durch den Zoo«

Band 6 der Zoo-Reihe

„Wir fahren in den Urlaub!“, verkündet Zoodirektor Ungestüm – und alle Zootiere sind begeistert! Gisela Giraffe möchte nach Paris, Piet Pinguin freut sich auf die Sonne, und die Kamele wünschen sich Schnee. Eine Weltreise an einem Tag? Ignaz Pfefferminz Igel hat eine geniale Idee, wie dieser Traum wahr werden kann...



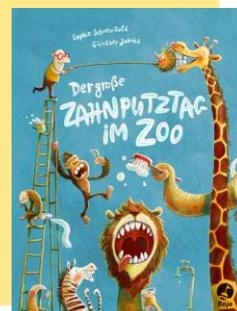
ISBN 978-3-8339-0952-8

»Hilf dem Löwen Zähne putzen« Pappbilderbuch und »Der Große Zahnputztag im Zoo«, Band 1 der Zoo-Reihe

So macht Zähneputzen lernen Spaß! Es müffelt im Zoo – die Zootiere putzen ihre Zähne nicht mehr! Doch Zoodirektor Ungestüm hat einen Plan - und schickt Ignaz Pfefferminz Igel auf eine waghalsige Mission: Ein Klecks Zahnpasta auf den Rücken und schon geht es los. Ignaz schrubbt, poliert und putzt - große, kleine, spitze Zähne.



ISBN 978-3-414-82561-2



ISBN 978-3-414-82500-1

»Komm mit Rosi Maulwurf auf Traumreise«

Achtsamkeit und Entspannung fördern diese kurzen Fantasiereisen zum Vorlesen. Rosi nimmt uns mit auf viele kleine Abenteuer, die alle Sinne fordern: Wie fühlt es sich an, über glitschige Kiesel zu balancieren? Wie riecht feuchter Waldboden? Und wie klingt das Summen einer Biene? Solche Naturerlebnisse und kurze Traumreisen laden dazu ein, in sich hineinzuhorchen und den eigenen Körper wahrzunehmen.



ISBN 978-3-8339-0801-9

»Wer hat von meinem Keks genascht?«

Igel traut seinen Augen kaum: Da liegt der leckerste Keks der Welt, direkt vor seiner Haustür. Heute muss sein Glückstag sein! Doch als er kurz in seinem Bau verschwindet, nascht doch tatsächlich jemand von seiner Leckerei - unerhört! Die Bissspuren sind deutlich zu erkennen, und Igel beschließt, sich den Keksdieb zu schnappen!



»Träum schön, Igel Ignaz« Pappbilderbuch aus der Zoo-Reihe

Ignaz Pfefferminz Igel kann nicht einschlafen. Selbst die Schäfchen, die er zählen wollte, sind müder als er. Wie gut, dass seine Freunde viele tolle Tipps haben.



»Tschüss, Kindergarten! Ich bin bald ein Schulkind«

Die Geschichten rund um die Kinder der Kita „Holterdipolter“ sind eine einfühlsame Vorbereitung für das letzte Kindergartenjahr und die erste Zeit in der Schule. Die Themen sind nah an der Lebenswelt der Kinder: Tornister kaufen, abenteuerliche Übernachtungen, Einschulung mit Schultüte und die kleinen und großen Herausforderungen in der ersten Zeit in der Schule. Hier werden Ängste genommen und die Vorfreude auf die Schule geweckt.



Literaturpädagogische Einschätzung

Durch die Verbindung von Geschichten und Ritualen können die Übergänge des Kita-Alltags sehr gut genutzt werden, um Kinder alltagsintegriert im Bereich der Sprachbildung und des Literacy-Erwerbs zu unterstützen.

Bilderbücher (oder Elemente daraus) bieten eine großartige Möglichkeit, Kinder in ihrer realen, wie auch fantasiereichen Lebenswelt abzuholen und die Übergänge des Alltags durch spielerische Rituale zu erleichtern.

In diesem Begleitmaterial greifen wir eine Vielfalt von Pappbilderbüchern und Bilderbüchern auf, die für den Einsatz mit einer Kindergartengruppe ab ca. 2,5-3 Jahren geeignet sind. Bei der Verknüpfung mit den Ritualen liegt der Fokus auf den sieben wichtigsten Tagespunkten im Kita-Alltag:



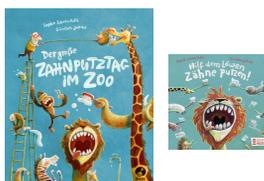
1. Achtsamer Start mit Visualisierungshilfe

Beim Ankommen zeigen die Kinder, wie sie sich fühlen.



2. Frühstück mit Fantasiegeschichten

Während des gemeinsamen Frühstücks werden die Kinder angeregt, Fantasiegeschichten zu erfinden.



3. Zähneputzen mit Zoo-Löwe

Mit Hilfe eines Aktionstabletts wird richtiges Zähneputzen eingeübt, eine „Sauber“-Klammer visualisiert fertig geputzte Zähne.



4. Morgenkreis mit Entspannungsritual

Mit Traumreisen und gegenseitigen Massagen starten die Kinder ruhig in den Tag.



5. Mittagessen mit Tischspruch

Ein kurzes Kreisspiel samt Tischspruch bilden den Auftakt zu einem gemütlichen Mittagessen.





6. Mittagsschlaf mit Schmusefreund

Die Kinder bringen ihre Stofftiere durch kurze Impulse ins Bett und finden so selbst entspannt ins Träumeland.



7. Auf Wiedersehen! mit Ohrwurm

Ein gemeinsames Abschlusslied entlässt die Kinder mit einer bekannten Melodie und garantiertem, fröhlichen Ohrwurm!

Das Ankommen

Wie geht's dir heute?



Aufgabe: Wir spüren beim Ankommen in uns hinein und zeigen mit Wolken, wie wir uns fühlen.

Kompetenzen und Lerninhalte:

- Gefühle/Emotionen benennen
- Achtsam in den Tag starten
- Kommunikation fördern
- Mitgefühl/Empathie entwickeln

Benötigtes Material:

- Ggf. Buch »Flora und Wölkchen – Mit Mut fangen die schönsten Geschichten an«
- Druckvorlage Gefühls-Wölkchen benannt (Anhang 1a) und blanko (Anhang 1b)
- Tonkarton oder Laminierfolien
- Aufbewahrungskiste



Achtsam sein mit seinen eigenen Gefühlen gelingt auch schon den Kleinsten. Mit »Flora und Wölkchen« können Kinder ihre Gefühle morgens beim Ankommen visualisieren und als Gesprächsanlass zwischen Fachkraft und Kind oder unter den Kindern nutzen. Zudem können Kommunikationsstrategien eingeübt werden.

Illustration aus »Flora und Wölkchen«, S. 8

Durchführung und Vorschlag zur Umsetzung:

- Die Fachkraft druckt jeweils 7-10 Exemplare der Wölkchen mit den verschiedenen, benannten Gefühlen (Anhang 1a), schneidet sie aus und verstärkt sie durch Tonkarton bzw. Laminierung.
- Die Blanko-Wölkchen (Anhang 1b) werden von der Fachkraft entsprechend der Kinderanzahl (1-2 Wölkchen pro Kind) vorbereitet und Stifte bereitgelegt.

So geht's:

- Die Fachkraft zeigt den Kindern zu Beginn die unterschiedlichen Wölkchen und die Kinder legen gemeinsam mit der Fachkraft fest, welche Wolke für welches Gefühl steht (rosa: zufrieden, grün: fröhlich, blau: traurig, petrol: ängstlich, rot: wütend, lila: mutig).

- Die Fachkraft nutzt die Wölkchen als Anlass, die Kinder erzählen zu lassen: „Hast du dich auch schon einmal so gefühlt? Was ist passiert? Was hat dir geholfen, als du wütend/traurig warst? Was machst du, wenn du Angst hast? Mit wem hast du dich gefreut und worüber?“.
- Gemeinsam wird überlegt, ob es noch weitere Gefühle gibt und welche Farben sie haben könnten (Basisemotionen: Freude, Traurigkeit, Angst, Wut, Überraschung, Ekel, Verachtung, Scham, Neugier, Stolz).
- Die Geschichte von »Flora und Wölkchen« kann gemeinsam im Morgenkreis gelesen werden.
- Die Fachkraft verwahrt die Wolken in einer Kiste griffbereit für die Kinder auf. Die Kinder können morgens beim Ankommen eine Gefühlskarte herausnehmen und sie an ihrer Garderobe befestigen oder sie mit zum Frühstückstisch nehmen. Auch die Fachkraft kann eine Wolke ziehen.
- Die Kinder werden schon nach kurzer Zeit morgens schauen, wie es den Freunden und den Erzieher*innen geht und können so Kommunikationsstrukturen einüben. Hierbei sollte die Fachkraft als Sprachvorbild fungieren und den Kindern zeigen, wie solch eine Konversation gestartet und gehalten wird.
- Beispiel: Die Fachkraft beginnt morgens: „Guten Morgen! Schön, dass du da bist. Sieht dein Wölkchen auch so aus? Du siehst heute müde/fröhlich/traurig aus – wie kommt das? Ich bin auch manchmal müde/fröhlich/traurig, dann mach ich Yoga/tanz ich durch die Wohnung/kuschel ich mit meiner Katze. Was könntest du jetzt tun?“
- Beobachtungsfrage: Passt die Wolke den ganzen Tag, oder verändert sich die Stimmung?

Das Frühstück

Geschichten sind Reisen im Kopf!



Aufgabe: Wir erfinden eigene Geschichten am Frühstückstisch.

Kompetenzen und Lerninhalte:

- Kreativ werden
- Geschichten erfinden
- Gemeinschaft erleben

Benötigtes Material:

- Impulskärtchen (Anhang 2)
- Laminierfolie
- Aufbewahrungskästchen
- Ggf. das [Bilderbuch »Die große Weltreise durch den Zoo«](#)



Durch Bildimpulse aus dem herrlich komischen Bilderbuch »Die große Weltreise durch den Zoo« entstehen am Frühstückstisch Geschichten. Dies kann reihum geschehen oder jedes Kind erzählt so, wie es ihm einfällt. Ganz frei werden lustige, unsinnige, kreative und offene Geschichten erzählt und fungieren vielleicht als Impuls, um später am Maltisch oder in der Rollenspielecke das Erzählte kreativ oder spielerisch umzusetzen.

Illustration aus »Die große Weltreise durch den Zoo«, S. 20.

Durchführung und Vorschlag zur Umsetzung:

- Die Impulskärtchen werden von der Fachkraft ausgedruckt, ausgeschnitten, laminiert und in einem Kästchen bereitgelegt.

So geht`s:

- Die Fachkraft zeigt den Kindern das Kästchen mit den vorbereiteten Kärtchen und regt die Kinder an, ein Kärtchen am Frühstückstisch zu ziehen.
- Die Kinder können das Bild zunächst einfach beschreiben und gemeinsam (mit der Fachkraft) überlegen, was für eine Geschichte die Figuren mit den entsprechenden Gegenständen erleben könnten.

- Dabei kann auch das Nacherzählen geübt werden, wenn die bis dahin entstandene Geschichte einem Kind, dass sich neu dazusetzt, erzählt wird.
- Da es um das reine kreative Erzählen geht, sollte diese Erzählform am Frühstückstisch so wenig Regeln wie nötig bekommen. Ausreden lassen und das gemeinsame Tun sollten im Vordergrund stehen.
- Die Fachkraft fungiert auch hier wieder als Sprachvorbild und gegebenenfalls als Moderator*in. Sie kann beim Start der Geschichte helfen (Wie fangen viele Geschichten oder fast jedes Märchen an? „Es war einmal ...“, „Vor langer, langer Zeit ...“, „In einem weit entfernten Land ...“, „Eines Morgens ...“), bei dem Fortlauf der Geschichte („Was meinst du, was könnte der Pinguin mit dem Bügelbrett anstellen? Wofür braucht er es?“), beim Abschluss (z.B. „Und so lebten sie glücklich bis ...“) und gegebenenfalls das Ende der Erzählzeit moderieren und einleiten.

Alternative:

- Für jüngere Kinder (2-4 Jahre) bietet es sich an, die Bilder einfach benennen und beschreiben zu lassen. Durch unterstützende Fragen der Fachkraft wie „Was ist das? Hast du das schon einmal irgendwo gesehen? Was ist da passiert?“ können die Kinder aus ihrem bisherigen Erfahrungsschatz erzählen.

Das Zähneputzen

Schrubb, schrubb, schrubbeldischrubb -
Zähne blitzebblank!



Aufgabe: Wir üben gemeinsam mit dem Löwen das Zähneputzen.

Kompetenzen und Lerninhalte:

- Gesundheit: Mundhygiene
- Handmotorik fördern (Schwungübung)
- Zähneputzen als Ritual verfestigen

Benötigtes Material:

- Buch »Hilf dem Löwen Zähne putzen« und »Der große Zahnputztag im Zoo« (auch als [Bilderbuchkino](#))
- Poster »Dein Großer Zahnputztag«
- Druckvorlage Großes Löwengesicht A4 (Anhang 3)
- Laminierfolie
- Zahnbürste (ggf. ein Stückchen Filz auf die Borsten kleben)
- Folien-/ Whiteboard-Stift (non-permanent) in braun oder gelb
- Becherchen für ein bisschen Wasser
- Kleines Stück Stoff als „Handtuchläppchen“
- Ggf. kleine leere Zahnpastatube
- 1 Tablett für die Gruppenausstattung
- Druckvorlage Kleiner Löwenkopf mit Schriftzug „Sauber!“ (Anhang 4), 1 x pro Kind
- Wäscheklammern, 1 x pro Kind
- Körbchen



„Nach dem Essen, Zähneputzen nicht vergessen!“

Diese gemeinsame Routine für eine ausreichende Mundhygiene kann spielerisch eingeübt werden. Gemeinsam mit Igel Ignaz, dem Zoodirektor Ungestüm und dem Löwen lernen die Kinder richtiges Zähneputzen.

Illustration aus »Der große Zahnputztag im Zoo«.

Durchführung und Vorschlag zur Umsetzung:

- Die Fachkraft bereitet ein Aktionstablett vor: Das große Löwengesicht (Anhang 3) wird ausgedruckt, ausgeschnitten und einlaminiert. Im Anschluss werden die Zähne des Löwen mit dem Folienstift angemalt. Das weitere Material wie Zahnbürste (mit Filzstückchen präpariert, je nach Zahnbürste), leere Zahnpastatube, Löffchen und Becherchen werden neben dem Löwenkopf-Bild platziert.
- Die Fachkraft druckt die kleinen Löwenköpfe (Anhang 4) aus, schneidet sie aus und laminiert sie gegebenenfalls. Die Köpfe werden nun an der Wäscheklammer festgeklebt. Pro Kind wird ein Löwenkopf mit Klammer benötigt.

So geht`s:

- Gegebenenfalls wird eins der Bücher (»Hilf dem Löwen Zähne putzen«, »Der große Zahnputztag im Zoo«) oder beide als Vorbereitung mit den Kindern gelesen.
- Die Fachkraft stellt das Aktionstablett vor. Das kann schon als sprachbildendes Angebot fungieren, indem die Fachkraft über das Benennen der Gegenstände und das Zähneputzen an sich mit den Kindern ins Gespräch kommt.
- „Wann putzt du deine Zähne und wo? Was für Zahnbürsten habt ihr/eure Eltern? Wie werden Zähne geputzt? Warum werden Zähne geputzt? Welche Farbe hat deine Zahnbürste und welchen Geschmack hat deine Zahnpasta?“
- Dann zeigt die Fachkraft den Kindern, was sie tun sollen: Die Zähne des Löwen putzen, so wie es gelernt wurde (hin und her auf den Kauflächen; Kreise auf den Außenflächen; hoch und runter, von rosa zu weiß die Innenflächen).
- Das Aktionstablett steht für den alltäglichen Gebrauch im Gruppenraum.
- Den Kindern wird die Handhabung der „Sauber!“-Klammern von der Fachkraft erklärt. Die Klammern werden in einem Körbchen im Waschraum aufbewahrt. Wenn das Kind seine Zähne geputzt hat, darf es dieses durch die Klammer anzeigen. Die Klammer wird dann vom Kind an seinen Zahnputzbecher geklemmt. So hat die Fachkraft auch einen Überblick darüber, wer noch zum Zähneputzen gehen muss.
- Als visuelle Erinnerung wird das Poster „Dein großer Zahnputztag“ (Anhang 3b, Download) im Waschraum aufgehängt und die Kinder klemmen ihre „Sauber!“-Klammer nach dem Zähneputzen an ihren Zahnputzbecher.

Der Morgenkreis Wir begrüßen den Tag!



Aufgabe: Gemeinsam mit Rosi Maulwurf starten wir im Morgenkreis mit Entspannung, Bewegung und Kreativität in den Tag.

Kompetenzen und Lerninhalte:

- Achtsamkeit und Konzentration fördern
- Entspannung erleben
- Körper- und Sinneswahrnehmung schulen
Kreativ werden

Benötigtes Material:

- 3 Lesestellen aus »Komm mit Rosi Maulwurf auf Traumreise« (Anhang 5)
- Druckvorlage Schmetterling (Anhang 6), 1 x pro Kind
- Kaffeefiltertüten, 1 x pro Kind
- Wasserfarben und Pinsel
- Sportmatten (entsprechend der Zweiter-Team-Anzahl)
- Ggf. Naturgeräusche von einem Streaming-Dienstleister oder CD aus dem Kita-Bestand



Mit Hilfe von kurzen Entspannungsgeschichten können Kinder ihren Körper besser kennenlernen und ihre Sinne schulen. In den Geschichten mit Rosi Maulwurf streifen die Kinder in ihrer Fantasie durch Wälder und über Wiesen, lauschen plätschernden Bächen und entdecken viele Tiere und Pflanzen.

Illustration aus »Komm mit Rosi Maulwurf auf Traumreise«, S. 21.

Durchführung und Vorschlag zur Umsetzung:

- Die Fachkraft stellt im Morgenkreis das kleine Maulwurfmädchen Rosi vor: „Rosi ist ein Maulwurf und unterwegs in der Natur, um ein neues Zuhause zu finden.“

Aktion 1: Traumreise mit kreativer Umsetzung

- Die Fachkraft liest die ausgewählten Seiten aus Kapitel 4 der Schmetterlingstraumreise vor (S. 30/31, Anhang 5a)

- Im Anschluss können die Kinder mit den Kaffeefiltern, der Wasserfarbe und der Klebevorlage ihren eigenen Schmetterling kreieren.
- Gemeinsam können sie überlegen, wohin die Reise beim nächsten Mal gehen soll. An welchen Ort in der Natur? Welchen Tieren kann man dort begegnen? Welche Sinne werden womit angesprochen?
- Eine gute Anleitung, um selbst Fantasiereisen mit Kindern zu erfinden und einige fertige Beispiele gibt es beispielsweise hier: <https://www.entspannung-plus.de/fantasiereisen-fuer-kinder/>

Aktion 2: Entspannung durch Tanz und Körpermusik

- Die Fachkraft liest die ausgewählten Seiten aus Kapitel 5 (S. 37-43, Anhang 5b) bis „... das wäre schade gewesen.“
- Die Kinder stellen sich im Kreis auf. Die Fachkraft und zwei weitere Kinder machen den Anfang: Jeder überlegt sich eine Bewegung mit passendem Laut. Die Fachkraft stampft beispielsweise zweimal mit dem Fuß auf den Boden und sagt „Tok, tok“.
- Das erste Kind dreht sich zweimal und sagt „Hui, hui“.
- Das zweite Kind klatscht zweimal in die Hände und sagt „Da, da“.
- Dann machen alle Kinder gemeinsam die Abfolge dreimal direkt hintereinander mit Bewegung und den Lauten: „Tok, tok, hui, hui, da, da“.
- Danach sind die nächsten drei Kinder dran, sich Bewegungen und Laute auszusuchen.
- Ganz zum Schluss kann die gesamte Abfolge probiert werden: „Bekommen wir alle Bewegungen und Laute noch einmal in der richtigen Reihenfolge hin?“

Aktion 3: Wettermassage

- Die Kinder sitzen und/oder liegen auf Matten im Kreis. Gegebenenfalls kann die Fachkraft über Lautsprecher Naturgeräusche einspielen.
- Die Fachkraft liest die ausgewählten Seiten aus Kapitel 6 (S. 46-49, Anhang 5c) und die Kinder massieren sich im Wechsel an den entsprechenden Lesestellen den Rücken.
- Im Anschluss können die Kinder noch eine eigene Wettermassage an ihrem Partnerkind ausprobieren. Wie kann das massierende Kind die unterschiedlichen Wetterphänomene darstellen, wie fühlen sie sich für das andere Kind an?

Beispiele:

Sonne: Hände aneinander reiben und sanft im Kreis über den Rücken streichen.

Blitz und Donner: Unterarme kreuz und quer auf den Rücken drücken und abwechselnd mit den Fäusten klopfen.

Wind: Ganz sanft mit den Fingerspitzen über den Rücken fahren, in Wogen hin und her.

Regenbogen: einen Bogen mit dem Finger malen.

„Was fällt euch noch ein?“

Das Mittagessen

Wer hat denn hier von dem Keks genascht?



Aufgabe: Wir essen gemeinsam zu Mittag nach einem Tischspruch.

Kompetenzen und Lerninhalte:

- Merkfähigkeit schulen
- Ritualisiertes gemeinsames Essen

Benötigtes Material:

- Druckvorlage Kekse (Anhang 7):
1 x angeknabberter Keks und 1 x pro Kind ganzer Keks, ggf. laminieren
- 12 Stück auf a 4 (natürlich nur ein angebissener, Rest ganze Kekse)
- Kästchen/Dose zur Aufbewahrung der Kekse
- Tischspruch
- Ggf. das Buch »Wer hat von meinem Keks genascht?«



Eines Tages liegt vor Igels Haustür der schönste Keks, den er sich vorstellen kann. So ein Keks macht richtig Appetit, doch wer hat ihn angeknabbert?

*Ein kurzes Kreisspiel verbunden mit einem einfachen Tischspruch stimmt die Kinder auf das Mittagessen ein.
Guten Appetit!*

Illustration aus »Wer hat von meinem Keks genascht?«, S. 12.

Durchführung und Vorschlag zur Umsetzung:

- Kekse entsprechend der Kinderanzahl der Gruppe ausdrucken. Ein vollständiger Keks wird dabei durch einen angeknabberten ersetzt.
- Kekse ausschneiden und ggf. laminieren und in einem Kästchen aufbewahren (am besten eine Keksdose 😊).

So geht's:

- Wenn der Mittagstisch für die Kinder gedeckt wird, können die Kekse an die Teller gelegt werden, sodass die Kinder nicht sofort entdecken, wer den angeknabberten hat. Oder die Dose wandert herum und jedes Kind zieht einen Keks, bis eines den angeknabberten Keks in den Händen hält.

- Das Kind ruft dann „WER HAT VON MEINEM KEKS GENASCHT???“, alle Kinder rufen: „Ich habe von deinem Keks genascht!“. Die Fachkraft fragt noch einmal nach: „Hat der Keks euch solchen Hunger gemacht?!“ Die Kinder antworten: „JA!“
- Gemeinsam wird der Tischspruch aufgesagt:
„Vom Keks genascht, das hat Hunger gemacht.
Jetzt wird gegessen und keiner vergessen!
Jeder wird hier satt und satt – Guten Appetit!“
- Das Kind mit dem angeknabberten Keks kann dann als erstes seinen Teller voll machen.

Die Mittagspause

Schlaf, Schmusefreund, schlaf!



Aufgabe: Wir begleiten unsere Stofftiere in den Mittagsschlaf.

Kompetenzen und Lerninhalte:

- Einschlafritual einüben
- Bewusst zur Ruhe kommen

Benötigtes Material:

- Druckvorlage Schlaftaler (Anhang 8)
- Aufbewahrungsbox/Kästchen
- Ggf. das Buch »Träum schön, Igel Ignaz«



Manchmal ist das zur Ruhe kommen gar nicht so einfach. Wir helfen den Stofftieren mit kleinen Entspannungsübungen in den Mittagsschlaf zu kommen. Bei den Tierkindern aus dem Buch und Igel Ignaz hat es gut funktioniert, vielleicht klappt es ja bei den Kindern auch ...

Illustration aus »Träum schön, Igel Ignaz« S. 14.

Durchführung und Vorschlag zur Umsetzung:

- Schlaftaler (Anhang 8) ausdrucken und laminieren. In einer Kiste aufbewahren.

So geht's:

- Ein ausgewähltes Kind darf einen Schlaftaler ziehen: „Wie bringen wir deinen Teddy und die anderen Schmusetiere denn heute ins Bett?“
- Die Kinder machen die entsprechende Entspannungsübung mit ihrem Schmusetier und verabschieden es mit „Träum schön!“ in den Schlaf.
- Die Fachkraft bittet die Kinder, ihr Schmusetier ins Traumland zu begleiten. „Kommt gut ins Traumland!“
- Je nach sprachlichen Fähigkeiten können die Kinder nach dem Aufwachen von ihren Träumen erzählen – oder davon, was ihr Stofftier geträumt hat.

Der Abschied/Tagesabschluss Tschüss Kindergarten!



Aufgabe: Wir verabschieden uns nach einem schönen Tag mit einem fröhlichen Ohrwurm/Abschlusslied. .

Kompetenzen und Lerninhalte:

- Merkfähigkeit fördern
- Sprachrhythmus schulen
- Gemeinschaftsgefühl stärken

Benötigtes Material:

- Abgewandelter Text aus »Tschüss Kindergarten! Ich bin bald ein Schulkind«
- Ggf. das Buch »Tschüss Kindergarten! Ich bin bald ein Schulkind«



Ritualisierte Mikro-Übergänge vereinfachen dem Kind den Alltag. Ein gemeinsamer, musikalischer Abschluss des Kita-Tages ist schon für die Kleinsten eine enorme Hilfe. Nach der Melodie von „Pippi Langstrumpf“ singen wir eine abgewandelte Form des Abschiedsliedes aus »Tschüss Kindergarten – ich bin bald ein Schulkind«.

Illustration aus »Tschüss Kindergarten! Ich bin bald ein Schulkind«, S. 35.

Durchführung und Vorschlag zur Umsetzung:

- Lied einüben.

So geht's:

Zwei mal drei macht sechs,
widdewiddewitt und drei macht neune.

Wir lern' hier wie wild,
weil uns das echt gut gefällt.

Jetzt geht's nach Hause,
trallali, trallahey, tralla hopsasa!

Jetzt geht's nach Hause,
trallali, tralla hopsasa!

Wir geh'n nach Haus,
aus diesem bunten Haus,
mit vielen Kindern drin,
die schau'n jetzt aus dem Fenster raus.

Wir geh'n nach Haus',
die Kita ist jetzt aus.

Wir mögen es hier sehr,
und kommen morgen wieder her!

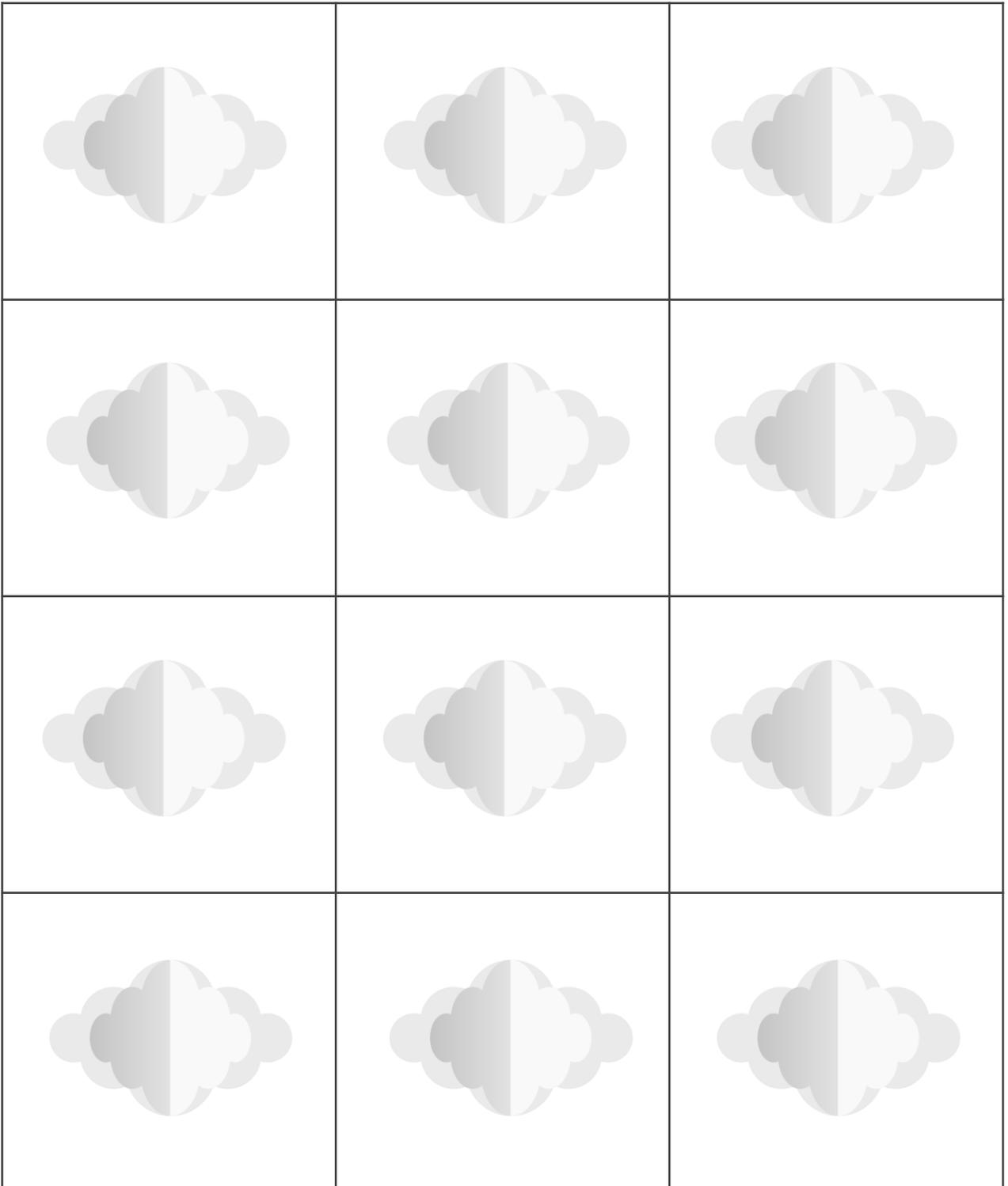
Druckvorlage

Anhang 1a: Gefühls-Wölkchen aus »Flora und Wölkchen – Mit Mut fangen die schönsten Geschichten an«

	<p>wütend</p>	
<p>ängstlich</p>		<p>traurig</p>
	<p>zufrieden</p>	
<p>mutig</p>		<p>fröhlich</p>

Druckvorlage

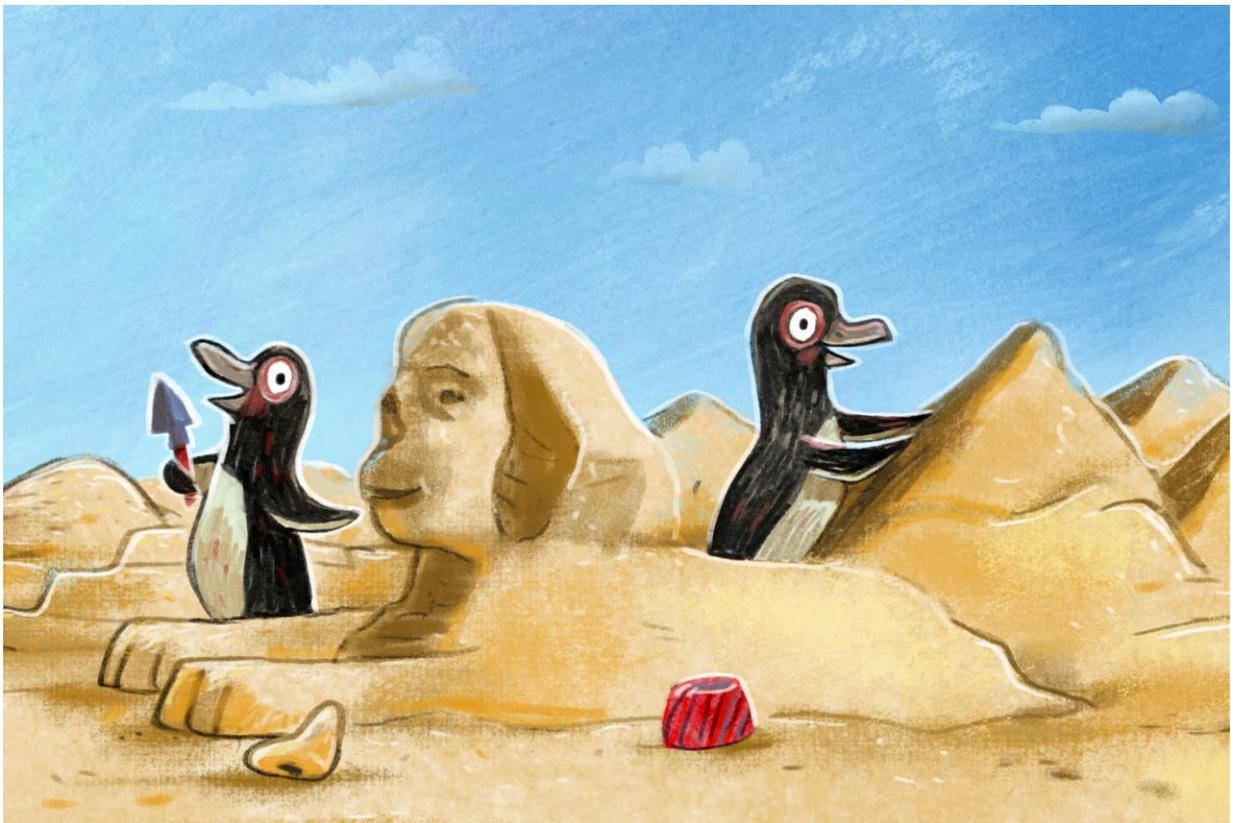
Anhang 1b: Gefühls-Wölkchen blanko



Anhang 2: Impulskärtchen aus »Die große Weltreise durch den Zoo«







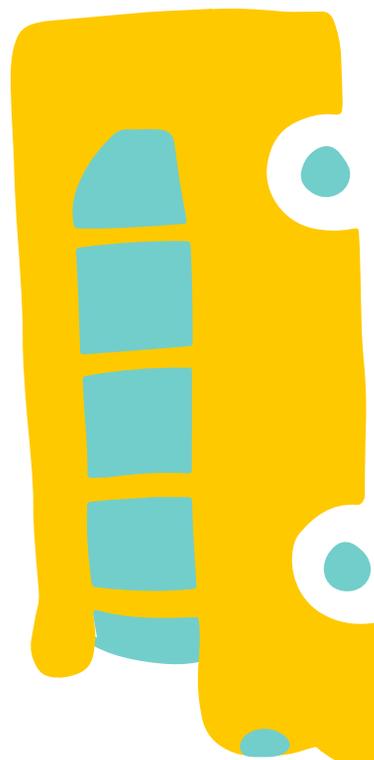
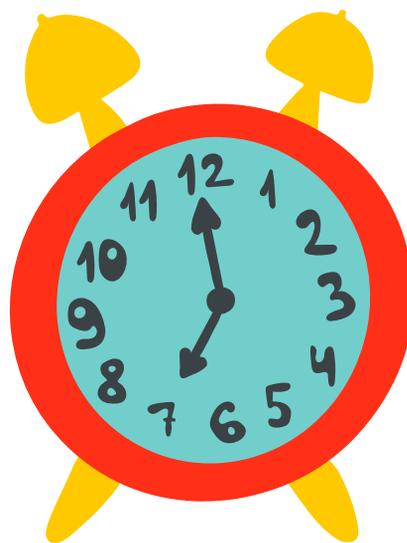


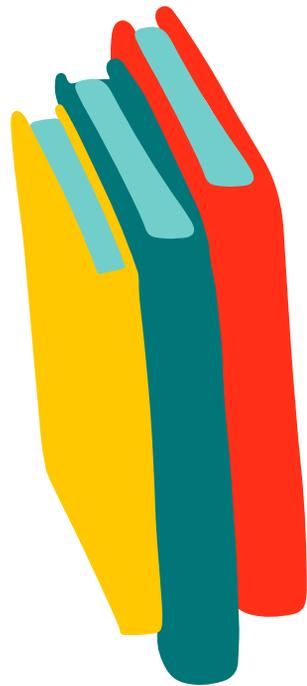












Anhang 3: Löwe aus »Die große Weltreise durch den Zoo«



Dein großer ZAHNPUTZTAG

Ignaz Pfefferminz Igel zeigt dir, wie du
jeden Tag das Zähneputzen üben kannst.

Gib eine erbsengroße Menge Kinderzahn-
pasta auf die Bürste, und dann geht es los.

Als Erstes kümmerst du dich
um die **KAUFLÄCHEN**.
Dort schrubbst du hin und her.
Fang rechts an. Erst oben,
dann unten. Und genauso auf
der linken Seite. Erst oben,
dann unten.

Kauflächen



Außenflächen

Zum Schluss kommen alle **INNEN-
FLÄCHEN** dran. Unten wie oben.
Hier putzt du von Rot nach Weiß.
Du wachst also vom Zahnfleisch
Richtung Zähne.

Innenflächen



PLUS: Lass dir alle deine Zähne von Mama oder
Papa von allen Seiten noch mal sauber putzen.



Und noch ein paar generelle Tipps:

- 1 Damit deine Zähne gesund bleiben,
solltest du sie mindestens 2x am Tag
putzen: morgens direkt nach dem
Frühstück und abends nach dem
Abendessen.
- 2 Wenn du Durst hast, trinke am besten
Wasser.
- 3 Am Vormittag freuen sich deine Zähne
über frisches Obst und Gemüse.
- 4 Dafür darfst du am Nachmittag so
viel naschen, wie in deine Hand passt.
- 5 Abends nach dem Zähneputzen soll-
test du nichts mehr essen und nur
noch Wasser trinken.
- 6 Schau alle sechs Monate bei deinem
Zahnarzt vorbei. Er wird dich und
deine Zähne loben!

Begleite Ignaz auf seinem großen
Zahnputzabenteuer!
ISBN 978-3-414-02500-1



Die Reihenfolge, in der du putzen sollst,
kannst du dir ganz einfach merken mit
KAPTM.

K für Kauflächen, A für Außenflächen,
I für Innenflächen und PLUS dafür, dass
deine Eltern dir deine Zähne sauber putzen.
Dazu gibt es sogar ein Zahnputzlied:



Boje

Anhang 4: Löwe aus »Die große Weltreise durch den Zoo«



SAUBER!



SAUBER!



SAUBER!



SAUBER!



SAUBER!



SAUBER!



SAUBER!



SAUBER!



SAUBER!



SAUBER!



SAUBER!



SAUBER!



SAUBER!



SAUBER!

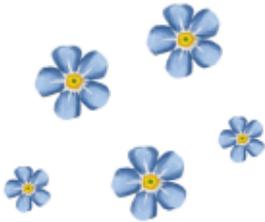


SAUBER!

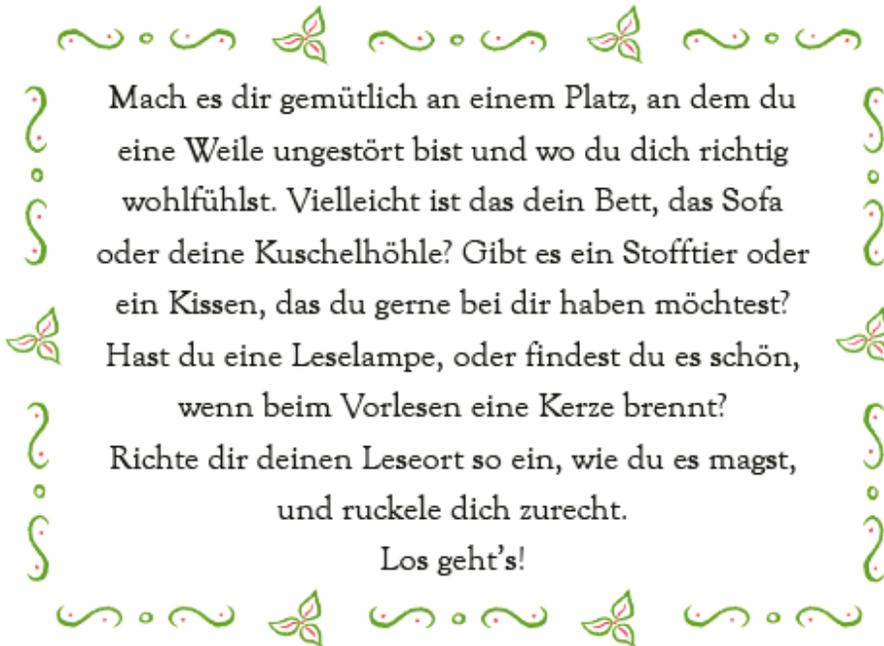


SAUBER!

Anhang 5: 3 Lesestellen aus »Komm mit Rosi Maulwurf auf Traumreise«



4.



Mach es dir gemütlich an einem Platz, an dem du eine Weile ungestört bist und wo du dich richtig wohlfühlst. Vielleicht ist das dein Bett, das Sofa oder deine Kuschelhöhle? Gibt es ein Stofftier oder ein Kissen, das du gerne bei dir haben möchtest?

Hast du eine Leselampe, oder findest du es schön, wenn beim Vorlesen eine Kerze brennt?

Richte dir deinen Leseort so ein, wie du es magst, und ruckele dich zurecht.

Los geht's!

Rosi genießt noch eine Weile den Schatten und die wenigen Sonnenstrahlen, die durch das Blätterdach fallen, ihr auf den Pelz scheinen und die Pfoten wärmen. Sie schaut auf ihre rosa Zehen und streckt jede einzelne von sich. Sie hebt die Vorderpfoten in die Luft und räkelt sich ausgie-

big. Jetzt kann es weitergehen. Sie streicht die Hose glatt und steht auf. Das Gluckern des Baches ist ganz deutlich zu hören, aber auch das Vogelzwitschern und das Rauschen der Blätter. Hin und wieder knackt ein Ast. Und da sind auch noch die ganz leisen Töne, das Trippeln der Insektenfüße, das Kratzen der Vogelschnäbel am Boden, sogar das sanfte Flattern von Schmetterlingsflügeln nimmt sie wahr. Sie schaut sich neugierig um. Wo die Schmetterlinge wohl sind?

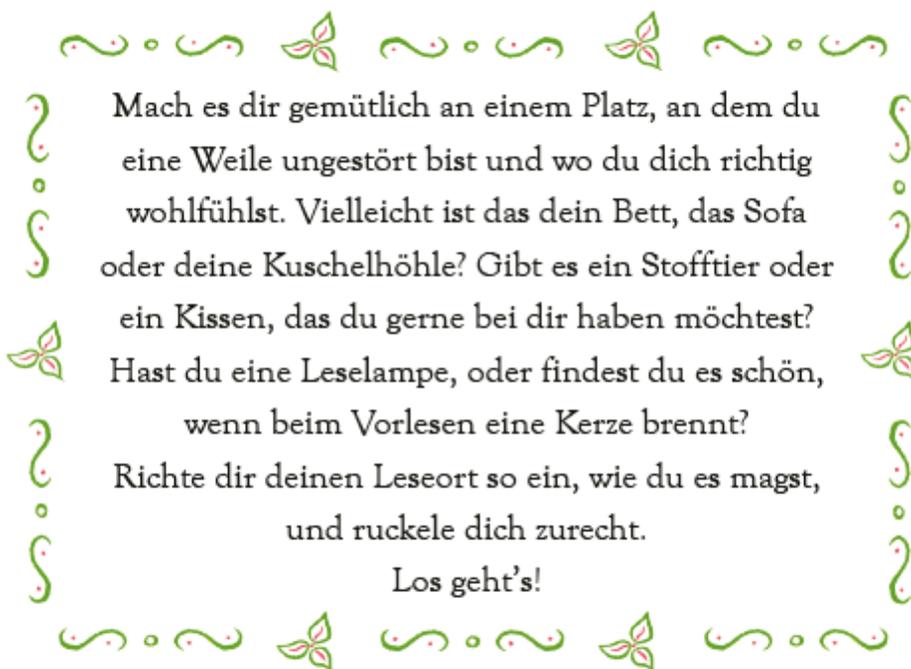
Ah, dort oben! Zart wie ein Windhauch schweben zwei Schmetterlinge über sie hinweg. *Es ist bestimmt herrlich, so leicht durch die Luft zu fliegen!*, denkt Rosi. Außerdem sieht ein Schmetterling sicher viel mehr von der Welt und vor allem das, was über der Erde ist. Als Maulwurfmädchen ist sie dagegen Expertin für die Unterwelt. Unter der Erde kennt sie sich bestens aus.



Schließ die Augen und stell dir vor, du bist ein Schmetterling! Wie fühlt es sich an, so leicht zu sein und durch die Luft zu fliegen? Lass dich über eine Wiese oder durch einen Garten schweben. Was kannst du von oben alles sehen?



5.



Die Nase in die Luft gestreckt steht Rosi mit geschlossenen Augen auf dem Weg.

»Huhu!«, hört Rosi eine freundliche Stimme hinter sich sagen. Sie öffnet die Augen und dreht sich neugierig um. Die Stimme gehört einer Maus, die gerade eine gelbe

Blume abknabbert und sich hinters Ohr steckt. Dann läuft sie auf Rosi zu.

»Hallo, was machst du denn hier?«, fragt sie. »Maulwürfe treffe ich hier selten. Wenn du Fridolin besuchen willst, der wohnt auf der anderen Seite des Baches, da musst du über die Biberburg klettern.«

»Ja, ich weiß, da komme ich gerade her«, sagt Rosi. »Ich bin auf der Durchreise. Irgendwo hier in der Gegend muss ein schöner Garten liegen, dort will ich mir einen neuen Bau graben. Allerdings weiß ich nicht so genau, wo es langgeht.«



»Bis in den Garten?« Die Maus macht große Augen. »Das ist noch ziemlich weit. Bleib doch ein bisschen hier, ich freue mich immer über Gesellschaft. Ich bin übrigens Luise. Luise Butterblume«, sagt die Maus und deutet mit der Pfote auf die Blume hinter ihrem Ohr.

»Luise Butterblume, das ist ein sehr schöner Name«, sagt Rosi. »Ich heiße Rosi, einfach nur Rosi Maulwurf.«

»Klingt auch schön. Komm, ich zeige dir mein Mauseloch. Ich wohne gleich um die Ecke am Weg. Wir können ein Stück zusammen gehen und ein bisschen plaudern.«

Rosi und Luise setzen sich in Bewegung, wobei Luise

erst wie eine Ballerina tänzelt, dann von einem Bein aufs andere hopst und anschließend ein paar Kreise dreht. Dabei schwingt ihr Schwanz anmutig auf und ab wie ein Grashalm im Wind.

»Wow, wie du dich bewegst! Läufst du immer so?«, fragt Rosi.

So eine Maus hat sie noch nie getroffen. Luise hat glänzendes haselnussbraunes Fell, große runde Ohren und einen langen Schwanz, das ist nichts Neues. Aber die Blume hinter dem Ohr, die blitzenden Augen und die eleganten Bewegungen machen aus ihr etwas Besonderes.

»Ich tanze!«, erklärt Luise und lacht. »Das mache ich für mein Leben gern. Alle am Weg kennen mich als Luise Butterblume, die Tänzerin. Manchmal trete ich sogar auf, und alle schauen zu. Na ja, alle, die mögen.« Sie streckt die Pfote in die Luft und bewegt elegant die winzigen Zehen.

»Das sieht toll aus!« Rosi ist begeistert.

Das will sie auch mal probieren. Sie bleibt stehen und hebt vorsichtig eine Pfote, um zu sehen, ob sie ihre Zehen auch so gut bewegen kann. Tatsächlich, es klappt! Die großen Schaufelpfoten sehen sogar sehr elegant dabei aus. Rosi klappt die Zehen nach oben und unten, wedelt nach rechts und links. *Ich fühle mich leicht wie eine Feder, fast als würde ich durch die Luft schweben!*, denkt sie sich.



Aus »Komm mit Rosi Maulwurf auf Traumreise«, S. 37-43, Baumhaus 2024.



Aus »Komm mit Rosi Maulwurf auf Traumreise«, S. 37-43, Baumhaus 2024.



Kannst du auch deine Zehen bewegen? Konzentrier dich auf deine Füße und versuche, jeden Zeh zu spüren. Wackel mal mit dem großen Zeh. Und jetzt versuche, die Zehen einmal ganz weit auseinanderzuziehen. Lass den Fuß wieder locker und schüttel ihn. Kannst du das Bitzeln in den Beinen spüren? Wiederhole die Übung gerne noch einmal. Verändert sich etwas?



Gemeinsam tänzeln und hüpfen Rosi und Luise zum Mauseloch. Der Eingang liegt gut versteckt hinter einem Baumstamm und ist ziemlich klein. Da passt das Maulwurfmädchen nicht hinein.

»Macht nichts, dann bleiben wir draußen und tanzen noch ein bisschen«, sagt Luise. Sie zeigt Rosi ein paar Tanzschritte: zwei nach rechts, dann wieder zwei nach links und zweimal mit dem Po auf den Boden klopfen.

»Du, du, da, da, plopp, plopp«, singt Luise laut mit. »Und am Ende klatschen wir zweimal in die Pfoten.«

Rosi probiert es. Zwei Schritte nach rechts, zwei nach links, der Po und klatschen – kein Problem. Nach einigen Probeschritten ist sie begeistert dabei. Zusammen mit Luise singt und tanzt sie so lange, bis ihr die Füße wehtun und sie völlig außer Puste ist.





Rosi lässt sich ins Gras neben das Mausloch plumpsen, legt den Hut zur Seite, und Luise holt ein großes Blatt, in dem sie Tau gesammelt hat. Beide trinken gierig.

»Ich bin so froh, dass ich mich entschieden habe, mal etwas Neues auszuprobieren!«, sagt Rosi. »Sonst hätte ich dich und deinen Tanz nicht kennengelernt, und das wäre richtig schade gewesen.«

Luise nickt. »Da hast du recht. Das wäre schade gewesen. Zu zweit zu tanzen macht viel mehr Spaß als allein. Du machst das richtig gut!«

Rosi freut sich sehr über das Kompliment.

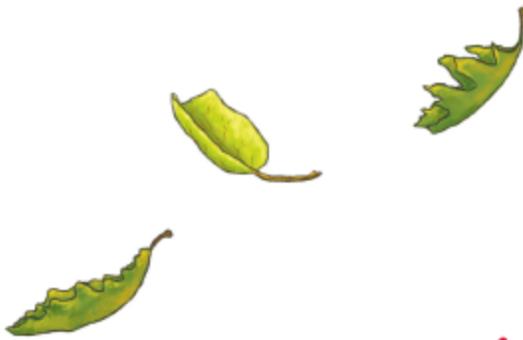
»Jetzt bin ich ziemlich müde und könnte ein Nickerchen vertragen!«, sagt Luise und gähnt ausgiebig.

Rosi nickt. Sie hat heute schon so viel erlebt, das war aufregend, aber auch anstrengend.

Die Sonne steht nicht mehr ganz so hoch, und langsam wird es kühler. Noch ist es hell, aber bis zum Abend dauert es sicher nicht mehr lange.

»Schau mal, hier ist die Erde ganz weich, da kannst du es dir bequem machen. Und schattig ist es hier auch«, meint Luise und deutet auf eine kleine freie Fläche unter einem hellgrünen Blätterdach.

Gesagt, getan. Schon bald liegt Rosi in einer kleinen Kuhle und streckt alle viere von sich.



6.

Mach es dir gemütlich an einem Platz, an dem du eine Weile ungestört bist und wo du dich richtig wohlfühlst. Vielleicht ist das dein Bett, das Sofa oder deine Kuschelhöhle? Gibt es ein Stofftier oder ein Kissen, das du gerne bei dir haben möchtest? Hast du eine Leselampe, oder findest du es schön, wenn beim Vorlesen eine Kerze brennt? Richte dir deinen Leseort so ein, wie du es magst, und ruckele dich zurecht.

Los geht's!

Luise und Rosi reichen sich die Hände und machen sich auf den Weg. Dabei tanzen und singen sie vor sich hin. Rosi freut sich, dass Luise sie ein Stück begleitet. Es ist schön, nicht allein zu sein, und dann kennt Luise sich auch noch so gut aus. Jetzt findet Rosi den Garten bestimmt.

46

Nach einer Weile bleiben die beiden stehen und schnuppern. Es riecht nach Regen. Rosi schaut besorgt in den Himmel. Wolken sind aufgezogen, und in der Ferne leuchtet hin und wieder ein Blitz auf.

»Auweia, ein Gewitter!«, sagt Luise. »Das warten wir besser ab, bevor wir über das Feld laufen. Komm, wir suchen uns einen Unterschlupf.«

Die Maus sieht sich um, und auch Rosi macht sich auf die Suche. Ganz in der Nähe ist ein Brennnesselbusch, darüber wächst ein Baum mit einem dichten Blätterdach.

»Hier drüben!«, ruft Rosi und winkt die Maus zu sich.

»Perfekt«, sagt Luise. »Komm, wir kriechen unter die Brennnessel, da sind wir vor Regen und Blitzen geschützt, und unser Fell wird nicht so nass.«

Rosi folgt ihrer neuen Freundin. »Schau mal, da liegen auch ein paar glatte Steine, hinter denen wir uns verstecken können«, sagt sie. »Ein Gewitter finde ich immer ein bisschen unheimlich.«

»Ich mag es auch nicht besonders«, stimmt Luise zu. »Umso besser, dass wir zu zweit sind, dann können wir uns Geschichten erzählen.«

Das Rumpeln wird stärker und kommt näher, außerdem spürt Rosi den Wind, der an ihrem Fell und ihrer Hose zerrt und zieht. Aber hier sind sie in Sicherheit. Die



beiden Freundinnen kuscheln sich aneinander, und Stück für Stück verschwindet das unheimliche Gefühl aus ihren Bäuchen.



Wie fühlt es sich an, wenn Regentropfen auf deinen Körper fallen? Setz dich bequem hin und trommle sanft mit den Fingerspitzen auf deinen Kopf, dann über deine Stirn, deine Wangen, deine Nase und dein Kinn. Stell dir vor, es sind die Regentropfen, die jetzt auch auf Rosi Fell plumpsen.

Oder lass die Person, die dir vorliest, deine »Regentropfen« sein ... und danach bist du ihre!



Kaum hat es angefangen zu regnen, hört Rosi die Tropfen auf den Blättern trommeln. Andere Tiere sind kaum noch zu hören. *Ich mag Regen*, denkt Rosi, *dann riecht alles ganz sauber und frisch*. Luise scheint anderer Meinung zu sein. Sie verzieht die Schnauze und schaut durch das Blätterdach nach draußen. Langsam bilden sich kleinere und größere Pfützen, ein paar Blätter schwimmen auf der Wasseroberfläche, die der Wind abgerissen hat, sie sehen aus wie kleine Boote. Auch ein paar Blütenblätter



schwimmen vorbei. Der Regen klingt jetzt wie ein sanftes Rauschen, Rosi muss wieder an den Bach denken. Der Baum über ihnen sorgt dafür, dass sie es zwischen den Brennnesseln noch immer recht gemütlich haben.

Luise seufzt. »Hoffentlich hört es bald auf. Ich wollte dich doch noch etwas begleiten.«

»Bestimmt«, antwortet Rosi. »Ich bin froh, dass du bei mir bist. Erzähl mir doch noch etwas von deinem Tanz.«

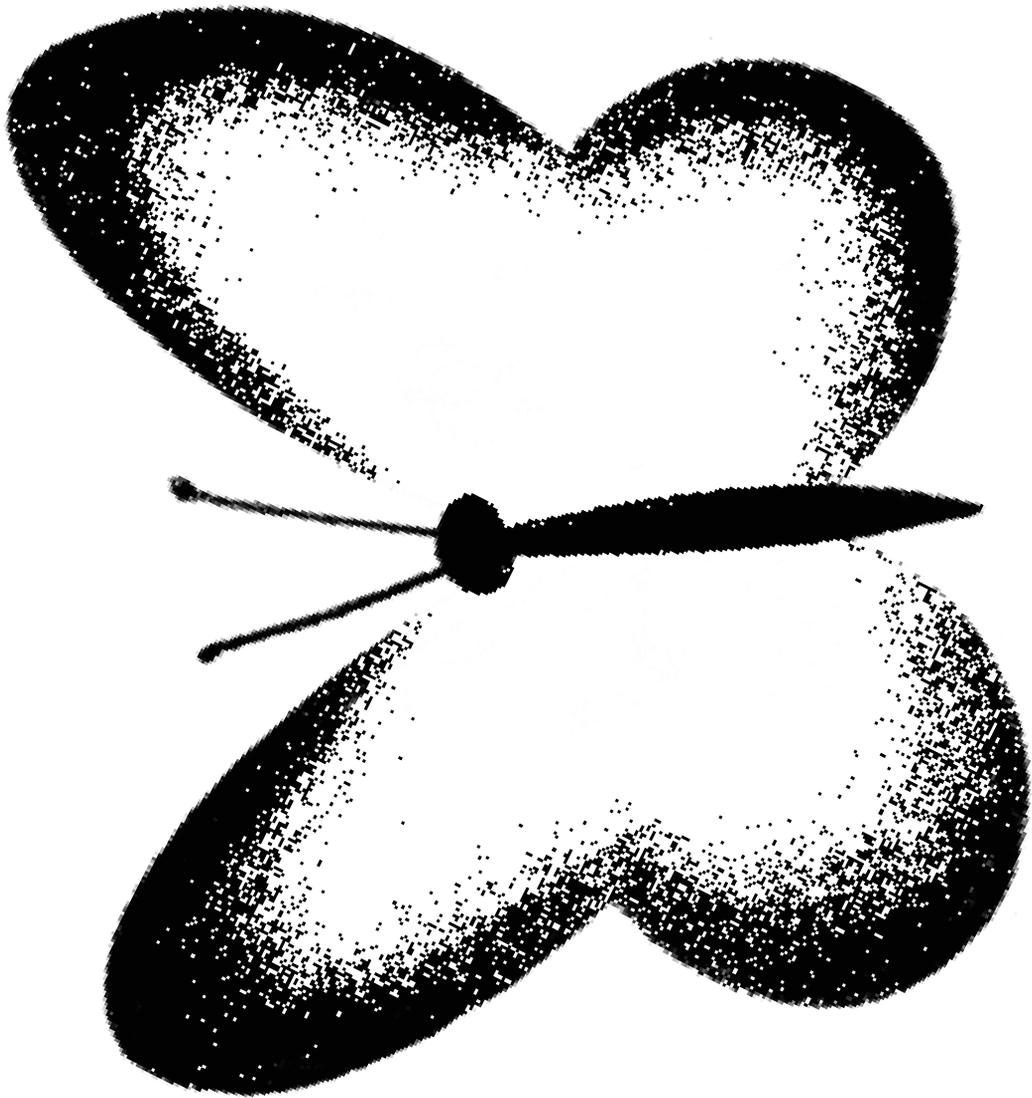
»Gerne«, sagt Luise und beginnt, Rosi ihre neuen Ideen zu beschreiben. Das Maulwurfmädchen hört gespannt zu, und die Zeit vergeht wie im Flug.

Nach einer Weile lässt der Regen nach. Luise und Rosi warten noch ein bisschen, bis er schließlich ganz aufgehört hat und der Himmel wieder heller wird.

Vorsichtig wagen sie sich aus ihrem Versteck und umrunden die Pfützen. Dann grinsen sie sich an und springen zusammen mit einem großen Hüpfen direkt hinein! Sie hüpfen von Pfütze zu Pfütze, dass das Wasser nur so spritzt, und schmettern Luises Lied. Danach schütteln sie sich kräftig, und Rosi rückt sich den Hut zurecht.

Luise greift nach einer kleinen rosa Blüte, die neben einem Strauch liegt, und klemmt sie Rosi hinters Ohr. »Jetzt sind wir im Partnerlook!«, gluckst sie.

Anhang 6: Druckvorlage Schmetterling



Anhang 7: Druckvorlage Kekse 1x angeknabberter Keks und 1x pro Kind
ganzer Keks



Anhang 8: Druckvorlage Schlaftaler aus »Träum schön, Igel Ignaz«

„Dein Schmusefreund wandert an deinen Beinen, vom Fuß bis zum Kopf und wieder zurück. Erst das rechte Bein hoch, dann das linke. Er krabbelt von der rechten Hand über deine Brust in die linke und bleibt dann auf deinem Herzen liegen. Drück ihn fest an dich und kuschelt euch ein. Träumt schön!“



„Dein Schmusefreund wandert an deinen Beinen, vom Fuß bis zum Kopf und wieder zurück. Erst das rechte Bein hoch, dann das linke. Er krabbelt von der rechten Hand über deine Brust in die linke und bleibt dann auf deinem Herzen liegen. Drück ihn fest an dich und kuschelt euch ein. Träumt schön!“



„Drücke die Hände deines Schmusefreunds so fest du kannst. Dann lasse eine Hand los und reiche dem Kind links von dir deinen Schmusefreund an. Drücke auch die Hände dieses Schmusefreunds einmal fest und dann wird er wieder weitergereicht. Lasst die Schmusefreunde so lange weitergehen, bis deiner wieder bei dir ist. Träumt schön!“



Affen-Tipp:

Verschränk die Finger mit denen deines Kindes und drücke sie mehrmals sanft. Bitte dein Kind, es dir nachzumachen.

„Setz dich und lege deinen Schmusefreund auf die Matratze vor dich hin – so, dass du ihn, wenn du dich herunterbeugst, mit dem Gesicht berühren kannst. Nun zeichne den Körper deines Schmusefreundes mit der Nase nach. Male den Kopf, dann den Körper und Arme und Beine nach. Dann leg dich hin und ihr gebt euch noch einen kleinen, zarten Nasenkuss. Träumt schön!“



Elefanten-Tipp:

Reibe Deine Nase an die deines Kindes

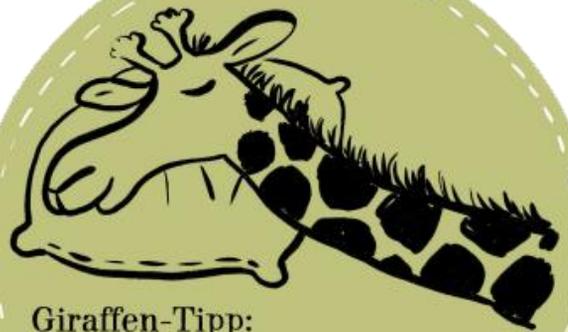
„Setze dich in den Schneidersitz und nimm deinen Schmusefreund auf den Schoß. Schließe deine Augen und stelle dir die Wüste vor. Du sitzt auf einem Kamel und es fängt an zu laufen, es schaukelt dich und deinen Schmusefreund dabei sanft und langsam hin und her. Atme dabei tief ein und aus. Träumt schön!“



Kamel-Tipp:

Nimm dein Kind in den Arm
und schaukle es sacht
hin und her

„Dein Schmusefreund möchte hoch oben in einem Wolkenbett schlafen. Nimm dir Kissen und Decke(n) und baue euch beiden ein Kuschnest. Wo schläft dein Schmusefreund? Hat er einen extra Platz oder kuschelt er in deinem Arm? Träumt schön!“



Giraffen-Tipp:

Schüttele das Kissen aus, sodass der Kopf
deines Kindes wie auf einer
Wolke liegt.

„Gähn mal ganz kräftig wie ein Nilpferd. Reiß deinen Mund weit auf und lass deinen Schmusefreund sehen, wie laut du gähnen kannst. Geht das auch ganz leise? Welches Geräusch macht dein Schmusefreund, wenn er ganz müde ist? Träumt schön!“



„Kuschel dich mit deinem Schmusefreund ein und lausche der Geschichte. Träumt schön!“



„Suche dir eine Farbe des Regenbogens aus und finde eine Sache im Raum, die die gleiche Farbe hat. Flüster deinem Schmusefreund erst geheim den Gegenstand zu und spiel dann Ich sehe was, was du nicht siehst und das ist Das Kind, welches richtig rät, nimmt die nächste Farbe bis alle Farben durchgespielt wurden. Träumt schön!“



Chamäleon-Tipp:
Schaut euch gemeinsam im Kinderzimmer um und sucht nach Gegenständen in den Farben des Regenbogens.

„Versteck dich mit deinem Schmusefreund in einem Erdmännchenbau. Ein anderes Kind bzw. die Erzieherin wickelt dich dafür fest in deine Decke. Wenn ihr alle in eurem Bau seid, schließt mal die Augen und stell dir vor, wie du mit den Erdmännchen durch die Gänge kriechst. Wo kommst du wohl aus? Was entdeckt ihr, wenn ihr aus dem Loch schaut? Träumt schön!“



Erdmännchen-Tipp:
Stopf die Ränder der Decke unter den Körper deines Kindes, sodass es richtig kuschelig eingepackt ist.