Keksbackmassage

Interesse und Lernthema

Körperkontakt erleben, neue Gruppenmitglieder kennenlernen und die eigenen Grenzen sowie die Grenzen anderer besser wahrnehmen.

Bildungsbereiche und Rahmen

Bildungsbereiche: Emotionen und soziale Beziehungen; Bewegung und Gesundheit; Ethik und Gesellschaft; Sprache und Kommunikation.
Gruppe: höchstens acht Kinder im Alter von null bis drei Jahren.
Dauer: etwa fünf bis zehn Minuten.
Ort: Gruppenraum.

Material

Eine Decke, Matte oder andere weiche Unterlage; in der Vorlage wird auch ein Fell verwendet. Für die vorweihnachtliche Atmosphäre ist eine Kerze mit Weihnachtsduft vorgesehen.

Ziele

Die Übung fördert einen respektvollen Umgang und das Zusammengehörigkeitsgefühl. Freiwillig angenommene Berührungen können vertrauter werden. Die Kinder erleben Ruhe und Entspannung. Das Thema Keksbacken stellt einen Bezug zur Vorweihnachtszeit her.

Kompetenzen

• Ich gehe respektvoll mit anderen um und achte ihre Grenzen.
• Ich kann erkennen und mitteilen, was mir guttut.
• Ich kann sprachlichen Anleitungen folgen und mich am Mitsprechen beteiligen.
• Ich kann leichte und etwas festere Bewegungen unterscheiden und dosiert ausführen.

Didaktische Prinzipien

Lernen mit allen Sinnen, Partizipation, Inklusion, Differenzierung und Lebensweltorientierung.

Einstieg

Vor der Ruhephase wird das Licht gedimmt. Eine weiche Unterlage liegt in der Raummitte bereit. Die Fachkraft setzt sich mit den Kindern auf den Boden. Eine verwendete Kerze steht außerhalb ihrer Reichweite.

Die Kinder erfahren, dass sie freiwillig eine Keksbackmassage bekommen können. Ein interessiertes Kind legt sich auf den Bauch. Vor dem Beginn fragt die Fachkraft, ob es bereit ist, und wartet seine Antwort ab.

Massagegeschichte und Reflexion

Gemeinsam Kekse backen

Die Fachkraft fragt: „Was brauchen wir zum Keksebacken?“ Die Kinder können Zutaten nennen oder auf konkrete Vorschläge reagieren. Die gesprochenen Schritte werden mit sanften Bewegungen auf dem Rücken begleitet:

Ein Ei: Die Handfläche sanft auf den Rücken legen.
Zucker und Mehl: Mit den Fingerspitzen leicht über den Rücken tupfen.
Den Teig kneten: Behutsame Knetbewegungen ausführen.
Den Teig ausrollen: Mit den Handflächen über den Rücken streichen.
Kekse ausstechen: Die Fingerspitzen zusammenführen und an verschiedenen Stellen sanft aufsetzen.
Den Ofen einschalten: Eine kleine Drehbewegung auf dem Rücken ausführen.
Der Ofen wird warm: Mit den Handflächen sanft über den Rücken reiben, sodass Wärme spürbar wird.
Die Kekse abkühlen lassen: Einen Moment warten. Anschließend dürfen alle, die möchten, einen ausgedachten Keks „essen“.

Wiederholung und Beteiligung

Möchten weitere Kinder mitmachen, kann eine zweite Unterlage bereitgelegt werden. Ein Kind darf die Massage mit einem anderen Kind ausprobieren, während die Fachkraft ein weiteres Kind begleitet. Die Geschichte wird gemeinsam wiederholt.

Beobachtungen aus der Durchführung

Beim ersten Angebot beobachteten die Kinder die neue Aktivität aufmerksam und antworteten zunächst kaum. Konkretere Fragen zu den Zutaten erleichterten den Einstieg.

Die Massage in Zweierteams gelang in der beschriebenen Gruppe zunächst nicht. Stattdessen wollten die Kinder bei dem Kind mitmachen, das gerade von der Fachkraft massiert wurde. Diese Form der Beteiligung funktionierte gut.

Dabei blieb es wichtig, das empfangende Kind aufmerksam zu beobachten: Mehrere gleichzeitige Berührungen können schnell zu viel werden. Der vereinbarte Bereich ist ausschließlich der Rücken.

Alle Kinder, die wollten, erhielten eine Massage. Beim erneuten Angebot am nächsten Tag trauten sich weitere Kinder, die Massage auszuprobieren.