

Willkommene Spiele 0 – 3 Monate



Auf diesem Merkblatt werden verschiedene Anregungen für die spielerische Beschäftigung mit Säuglingen aufgezeigt.

Die Altersangaben sind nur als Orientierung gedacht, denn die Übergänge sind fließend.

Für individuelle Anregungen wenden Sie sich bitte an ihre Mütter- und Väterberaterin. Sie berücksichtigt den Entwicklungsstand und Vorlieben Ihres Kindes um eine ideale Förderung zu bewirken.



Junge Säuglinge sind sehr fasziniert von Gesichtern. Sie sehen von Anfang an auf die Distanz zwischen 20-30 cm am besten.

Hat ein Neugeborenes seine kurze Aufmerksamkeitsphase (ca. ½ - 3 Minuten) schauen Sie es direkt an und sprechen Sie mit ihm. Sobald es den Kopf wegdreht, ist es müde und erholt sich, beim ins "Leere" schauen. Sobald es wieder genügend Energie für diese Anstrengung hat, wird es Sie wieder anschauen.

Mimik: Neugeborene sind ab ca. dem 3. Tag in der Lage die Mimik des Gegenübers nachzuahmen.

Bsp. Öffnen des Mundes oder herausstrecken der Zunge; machen Sie langsame Bewegungen vor und wiederholen Sie diese immer wieder.

Sicher haben Sie schon bemerkt, dass das Neugeborene gerne starke Kontraste sieht. Hell-dunkel, schwarz-weiße Formen aber auch starke Farben kann es erkennen. Sie können aus schwarzem Papier Formen ausschneiden und an die weiße Wand hängen oder auch bunte Luftballons.

Hängen Sie ein Mobile über dem Wickeltisch oder dem Laufgitter auf. Die Bewegungen der einzelnen Teile faszinieren das Neugeborene.

Sie können ganz einfache Mobiles selber gestalten, lassen Sie ihrer Fantasie freien Lauf! Nachfolgend ein paar Beispiele:

Verschiedenfarbige kleine Seidentücher oder Federn in verschiedenen Höhen aufhängen. Diese schweben bei leichten Windbewegungen.

Einen Holzring umhäkeln und mehrere Zotten anhäkeln oder Bänder daran befestigen. Fingerhüte durchstechen und an den verschiedenen Zotten/Bändern gut anknüpfen ev. eine Perle als Pendel darin verknoten. Diese tanzen und klingen, wenn das Baby mit seinen noch unkoordinierten Bewegungen zufällig dranschlägt.

Das Neugeborene beginnt seine Finger in den Mund zu nehmen, es entdeckt sein erstes selbständiges Spiel. Es liebt auch einen Finger der Eltern zu packen und zum Mund zu führen.

Kleines leichtes Spielzeug kann ab ca. 2 Monate in die Händchen gegeben werden. Mit dem angeborenen Greifreflex hält der Säugling das Spielzeug, bis er es wieder verliert.

Spielsachen können Sie auch selber gestalten, zum Beispiel zwei Teesiebe mit ein paar Murmeln und einem Glöckchen zusammenbinden und nach Lust und Laune besticken.



"Kopf-Nuschitierli" haben ein Gesicht zum Schauen, Knoten und Etikette zum Greifen und die feine Struktur um sich "einzukuscheln".

Die Bauchlage sollte ab Geburt täglich 5-6x geübt werden, damit sich die Hals- und Rückenmuskulatur gut ausbildet. Üben Sie diese am besten beim Wickeln, verkehrt auf dem Wickeltisch, damit Sie Ihr Kind mit Ihrem Gesicht und Ihrer Stimme von vorne motivieren können. Auch der Vater kann sich flach auf den Rücken legen und das Kind auf seine Brust nehmen und so mit ihm sprechen. Bei der Mutter ist diese Position auch gemütlich, gilt aber nicht als Übung (Busenrundungen☺).

