



# „Wiggle skills“

## Ich will hüpfen und rennen! Bewegung, Lebensfreude

**Warum ist das wichtig?** Klar, Bewegung ist gesund und macht Spaß. Nicht ganz so klar ist, dass sich über Klettern, Schaukeln, Wippen, Balancieren, Hüpfen, wild im Kreis rennen ein Verständnis vom Raum entwickelt. Eine der wichtigsten Grundlagen, um später mathematische und physikalische Gesetzmäßigkeiten zu verstehen.

Turnübungen an der Haltestange in der S-Bahn, in der Umkleidekabine Versteck spielen, zwischendurch mit Klötzen oder Lego bauen. Super! Bewegung und dreidimensionale Spiele bringen die kleinen Gehirne richtig auf Trab. „Coden ist wie Lego spielen“, erklärt Henning Beck. Zweidimensionale Spiele auf Tablet oder Handy sieht er dagegen eher kritisch. Seine Idee: bestimmte Räume, Kinder-, Schlafzimmer und/oder Küche zu smartphonefreien Räumen erklären. Statt Wischen: Toben, Hüpfen, Spielen. Oder in einem Buch nach Antworten suchen.

Mit den größer werdenden motorischen Möglichkeiten erweitern Kinder nicht nur ihren Bewegungsradius und ihre Wahrnehmungsfähigkeit, sondern auch ihren Erfahrungshorizont. Bewegung ist die wichtigste Voraussetzung, um zu lernen – vor allem draußen, wo sie nicht ständig aufpassen müssen, etwas umzuwerfen.

### BEIM TOBEN LEBENSFREUDE TANKEN

Herumtollen dient keinem anderen Zweck als der puren Freude am Sein. So wie eine Gämse nur aus Spaß an der Freude von Fels zu Fels springt, hüpfen Kinder in Pfützen und werfen sich juchzend in einen Blätterhaufen. Einfach mitmachen. Hebt sofort die Laune.