

Inhalt

Einleitung 11

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP®) 17

Ziele des Prager-Eltern-Kind-Programms 19

Standards der PEKiP-Gruppenarbeit 21

KAPITEL 1

DIE NEUE LEBENSSITUATION 23

Die aufregende Zeit nach der Geburt 25

Muttersein und Berufstätigkeit 30

Die Bedeutung des Vaters 33

Die Bedürfnisse des Säuglings 36

Einklang finden 45

KAPITEL 2

KINDER IN IHRER ENTWICKLUNG BEGLEITEN 49

Die Entwicklung des Babys 51

Leben ist Bewegung von Anfang an 57

Die Welt kennenlernen 67

Das Baby beobachten und Kontakt zu ihm aufnehmen 77

Tragen und getragen werden 92

Tragen im Tragetuch 105

Wohlfühlen ohne einengende Kleidung 108

In der Nähe von Mutter oder Vater auf dem Boden liegen 112

KAPITEL 3

ANREGUNGEN ZUR BEWEGUNG UND ZUM SPIELEN IM ERSTEN LEBENSJAHR 125

Grundlagen des PEKiP 127

Voraussetzungen für das Spielen mit dem Kind 137

Weitere Anregungen für das erste Vierteljahr	142
Anregungen für das zweite Vierteljahr	168
Anregungen für das dritte Vierteljahr	199
Über das Sitzen	221
Fremdeln	231
Wie sich Babys fortbewegen	234
Die Nachteile des Lauflerngeräts	240
Das vierte Vierteljahr	243
Anregungen für Fortbewegung und Aufrichten	249
Anregungen zum Greifen, Halten, Loslassen und für die Sprachentwicklung	267
Vorschau auf das zweite Lebensjahr	293

KAPITEL 4

DIE GRUPPENARBEIT DES PEKiP®	295
Historische Entwicklung des PEKiP	297
Die Anfänge des PEKiP in der BRD	302
Untersuchung: Wie kommt die PEKiP-Gruppe bei den Eltern und ihren Babys an?	306
Was die Gruppe den Eltern gibt	310
Was die Gruppe den Kindern gibt	319
Wie sieht eine PEKiP-Gruppe in der Praxis aus?	323
Keine PEKiP-Gruppe in der Nähe?	325
Werte, die im Leben mit Kindern wichtig sind	327
Babys bzw. Kleinkinder und digitale Medien	332
Die Betreuung des Babys im ersten Lebensjahr	337
Blick in die Zukunft	340
Literatur und weitere Medien	343
Register	344

DIE ANREGUNGEN UND SPIELE

DAS ERSTE VIERTELJAHR

- Das ausgezogene Baby auf eine Decke legen 63
- Den Füßen in Bauchlage Widerstand bieten 86
- Einen Finger zum Festhalten reichen 88
- Den Füßen in der Rückenlage Widerstand bieten 89
- Das Baby über die Seite hochnehmen 93
- Tragen an der Schulter 98
- Tragen vor dem Bauch 99
- Tragen in der Rückenlage 100
- Tragen in der Seitenlage 100
- Tragen in der Bauchlage 101
- In Bauchlage miteinander sprechen 117
- Das Baby in Bauchlage auf unseren Körper legen 118
- Den Kopf in Bauchlage mit Unterstützung heben 119
- Streicheln der Füße 122
- Miteinander in Kontakt treten 130
- Streicheln des Babys 143
- Hände öffnen durch Streicheln 145
- Gesicht mit den Augen verfolgen 147
- Spielzeug verfolgen 148
- Spielzeug nach oben und unten bewegen 149
- Spielzeug im Kreis drehen 150
- Den Rücken streicheln 151
- Treten gegen einen Wasserball 151
- Abstoßen vom Wasserball 153
- Leichter Zug nach rechts und links 155
- Heben des Kopfes in der Bauchlage 156
- Spielen auf den Oberschenkeln der Bezugsperson 160
- Kind in aufrechter Haltung nach rechts und links neigen 161
- Kind über den Kopf heben 163
- Spielzeug «be-greifen» 164
- Schnur mit Gegenständen betrachten 166

DAS ZWEITE VIERTELJAHR

- Mit dem Baby plaudern 168
- Spielzeug in Bauchlage verfolgen und ergreifen 171
- Spielzeug vor das Kind legen 173
- Kind auf dem Schoß hopsen lassen 174
- Wasserball in Rückenlage mit den Händen greifen 177
- Greifen nach unseren Fingern und Füßen sowie anderen Gegenständen 178
- Gegen den Wasserball treten 179
- Drehen über die Seiten- in die Bauchlage mit Hilfe unseres Fingers 180
- Drehen in die Bauchlage mit Hilfe 182
- Zurückdrehen in die Rückenlage 183
- Gegenstände greifen 184
- Sich aus der Rückenlage kreisförmig hochziehen 186
- Spielen in aufrechter Haltung 188
- Kind über Oberschenkel legen 190
- Sich mit dem Baby unterhalten 191
- Rumpfkreisen 192
- Lehnen am Oberkörper 194
- Bewusstes Abstoßen vom Wasserball 195
- Schnur mit Spielsachen über das Kind spannen 196
- Spielen mit dem eigenen Körper 196

DAS DRITTE VIERTELJAHR

- Gegenstände benennen 201
- Drehen in die Bauchlage 206
- Baby auf den eigenen Körper legen und sich bewegen 208
- Drehen um die eigene Achse 209
- Über die Körpermitte greifen 211
- Verschiedene Greifmöglichkeiten 212
- Spielzeug in einem flachen Behälter 214
- Karton mit Loch 215

Jeder Hand des Kindes ein Spielzeug reichen 216
Sich nach hinten abstoßen 216
Mit den eigenen Füßen spielen 218
Nach oben greifen 219
Sich an Ringen hochziehen 219
Seitlicher Ellbogenstütz 220
Dinge runterwerfen 225
Spielen mit rauen Gegenständen 226
Mit Bändern, Kordeln und Schnüren spielen 226
Zwei Gegenstände gleichzeitig halten 227
Kuckuck-Spiele 227
Zwiesprache miteinander halten 228
Kochlöffel greifen 230
Hinunterklettern von unserem Körper 236
Ursache und Wirkung erfahren 237
Vierfüßlerstand mit Unterstützung 238
Kind auf dem Schoß selbständig essen lassen 239
Becher auseinanderziehen 239

DAS VIERTE VIERTELJAHR

Krabbeln auf unterschiedlichen Oberflächen 249
Aufrichten in den Kniestand 250
Krabbeln auf einer schrägen Ebene 251
Hindernis-Krabbeln 251
Vom Sitzen zum Krabbeln 252
Durch Gegenstände hindurchkrabbeln 253
Fangen spielen 253
Aus der Krabbelstellung hochgreifen 255
Spielen auf einer leicht erhöhten Ebene 255
An einer Stufe hinauf- und hinunterkrabbeln 255
Aufrichten am Körper der Eltern 258
Unterstützung beim Hinstellen 258
Aus dem Stand wieder in die Hocke gelangen 260

Das Gewicht von einem Fuß auf den anderen verlagern 261
Auf eine erhöhte Ebene klettern und wieder absteigen 262
Aufstehen an einer glatten Wand 263
Klettern auf einen Tritthocker 263
Stehen mit ein wenig Hilfe 263
An einer Hand laufen 264
Erste selbständige Schritte 264
Gemeinsame Mahlzeiten 268
Mit Gebrauchsgegenständen hantieren 272
Gegenstände differenziert benennen 273
Papier zerreißen 274
Gefäße mit Wasser füllen 274
Schüsseln ein- und ausräumen 275
Schlüssel ausprobieren 275
Zwei Bauklötze aneinanderschlagen und aufeinanderstellen 276
Einen Gegenstand in eine Öffnung werfen 277
Gegenstände in speziell geformte Öffnungen werfen 278
Eine Wäscheklammer in ein Loch stecken 278
Gegenstände ineinanderstellen 279
Spielen mit leeren Kartons 281
Mit zerbrechlichen Gegenständen vertraut werden 282
Geben und nehmen 282
Ringe, Kugeln, Scheiben oder Würfel auf einen Stab stecken 284
Mit Bauklötzen bauen 285
Spielen mit Sand 285
Nachahmen 286
Versteckspiele 287
Tücher aus einer Dose ziehen 288
Kritzeln mit einem Stift 288
Wörter wiederholen und variieren 288
Bilderbuch betrachten 291
Kleine Dinge ergreifen 291
Anregungen für Eltern 336