

# „Sprich mit mir!“

## Ideen für Eltern-Baby-Zeit



# Babymassage

## mit einer weichen Bürste

Hierzu benutzen Sie eine Babybürste mit weichen Naturborsten. Legen Sie Ihr Kind nackt oder nur mit einer Windel bekleidet auf die Wickelkommode oder auf Ihren Schoß und schauen Sie es an. Sorgen Sie für eine ruhige und warme Atmosphäre. Streichen Sie nun mit langen Bewegungen und leichtem Druck über die Haut Ihres Kindes. An der Reaktion Ihres Kindes erkennen Sie, ob es ihm gefällt.



# Rassel

## selber basteln

Dazu benötigen Sie zwei Plastiklöffel, eine Plastik- kapsel aus einem Über- raschungsei und buntes Klebeband. Befüllen Sie das kleine gelbe Ei mit Reis, Sand oder kleinen Steinchen. Verschließen Sie die Kapsel und legen Sie sie zwischen die Löffel. Dann umwickeln Sie die Löffel inkl. der Stiele mit Klebeband und schon kann losgerasselt werden.



# Lustiger Handschuh

Aus einem alten Handschuh oder Waschlappen lässt sich schnell ein lustiges Spielzeug herstellen. Befestigen Sie bunte Fäden, Knöpfe oder kleine Glöckchen daran und ziehen Sie ihn über Ihre Hand.

# Umfüllspiel

Umfüllspiele sind ein lustiger Zeitvertreib. Ab dem 15. Lebensmonat versuchen die Kinder schon von alleine, ob und wie Dinge sich umfüllen lassen. Dies kann in der Badewanne gemacht werden mit unterschiedlich großen Plastikbehältern und Bechern. Das Wasser kann beliebig oft von einem Gefäß ins andere geschüttet werden.

Auch „auf dem Trockenen“ geht das: Suchen Sie unterschiedliche Behälter aus dem Küchenschrank oder Plastikdosen in verschiedenen Größen. Als Umschüttmaterial können Sie Reis benutzen.



# Bewegungsspiele

## Die Ballschaukel (ab dem 2. Lebensmonat)

Sie brauchen dazu nur einen aufgeblasenen Wasserball. Legen Sie Ihr Baby bäuchlings darauf und umfassen Sie mit beiden Händen seinen Oberkörper. Rollen Sie es nun leicht hin und her. Sobald es mit den Füßen den Boden berührt, wird es sich reflexartig abstoßen. Passen Sie Ihre Bewegungen an Ihr Baby an und bewegen Sie es auf dem Ball in die entsprechende Richtung.



## Die Glitzer-Knisterfolie (ab dem 4. Lebensmonat)

Alles was glitzert, knistert oder raschelt ist für Ihr Baby absolut faszinierend. Besorgen Sie sich eine Rettungsdecke (gold- und silberfarben beschichtete Spezialfolie), die in jedem Erste-Hilfe-Kasten enthalten ist, die es aber auch in der Apotheke günstig zu kaufen gibt. Wenn Sie diese über die normale Krabbeldecke auf den Boden legen und Ihr Baby dann bäuchlings darauflegen, wird es sich begeistert hin- und herbewegen und versuchen, alle Ecken der Glitzer-Knisterdecke zu erkunden.

# Kommunikation mit Ihrem Kind

## Warum ist Kommunikation mit dem Kind so wichtig?

Besonders wichtig sind für die Interaktion mit den Eltern die ersten drei Lebensjahre des Kindes. In diesem Zeitraum werden alle Grundlagen für eine gute Entwicklung gelegt.

Auch wenn das Baby selber noch nicht sprechen kann, braucht es für eine gesunde emotionale und geistige Entwicklung die vertraute Stimme und den Blickkontakt der Bezugspersonen. Zuwendung in Form von Sprache, Mimik und Gestik ist ein Grundbedürfnis jeden Kindes.

Mit dem Kind zu sprechen bedeutet, seine Reaktionen zu sehen, seine Bedürfnisse wahrzunehmen und darauf zu antworten. Das Kind wird sich dadurch seiner selbst bewusst.

Deswegen ist die Zeit, die Sie ausschließlich ihren Kindern widmen, so wichtig.



## Was kann ich tun?

Beobachten Sie sich doch einmal selbst, wie häufig sie das Smartphone nutzen, wenn sie mit Ihrem Kind zusammen sind. Lassen Sie sich schnell von Ihrem Handy ablenken?

Darf das Smartphone auch mal stumm sein, z. B. auf dem Spielplatz oder in der Krabbelgruppe?

Gibt es in der Familie Regeln für die Nutzung des Handys an die sich alle halten? Bei den Mahlzeiten sollte es zum Beispiel keinen Platz haben.



Nehmen Sie sich ausreichend Zeit ohne das Smartphone in der Hand auf ihr Kind einzugehen? Sprechen Sie viel mit ihrem Kind?

Wenn Sie Anregungen brauchen, Fragen haben oder unsicher sind, sind wir gerne für Sie da:

Kreis Wesel - Der Landrat

Frühe Hilfen

Jülicher Straße 6, 46483 Wesel

Telefon 02 81 2 07-71 30 oder -74 15

# Fingerspiele

## Himpelchen und Pimpelchen

Himpelchen und Pimpelchen gingen auf einen Berg.  
Himpelchen war ein Heinzelmann  
und Pimpelchen ein Zwerg.  
Sie blieben lange dort oben sitzen  
und wackelten mit ihren Zipfelmützen.  
Doch nach sechsundzwanzig Wochen  
sind sie in den Berg gekrochen.  
Schlafen dort in aller Ruh`  
Sei ganz still und hör´ gut zu.

(Himpelchen und Pimpelchen sind die beiden Daumen,  
die einen Berg erklimmen, z.B. die aufgestellten Knie.  
Dort wackeln sie, bis sie in der Faust verschwinden.  
Und dann hört man es ganz leise schnarchen.)

## Zehn kleine Zappelmänner

Zehn kleine Zappelmänner zappeln hin und her,  
zehn kleinen Zappelmännern fällt das gar nicht schwer.  
Zehn kleine Zappelmänner zappeln auf und nieder,  
zehn kleine Zappelmänner tun das immer wieder.  
Zehn kleine Zappelmänner zappeln rund herum,

zehn kleine Zappelmänner, die sind gar nicht dumm.  
Zehn kleine Zappelmänner spielen jetzt Versteck,  
zehn kleine Zappelmänner sind auf einmal weg.  
Zehn kleine Zappelmänner rufen laut: „Hurra!“  
Zehn kleine Zappelmänner sind nun wieder da.

(Die Hände werden mit zappelnden Fingern  
auf und ab bewegt, hinter dem Rücken versteckt und  
wieder hervorgeholt)

## **Kleine Schnecke**

zu der Melodie des Kinderliedes „Bruder Jakob“

Kleine Schnecke, kleine Schnecke,  
krabbelt rauf, krabbelt rauf,  
krabbelt wieder runter, krabbelt wieder runter,  
kitzelt dich am Bauch / Arm / Bein / Kinn

(Die Fingerspitzen krabbeln am Körper des Babys auf  
und ab, die genannten Körperteile werden gekitzelt)



# Kniereiter

## Hoppe, hoppe, Reiter

Hoppe, hoppe, Reiter  
Wenn er fällt,  
dann schreit er.  
Fällt er in den Graben,  
fressen ihn die Raben,  
fällt er in den Sumpf,  
macht der Reiter plums!



(Das Kind sitzt bei dem Erwachsenen auf den Knien und wird an den Händen, bzw. am Körper festgehalten. Mit sanften Auf-und-Ab-Bewegungen der Knie beginnen und immer stärker werden. Bei „plums“ plötzlich die Knie öffnen, das Kind durch die Beine rutschen lassen und auffangen.)

# Einschlaflied

## La Le Lu

Musik und Text: Heino Gaze



© 1950 by Peter Schaeffers Musikverlag, Berlin

# Eltern und Baby

## Gemeinsam Zeit verbringen

Damit Ihr Baby die Welt entdecken kann und sich dabei sicher und geborgen fühlt, braucht es persönliche Ansprache, Blick- und Körperkontakt und liebevolle

Zuwendung. Das Wickeln bietet intensive gemeinsame Zeit, die Sie mit Ihrem Kind genießen sollten.



Herausgeber: Kreis Wesel - Der Landrat  
Reeser Landstraße 31, 46483 Wesel

Urheber: Städteregion Aachen, 52070 Aachen

Cartoons: Renate Alf

Druck: wirmachendruck.de



KREIS WESEL