

Ulla Nedebock
Babys brauchen Musik

Ulla Nedebock

Babys brauchen Musik

Die besten Kitzellieder, Fingerspiele und Knireiter
für zwischendurch

So fördern Sie die Entwicklung Ihres Kindes
zwischen 0 und 2 Jahren

Mit Audio-CD

humboldt

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-86910-614-4

Die Autorin: Ulla Nedebock leitet Mutter-Kind-Kurse zur musikalischen Frühförderung und unterrichtet Musik für die Aller kleinsten. Durch ihre tägliche Arbeit mit Kindern weiß sie, dass sich Musik positiv auf die Entwicklung von Intelligenz, Kreativität, Motorik und Sprache auswirkt. Ulla Nedebock ist Mutter von drei Töchtern.

Originalausgabe

© 2010 humboldt

Eine Marke der Schlüterschen Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG,

Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover

www.schluetersche.de

www.humboldt.de

Autor und Verlag haben dieses Buch sorgfältig geprüft. Für eventuelle Fehler kann dennoch keine Gewähr übernommen werden. Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

Lektorat: Nathalie Röseler, Dateiwerk GmbH, Pliening

Covergestaltung: DSP Zeitgeist GmbH, Ettlingen

Innengestaltung: akuSatz Andrea Kunkel, Stuttgart

Titelfoto: Getty Images/Andrew Olney

Satz: PER Medien+Marketing GmbH, Braunschweig

Druck: Grafisches Centrum Cuno GmbH & Co. KG, Calbe

Hergestellt in Deutschland.

Gedruckt auf Papier aus nachhaltiger Forstwirtschaft.

Inhalt

Vorwort	10
Einleitung	12
Zum Aufbau des Buchs	13
Das Baby ist da	15
Alles durcheinander	15
Glücksmomente	16
Eine Viertelstunde	17
Konzentrieren kann man lernen	19
Kann man mit Babys spielen?	22
Spaß miteinander	22
Alles übertrieben	23
Ist es nicht noch zu klein?	24
Hand-Auge-Koordination	26
Sprachverständnis fördern	26
Im Walzertakt	27
Gehirnentwicklung	28
Sich dem Baby anpassen	29
Wache Babys fördern	29
Im Schlaf lernen	31
Spaß beim Wickeln	32
Vom Rücken auf den Bauch	32
Körpergefühl	35

Massagelieder gegen Bauchweh	37
Bauchmassage mit Öl	38
Armschaukel	41
Wie heißt du?	42
Jede Familie braucht Rituale	43
Schon wieder dasselbe Lied	44
Bekanntes merken, Neues lernen	46
Ruhiger werden – Gutenachtlieder	47
Babys haben eine innere Uhr	47
Abends „runterkommen“	48
Der Stern sagt: „Schlafenszeit“	49
Nur noch ins Bett	50
Gut behütet	52
Abendrituale	53
Beruhigende Farben	55
Wiegen und schaukeln	56
Spiellieder für den Tag	57
Wilde Reisen	58
Fingermärchen	63
Den Körper kennenlernen	68
Schokoladenseite	71
Fingerspiel rückwärts	73
Auf dem Arm tanzen	74
Schaukeln tut gut	77
Flattersäckchen und Schellenband	78

Töne hören, Töne machen	80
Ist das Musik?	80
Krach machen	80
Trommeln gibt es überall	81
Erste Instrumente	83
Eine Geschichte erzählen	83
Lernen durch Zuschauen?	86
Vorsingen ist wichtig	88
Lieblingslieder	89
Aber ich kann gar nicht singen	89
Mamas und Papas Stimme	90
Die Sprachentwicklung fördern	91
„O“ und „A“	91
Das erste „Mama“	92
Babys lernen Grammatik	93
Kuckucklieder	95
Da war doch was!	96
Wo bist du?	99
Lieder zum Trösten	101
Magische Worte	101
Rhythmusgefühl entwickeln	104
Klatschen ist doch einfach	106
Grundschat, Takt und Rhythmus	106
Mit dem Kind reiten	108
Hören – spüren – machen	108

Arme und Beine sortieren	113
Roller und Raser	113
Mein kleiner Tanzpartner	116
Im Kreis	116
Das Gleichgewicht halten	118
Mit den kleinen Fingern	121
Immer beide Hände	123
Von morgens bis abends	124
Wecken	124
Keine Lust zum Wickeln?	126
Gelassen bleiben	127
Beim Essen	129
Tischreime	130
Gemeinsam essen	130
Mitmachen tut allen gut	133
Leintuchspaß	133
In der Badewanne	135
Im Wasser spielen	136
Matsch-Patsch-Tag	138
Barfuß	139
Entspannung für Klein und Groß	141
Abendritual	142
Vertraute Melodie	143

Wie kann ich mein Kind weiterhin mit Musik fördern?	146
Musik gehört dazu	146
Spielgruppen	147
Zu Hause beschäftigen	148
Einfach zuhören	148
Musik macht glücklich	149
Lernen fürs Leben	150
Sinnvoller Zeitvertreib	150
Wichtiges Wirgefühel	151
Persönlichkeit bilden	151
Anhang	153
Thematisches Verzeichnis der Lieder und Reime	153
Alphabetisches Verzeichnis der Lieder und Reime	154
Bücher zum Weiterlesen	156
Interessante Internetadressen	157
Verwendete Literatur	157
Register	158

Vorwort

Liebe Mutter, lieber Vater,

schon als Ihr Kind im Bauch heranwuchs, hat es Töne wahrgenommen. Der Herzschlag der Mutter war der erste Takt, den es gehört hat. Und auch noch nach der Geburt geht eine beruhigende Wirkung von diesem Geräusch aus – nicht zufällig nimmt man ein Baby meist so in den Arm, dass sein Kopf an der linken Brust ruht, wo es den Herzschlag gut hören und spüren kann.

Als Eltern tun Sie sicher alles, um Ihrem neuen Familienzuwachs ein angenehmes Zuhause zu bieten. Nach der ersten Zeit der großen Umstellung gibt es bestimmt immer noch Tage, an denen Sie an Ihre nervlichen Grenzen geraten, aber der Alltag hat sich doch eingespielt. Sie denken darüber nach, wie Sie Ihr Baby fördern können, damit es sich möglichst gut entwickelt. Das ist ganz einfach, denn Kinder lernen spielerisch. Spielen ist für sie Lernen. Diese angeborene Fähigkeit, Neues kennenlernen zu wollen, können Sie zu Hause wunderbar nutzen, um Ihrem Kind ein gutes Rhythmusgefühl und Spaß an Musik mitzugeben.

Wenn Sie mit Ihrem Baby Musik „spielen“, schulen Sie mit viel Spaß das musikalische Gehör. Bei Kniereiterliedern erspürt es den Rhythmus, bei Fingerspielen beginnt es seine Finger einzeln zu bewegen, bei Kitzelreimen lernt es seinen Körper kennen. Fingermärchen beflügeln seine Fantasie und Wiegenlieder schaffen Entspannung. Bei alledem fördern Sie nebenbei das Verständnis für Sprache und das Sprechen.

Zusammen spielen, singen und tanzen – eine hervorragende Basis, damit sich das Baby oder Kleinkind wohlfühlt. Krabbelverse und Kniereiter bringen Mutter und Kind (oder Vater, Großmutter usw. und Kind) ganz nah zusammen. Und am Ende schaut das Baby erwartungsvoll und das Kleinkind ruft: „Noch mal, noch mal!“, sodass vielleicht aus dem kurzen Moment ein langer wird. Als Erwachsener wird man dabei die Erfahrung machen, dass es sich überaus gelohnt hat, Waschmaschine oder Schreibtisch für einige Minuten warten zu lassen. Ein Kinderlachen ist tausendmal wertvoller und bringt so viel Nähe. Ihre persönlichen Lieblingsspiellieder und Lieblingsreime werden schon bald hilfreiche Rituale für den Alltag sein, die Halt und Geborgenheit geben und auch mal über Trotz oder Tränen hinweghelfen.

Betrachtet man die Zeitspanne, die man mit seinen Kindern verbringt, ist jene Phase doch sehr kurz, in der sie Mama und Papa so sehr brauchen, umwerben, bewundern und genießen. Genießen Sie es auch! Und viele Untersuchungen haben gezeigt: Wer in den ersten Jahren Geborgenheit und liebevolles Vertrauen schafft, legt einen wichtigen Grundstein für die spätere Beziehung.

Wenn Musik zum täglichen Allerlei des Kindes dazugehört, dann wird die Musik es in der Zeit des Reifens und im Erwachsenenleben begleiten. Ob Freude an Musik später bedeutet, einfach gerne Musik zu hören oder dazu zu tanzen oder selbst mit einem Instrument oder der eigenen Stimme zu musizieren – wertvoll ist alles und jeder kann Musik auf seine eigene Weise zu einem Teil seines Lebens machen. Legen Sie als Eltern den Grundstein dafür!

Ulla Nedebock

Einleitung

Man kann dieses Buch einfach irgendwo aufschlagen und einen Kitzelreim oder ein Gutenachtlied ausprobieren. Das ist problemlos möglich, denn zu jedem Lied gibt es eine genaue Spielanleitung und Ideen und Tipps, mit denen man direkt loslegen kann. Das erfordert keinerlei Vorbereitung und keine zusätzlichen Materialien, und wer möchte, legt dazu die mitgelieferte CD ein.

Alle Reime und Lieder, die im Buch vorkommen, sind auch auf der CD zu hören. Es ist eine Mischung aus neuen und aus überlieferten Melodien und Texten, die speziell für das Spielen mit Babys und Kleinkindern geeignet sind. Da Sie alles anhören können, wird Ihnen das Singen der Lieder leicht fallen. Es genügt vollkommen, auch nur die erste Strophe eines Liedes zu singen. Und wenn die mal „sitzt“, fällt die zweite Strophe schon viel leichter, weil die Melodie ja bereits vertraut ist. Vielleicht kommt Ihnen ja auch das eine oder andere Gutenachtlied bekannt vor, weil Ihre Mutter Sie ebenfalls damit in den Schlaf gesungen hat. Oder Sie erinnern sich an ein Fingerspiel, das Ihr Großvater Ihnen vorgemacht hat. Den vollständigen Text oder die Melodie haben Sie aber vielleicht nicht mehr parat. Dafür ist diese Kombination aus Buch und CD ideal. So haben Sie als Eltern die Möglichkeit, zu Hause mit Ihrem Baby oder Kleinkind Musik zu „spielen“, eine Menge Spaß miteinander zu haben und es ganz nebenbei auf vielfältige Weise zu fördern.

Zum Aufbau des Buchs

Was kann man mit Säuglingen spielen? Dafür hält der erste Teil des Ratgebers eine Fülle von Anregungen bereit. Erste Kitzelreime, beruhigende Wiegenlieder, Massagelieder gegen Bauchweh und Abendrituale finden schon im Alltag mit den Aller kleinsten ihren Platz. Das Kapitel „Spiellieder für den Tag“ bietet viele Vorschläge, wie man auf die neuen Entwicklungsschritte seines Babys eingehen kann. Mit ersten Instrumenten, Fingermärchen, Kuckuckliedern und lustigen Kniereitern fördert man das Körpergefühl, das Sprachverständnis und das musikalische Gehör. Auch für kleine Wehwehchen finden sich hier tröstende Kinderlieder.

Kleinkinder ab etwa einem Jahr beginnen zu laufen, können sich schon mitteilen und ihre Wünsche und Abneigungen deutlich zeigen. Ihren Bewegungsdrang können Sie mit kleinen Tänzen unterstützen. Mit den Wickelliedern und Badewannenreimen des Kapitels „Von morgens bis abends“ kommen Sie besser durch den Tag und begleiten Ihr Kind mit beruhigenden Abendliedern in den Schlaf. Hilfreiche Tipps, wie Sie in schwierigen Situationen, etwa bei Bauchschmerzen oder abendlichen Schreiatacken reagieren können, finden Sie hier ebenso wie Ideen, um mit einfachen Mitteln eine Fingerpuppe oder ein Schellenband zu basteln.

Einige Lieder und Reime gefallen Ihnen besonders gut? Wunderbar, denn wenn Sie zum Beispiel das Lied „Das Sternlein“ immer vor dem Zubettbringen singen, entwickeln Sie ein kleines Ritual, das nach einiger Zeit gar nicht mehr aus Ihrem Tagesablauf wegzudenken ist. Für Ihr Kind ist es das Signal:

„Aha, Mama singt das Lied vom Sternlein, dann geht es jetzt ins Bett.“ Und Rituale sind wahre Wundermittel, um den Kindern Sicherheit und Vertrauen zu schenken.

Ein Fingermärchen, das Ihnen und Ihrem Baby besonders gut gefällt, kann es durch die ganze Kindheit begleiten. Solange es noch sehr klein ist, werden Sie es ihm vorspielen. Es wird versuchen, Ihre Finger zu greifen. Nach seinem ersten Geburtstag versucht es irgendwann, mit den eigenen Fingern mitzuspielen. Dann holen Sie vielleicht die Trommel heraus und spielen den Reim auf der Trommel mit. Wenn noch ein paar Monate vergangen sind, wird Ihr Kind unbändig stolz sein, dass ihm der Wechsel vom Trommeln zum Klatschen an der richtigen Stelle gelungen ist. Ein scheinbar schlichtes Fingerspiel schenkt also einem Kind in verschiedenen Altersstufen ganz unterschiedliche Erfolgserlebnisse. Ihr zu einem Kleinkind herangewachsenen Baby singt gerne mit, und wenn es selbst laufen kann, tanzt es voller Freude dazu.

Das Baby ist da

Der Alltag mit einem Baby oder Kleinkind lässt Müttern und Vätern oft wenig Zeit, um sich in aller Ruhe mit ihm zu beschäftigen. Zwischen Wickeln, Stillen oder Füttern muss eingekauft, die Wäsche gemacht und noch der eine oder andere Schreibtischkram erledigt werden. Eltern stehen vor neuen, ungewohnten Anforderungen und wollen alles richtig machen. Es braucht Zeit, bis man den Säugling liebevoll und ohne Hektik versorgen und entspannt mit ihm spielen kann. Gelassenheit und mehr Sicherheit stellen sich erst nach einer Zeit der Gewöhnung ein.

Alles durcheinander

Der kleine Familienzuwachs bringt zunächst einmal das ganze Leben durcheinander. Auch wenn man nach ein paar Monaten einen halbwegs geregelten Tagesablauf geschaffen hat, so lässt sich doch wenig planen. An einem Tag hat das Baby vielleicht Bauchschmerzen und schreit bis tief in die Nacht und möchte herumgetragen werden. Ein andermal ist es ganz aufgedreht und mag nicht einschlafen. Und am nächsten Tag ist es wieder ein fröhlicher Sonnenschein, dessen Lachen für die langen Nachtstunden entschädigt. Mangelnder Schlaf und ein angegriffenes Nervenkostüm sind typisch für die ersten Monate mit einem Baby. Wo soll man da noch Zeit und Geduld hernehmen, um mit dem Baby zu singen und zu spielen?

Glücksmomente

Doch es gibt diese Lücken. Kleine Momente im ausgefüllten Alltag, die man zum Schmusen, Singen und Spielen nutzen kann. Sei es beim Wickeln, beim Füttern, beim Zubettbringen, beim Autofahren oder im Wartezimmer.

Aber womit soll man diese Momente füllen? Dafür bieten sich kurze Fingerspiele, Reime und Kinderlieder an, wie sie in diesem Band zusammengestellt sind. Die Texte sind nicht lang, prägen sich gut ein und die Melodien sind häufig bekannt.

Probieren Sie es mal mit diesem kurzen Kitzelreim:

||| Mondgesicht

Punkt, Punkt, Komma, Strich,
ich male mir ein Mondgesicht.

Der Mond ist rund,
der Mond ist rund.

Er hat zwei Augen,
Nas' und Mund.

Nehmen Sie die kleine Hand in Ihre Hand und streichen Sie mehrfach darüber, damit sich die Finger entspannen. Dann malen Sie mit Ihrer anderen Hand ein Gesicht in die kleine Hand. Am Schluss tippen Sie sanft auf Augen, Nase und Mund Ihres Babys.



Eine Viertelstunde

Das Gefühl kennen jede Mutter und jeder Vater – man liegt abends im Bett, lässt den Tag vor seinem geistigen Auge vorbeiziehen und spürt die Enttäuschung darüber, dass sich keine ruhige Minute zum Spielen gefunden hat. Besonders in Familien mit mehreren Kindern ist der Tag ganz damit ausgefüllt, all das, was sein muss, „auf die Reihe zu kriegen“. Der Haushalt muss erledigt werden, nachmittags brauchen die älteren Geschwister Unterstützung bei den Hausaufgaben, man spielt Taxi für die Kinder und abends müssen alle rechtzeitig ins Bett bugsiert werden.

Wenn man derart im Hamsterrad rennt, wird sich der passende Moment für ein Fingerspiel oder einen Kniereiter nicht plötzlich einfach so ergeben. Und hat man überraschend etwas Luft, dann ist man froh um diese kleine Pause und möchte sie nicht gleich wieder mit neuem Programm füllen. Was also tun? Freie Zeit einplanen! Auch wenn es wie ein Widerspruch klingt: Reservieren Sie eine Viertelstunde nur zum Spielen. Das hört sich wenig an. Aber 15 Minuten, in denen es nur „du und ich“ gibt und die ganz dem Spiel gehören, sind viel Zeit.

Suchen Sie sich ein Lied oder einen Reim aus und beginnen Sie die Spielzeit immer damit. Das ist für Ihr Baby das Signal: Spielzeit! Vielleicht werden es nur zehn Minuten, vielleicht aber auch mehr, das hängt ganz davon ab, wie viel Spaß Sie beide heute dabei haben. Spielen Sie ohne Ehrgeiz. Ein andermal bleibt das Kind vielleicht länger dabei. Entscheidend ist nicht die Dauer des Spielens, sondern der besondere Moment von Nähe und Geborgenheit.

So eine Spielzeit braucht keine große Vorbereitung. Vielleicht liegt Ihr Baby gerade auf der Krabbeldecke – dann setzen Sie sich einfach dazu. Oder Sie machen es sich gemeinsam auf dem Sofa bequem und das Kleine liegt an Ihre Oberschenkel gelehnt auf Ihrem Bauch. So haben Sie beide Arme frei und können die Hände erzählen lassen. Bei dem folgenden Märchen ist eine Hand der flatternde Spatz oben am Himmel, die andere Hand die lauende Katze am Boden. Der Spatz fliegt umher und landet auf dem Bauch oder dem Köpfchen Ihres Kindes und kitzelt es fröhlich.

Babys lieben das Handmärchen vom frechen Spatz, der sie am Schluss kitzelt:

||| Geflogen kommt ein Spatz

Geflogen kommt ein Spatz,
geschlichen kommt die Katz.
Schon hebt sie an zum Springen,
will's Spätzlein gleich verschlingen!
Da ist in hohem Bogen
der Spatz davongeflogen.
Er setzt sich auf ein Haus
und lacht die Katze aus.
Hihi, hihi, hi!

Konzentrieren kann man lernen

Bei Kindern im ersten Lebensjahr wird aus der Viertelstunde allmählich mehr, weil sie im Laufe der Zeit längere Wachphasen haben und sich besser auf eine Sache konzentrieren können. Die Konzentrationsfähigkeit ist etwas, das Kinder lernen müssen: an etwas dran bleiben, noch mal und noch mal probieren, etwas fertig machen. Wer das nicht kann, hat spätestens in der Schule zu kämpfen. Als Eltern kann man diese Fähigkeit beim Kleinkind fördern, indem man es ermutigt, den Turm aus Bauklötzchen nochmals aufzubauen oder erneut zu probieren, ob es die Trommel laut und leise spielen kann, oder ob es zum Fingerspiel mit dem Zeigefinger wackeln kann. Auch hier gilt: Fördern Sie ohne eigenen Ehrgeiz und erkennen Sie

die momentanen Grenzen Ihres Kindes an. Wenn es ihm keinen Spaß mehr macht, spielen Sie ein anderes Mal miteinander weiter.

Beim folgenden Lied ist Konzentration gefragt. Kleinkinder mögen gerne längere und abwechslungsreichere Lieder. Immer wieder einen anderen Körperteil zu bewegen ist für ein Kleinkind ganz schön schwierig, fordert sie aber heraus. Solche Herausforderungen schulen das Zusammenspiel von Finger, Arm, Fuß usw. und lehren ein gutes Gefühl für den eigenen Körper.

||| **Wir spielen, wir spielen und fangen lustig an**

Wir spielen, wir spielen und fangen lustig an.

Und wenn der Daumen nicht mehr kann,
dann kommt der Zeigefinger dran.

Wir spielen, wir spielen und fangen lustig an.

Und wenn der Zeigefinger nicht mehr kann,
dann kommt der Mittelfinger dran.

(weilerspielen mit Ringfinger, kleinem Finger,
Faust, Ellbogen, Füßchen)

Und wenn die Hand dann nicht mehr kann,
dann kommt zum Schluss der Kopf noch dran.

Wir spielen, wir spielen und fangen lustig an.

Und wenn das Köpfchen nicht mehr kann,
dann ist das Kind mit Schlafen dran.

Wir schlafen, wir schlafen, wir schlafen alle ein.

Dieses Lied kann man gut spielen, wenn Kind und Erwachsener auf dem Boden nebeneinander sitzen. So kann das Kleinkind gut nachmachen, was Mama oder Papa vormachen, ohne alles spiegelverkehrt zu sehen. Zunächst tippen die einzelnen Finger auf den Boden, dann trommelt die Faust, dann tippt der Ellbogen, dann trommelt der Fuß, dann nickt der Kopf und schließlich legt man den Kopf zum Schlafen auf die gefalteten Hände.

Als Mutter oder Vater wissen Sie selbst am besten, zu welcher Tageszeit Ihr Kind wach und aufnahmefähig ist. Und auch während des Spiels müssen Sie beurteilen, ob Ihr Kind noch Spaß hat oder ermüdet und unkonzentriert ist. Das Lied „Wir spielen, wir spielen“ kann man beliebig ausbauen oder auch abkürzen, je nachdem, ob Ihr Kind noch spielen mag.

Auf jeden Fall sorgen Momente, in denen Sie sich ganz intensiv mit dem Kind beschäftigen, dafür, dass Sie sich abends im Bett sagen können: „Zwischen all dem Alltagskram haben wir zwei viel Spaß miteinander gehabt!“

Vielleicht schreiben Sie sich in den Kalender „Spielzeit zwischen 9 und 10 einplanen“ oder heften einen Klebezettel an den Kühlschrank. Klingt absurd? Ist es aber nicht, denn Essens- und Schlafenszeiten versuchen Sie ja auch einzuhalten. Da ist es nur logisch, auch Zeiten für die Förderung der seelischen und geistigen Entwicklung Ihres Kindes einzuplanen.