

ULLA NEDEBOCK

# BABYS BRAUCHEN MUSIK

Kitzellieder, Fingerspiele und Knirreiter

Hilfreiche Rituale für eine gesunde Entwicklung



**humboldt**

ULLA NEDEBOCK

# BABYS BRAUCHEN MUSIK

Kitzellieder, Fingerspiele und Knireiter

Hilfreiche Rituale für eine gesunde Entwicklung



# INHALT

<b>Liebe Mutter, lieber Vater</b>	<b>8</b>
<b>Warum eine Audio-CD?</b>	<b>10</b>
Einfach ausprobieren! .....	11
<b>Das Baby ist da</b>	<b>13</b>
Alles durcheinander .....	13
Glücksmomente genießen .....	14
Eine Viertelstunde nur für uns .....	15
Spielen und nicht überfordern .....	17
<b>Kann man mit Babys spielen?</b>	<b>20</b>
Spaß miteinander .....	20
Zusammen Quatsch machen .....	21
Ist es nicht noch zu klein? .....	22
Hand-Auge-Koordination .....	23
Sprachverständnis fördern .....	24
Im Walzertakt .....	24
Gehirnentwicklung und Konzentrationsfähigkeit .....	26
Sich dem Baby anpassen .....	26
Wache Babys fördern .....	27
Im Schlaf lernen .....	28
<b>Spaß beim Wickeln</b>	<b>29</b>
Vom Rücken auf den Bauch .....	30
Morgenritual .....	31



## **Massagelieder gegen Bauchweh**

**33**

Hilfe bei Blähungen .....	33
Bauchmassage mit Öl .....	34
Armschaukel .....	36

## **Jede Familie braucht Rituale**

**38**

Schon wieder dasselbe Lied .....	39
Bekanntes merken, Neues lernen .....	40

## **Babys mit Gutenachtliedern beruhigen**

**41**

Babys haben eine innere Uhr .....	41
Abends „runterkommen“ .....	42
Der Stern sagt: „Schlafenszeit“ .....	44
Nur noch ins Bett .....	45
Gut behütet .....	45
Ein eigenes Abendritual finden .....	46
Beruhigende Farben .....	48
Wiegen und schaukeln .....	49

## **Spiellieder für den Tag**

**50**

Wilde Reisen .....	51
Wie heißt du? .....	54
Zusammen tanzen .....	56
Fingermärchen .....	60



<b>Lieder zum Trösten</b>	<b>65</b>
Rituale mit magischen Worten .....	66
<b>Den Körper kennenlernen</b>	<b>69</b>
Schokoladenseite .....	72
Fingerspiel rückwärts .....	74
Flattersäckchen und Schellenband .....	75
<b>Selbst Musik machen mit der Trommel</b>	<b>76</b>
Krach machen .....	77
Laute und leise Töne .....	77
Instrumente für kleine Kinderhände .....	79
Fingerspiele mit der Trommel .....	79
Fingermärchen sind wie Kasperletheater .....	80
Lernen durch Zuschauen .....	82
<b>Vorsingen ist wichtig</b>	<b>83</b>
Alle Babys machen dieselben Töne .....	83
Kinderlieder sind einfach und schön zugleich .....	84
Aber ich kann gar nicht singen .....	85
Mamas und Papas Stimme .....	85
<b>Die Sprachentwicklung fördern</b>	<b>86</b>
„O“ und „A“ .....	86
Das erste „Mama“ .....	88
Babys lernen Grammatik .....	88



<b>Kuckucklieder</b>	<b>90</b>
Babys besitzen noch kein Kurzzeitgedächtnis .....	91
Wo bist du? .....	94
<b>Rhythmusgefühl entwickeln</b>	<b>95</b>
Klatschen ist einfach .....	96
Grundschlag, Takt und Rhythmus .....	97
Mit dem Kind reiten .....	98
Hören – spüren – machen .....	99
<b>Arme und Beine sortieren</b>	<b>103</b>
Poporutscher und Raser .....	103
Mein kleiner Tanzpartner .....	106
Das Gleichgewicht halten .....	108
<b>Fingerspiele für die Feinmotorik</b>	<b>111</b>
Immer beide Hände .....	114
<b>Von morgens bis abends</b>	<b>115</b>
Wecken .....	115
Keine Lust zum Wickeln? .....	117
Trotz Terminstress gelassen bleiben .....	118
Zusammen „arbeiten“ und Spaß haben .....	119
Leintuchspiel .....	120
Gemeinsam Essen .....	122
Tischreime .....	123
In der Badewanne .....	125



Im Wasser spielen .....	126
Matsch-Patsch-Tag .....	127
Barfuß .....	129

**Entspannung am Tagesende 130**

Ein schönes Abendritual etablieren .....	131
Vertraute Melodien beruhigen .....	132

**Wie kann ich mein Kind weiterhin mit Musik fördern? 135**

Musik gehört dazu .....	135
Spielgruppen .....	136
Sich zu Hause Zeit nehmen .....	137
Welche Musik ist für kleine Kinder geeignet? .....	137
Mehr Selbstvertrauen in der Pubertät .....	139
Musizieren bildet die Persönlichkeit .....	140

**Anhang 142**

Thematisches Verzeichnis der Lieder und Reime .....	142
Alphabetisches Verzeichnis der Lieder und Reime .....	146
Bücher zum Weiterlesen .....	149
Interessante Internetadressen .....	149
Verwendete Literatur .....	150

**Register 151**

**Lieder auf der Audio-CD 154**

# 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 Zeit 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 schenkt, schafft eine tragfähige Basis für die lebenslange 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*

## WARUM EINE AUDIO-CD?

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.

## Einfach ausprobieren!

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 Knieritern 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 Schreiattacken 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 anstrengenden 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 genießen

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 nur für uns

Das Gefühl kennt 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 lauernde 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!

