

SABINE BOHLMANN

Sing und spiel mit mir

CD mit
Liedern und
Reimen

G|U

Der große Schatz
für kleine Entdecker



Sabine Bohlmann

Nach ihrer Schauspielausbildung spielte Sabine Bohlmann in verschiedenen TV-Filmen und Serien, unter anderem in der ARD-Vorabendserie »Marienhof«. Außerdem ist sie als Synchronsprecherin tätig und leiht ihre Stimme unter anderem Lisa Simpson und Vanessa Paradis. 2004 erschien ihr erstes Buch »Ein Löffelchen voll Zucker«, weitere Ratgeber und die Kinderbuchreihe »Wummelies wunderbare Welt« folgten. Gemeinsam mit Carolyn Breuer produzierte sie die Kinder-CDs »Der kleine Erdbär« und »Ich rap mir die Welt«.

Sabine Bohlmann hat selbst zwei Kinder und lebt mit ihrer Familie in München.

www.sabinebohlmann.de

DAS BABY IST DA

DAS BABY IST DA	4
Ein Wort an die Eltern: LIEBE	6
Da waren's plötzlich drei!	8
Reime sind super	14

BABYALLTAG

BABYALLTAG	16
Guten Morgen, Baby	18
Zähneputzen	22
Wickeln und anziehen	24
Wasserspaß	28
Das Baby ist immer dabei!	32

BABY IN ACTION

BABY IN ACTION	38
Ideen für drinnen	66
Ab nach draußen	66
Jetzt geht's rund	72
Baby an Bord	76



ZEIT FÜR UNS

ZEIT FÜR UNS	78
Klitzekleine Kleinigkeiten	80
Eine Runde Kuschneln, bitte	92
Schlaf gut!	102

EIN JAHR IST UM

EIN JAHR IST UM	112
Wertvolle Erinnerungen an die Babyzeit	114



SERVICE

SERVICE	123
Sachregister	123
Register der Reime und Lieder ..	124
Bücher, die weiterhelfen	126
Links, die weiterhelfen	127
Impressum	128





DAS BABY IST DA

*» Wenn ich ein Baby wär,
läge ich von früh bis spät –
im Bett. Wie nett!
Müsste nicht zur Arbeit gehen,
wäre niedlich anzusehen. «*

Ploitsch, platsch, Wasserspaß

WASSER, MARSCH! WASSER IST DOCH EIGENTLICH EIN EIGENARTIGES DING.
WIR KÖNNEN DARIN SCHWIMMEN, UNS BADEN, DAMIT SPRITZEN.
WASSER IST EINFACH TOLL.

Die meisten Babys lieben Wasser. Kein Wunder, sind sie doch selbst neun Monate wohlbehütet in Mamas Bauch im wohligen warmen Fruchtwasser geschwommen. Was man mit Wasser noch alles Großartiges machen kann, will ich Ihnen und Ihrem Baby gern verraten.

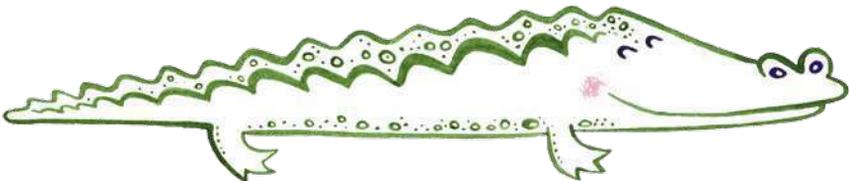
SCHAUMBABYS

Schaum ist natürlich genauso faszinierend wie Wasser. Man kann ihn pusten, sich einen Bart damit machen oder einen Hut, man kann kleine Entchen durch einen Schaumtunnel schwimmen lassen oder Schaumbälle in die Luft werfen. Und man kann Tischtennisbälle im Schaum verstecken und suchen. Die Bällchen lassen sich auch prima unter Wasser drücken, um dann wieder emporzuschnellen.

Da wird das Baby staunen, wie es spritzt.

BADEZEIT

Sie haben keine Babybadewanne? Kein Problem, steigen Sie doch einfach selbst mit in die Wanne. Legen Sie das Baby auf Ihre aufgestellten Beine – so haben Sie eine Hand frei, um es zu waschen und mit ihm zu spielen.



WASSERSPIELE

Wasser bietet unzählige Möglichkeiten für die ersten »Experimente«. Sie können zum Beispiel:

- ▶ Mit einem Strohhalm Blubberblasen ins Wasser pusten. Oder ein bisschen Wasser damit ansaugen und in hohem Bogen wieder herauspusten.
- ▶ Eine kleine Spritzpistole mit in die Wanne nehmen, eine Gießkanne, einen Trichter und natürlich die unterschiedlichsten Gefäße zum Schöpfen und Gießen.
- ▶ Bunte Eiswürfel (aus mit Lebensmittelfarbe gefärbtem Wasser) in die Badewanne oder in eine extra Schüssel werfen.

auf CD

Der Hai

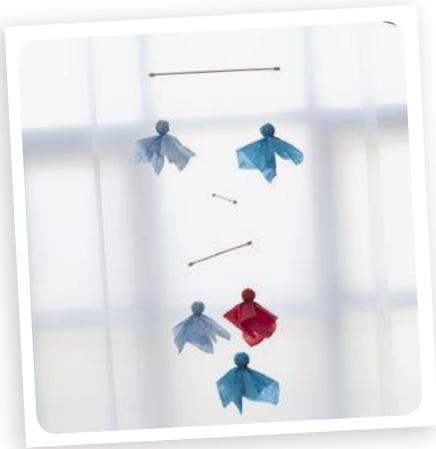
»Da kommt ein Fischlein angeschwommen. Blubb, blubb, blubb, blubb. Doch plötzlich hört man jemand kommen. Es ist der Hai – doch zu spät, das Fischlein schwimmt – geschwind – in ein Loch. Und hat’s grad noch geschafft. Puh, sagt der Fisch – ’s ist dem Räuber noch entkommen. Dieser schwimmt nun ganz benommen nach Haus zu seiner Frau, die ihn willkommen heißt und in die Flosse beißt. Au! «
Mit der Hand die Fischbewegungen nachahmen.

Sturm

»Fährt ein Schiffchen auf dem Meer, es schaukelt hin und schaukelt her. Da kommt ein großer Sturm (pust, pust), da fällt das Schiffchen um. «

(Autor unbekannt)

Sie sitzen im Schneidersitz auf dem Boden und nehmen das Kind auf den Schoß. Dann schaukeln Sie hin und her, nach rechts und links – Sie sind das Schiff. Wenn der Sturm kommt, pusten Sie dem Baby zweimal über den Kopf. Und dann kentert das Schiffchen und fällt (also Sie fallen mitsamt dem Baby) vorsichtig nach hinten.



MOBILE

Ein selbst gemachtes Mobile ist nicht nur schön anzusehen, es ist auch eine wunderbare Beschäftigung für das Kind. Die Tätigkeit liegt allerdings einzig und allein im Beobachten. Wie dreht sich was, was dreht sich wie? Faszination pur.

- ▶ Zu Hause oder im Freien: Spannen Sie eine Schnur von einem Stuhl zum Schrank oder von einem Baum zum anderen. Hängen Sie daran leichte Tücher, Stofffetzen, Glöckchen, Perlen oder Holzringe. Solange das Baby

noch nicht greifen kann, erfreut es sich einfach an den Dingen – vor allem, wenn sie sich im Wind bewegen. Greift es schließlich danach, sollte es auch die Möglichkeit haben, das ein oder andere Teil etwas zu sich heranzuziehen. Achtung: Kleine Dinge wie Perlen und Knöpfe immer gut verknoten, damit das Baby sie nicht abziehen und verschlucken kann.

MALERMEISTER

- ▶ Früh übt sich: Geben Sie Ihrem Kind ein großes Blatt Papier und drücken Sie ihm einen dicken Wachsmalstift in die Hand. Zeigen Sie ihm, was passiert, wenn es mit dem Stift das Papier berührt. Vielleicht entsteht so ein erstes Kunstwerk. Oder lassen Sie es mit Fingerfarben malen. Das ist zwar ein ziemliches Geschmier, aber für das Baby fühlt es sich einfach toll an – wie Creme. Legen Sie eine Folie unter und lassen Sie das Baby nur mit Windel malen, dann wird auch nichts schmutzig.
- ▶ Maskerade: Besorgen Sie sich runde Pappteller, auf die Sie einfache Gesichter malen. Nun können Sie Ihr Gesicht gegen ein Pappgesicht »tauschen« – und schon beginnt das Versteck- oder Rollenspiel.

LUSTIGE ROLLENSPIELE

Schon ganz kleine Babys finden es unglaublich faszinierend, wenn man in eine andere Rolle schlüpft. »Guten Tag, Herr Bäcker, ich hätte gern zwei Brötchen und drei Brezen.« Oder wie wäre es mit einer kleinen Teeparty für die Kuscheltiere? Alle Plüschtiere sitzen am Tisch: »Noch ein Stückchen Kuchen, Herr Hase? Nein? Oh, ach so, Sie müssen auf Ihre Linie achten.« Gehen Sie als Piraten auf Schatzsuche. Kaufen Sie bei Frau Müller im Kinderzimmer ein. Dazu braucht es nur einen kleinen Tisch und einige Behälter, Körbe oder Schüsselchen mit Kastanien, Blättern, Walnüssen oder Ähnlichem.

Die meisten Kinder sind schon im Krabbelalter dazu in der Lage, in die Rolle eines Hundes zu schlüpfen. Sagen Sie einfach: »Ja, wer kommt denn da, der kleine süße Hund?« Wenn Ihr Kind schließlich laufen kann, sind erste Bewegungsspiele möglich. Zum Beispiel das Spiel von der Vogelscheuche auf der nächsten Seite.



KLEINE FORSCHER

Wissen Sie, was das tollste Spielzeug für ein Kleinkind wäre, wenn es ein Spielzeug wäre? Ein Mischpult! Sie haben nämlich sicher auch schon festgestellt, wie interessant zum Beispiel die TV-Fernbedienung oder ein Handy sind?

Wenn Sie also irgendein altes Gerät haben, das nicht mehr gebraucht oder sogar kaputt ist (Hauptsache mit vielen Tasten und Knöpfen oder sogar noch mit Wählscheibe): Her damit!

ERSTE EXPERIMENTE

- ▶ Gehen Sie einfach einmal aufmerksam durch die Wohnung und suchen Sie nach Dingen, die für Ihr Baby interessant zum Erforschen sein könnten. Klar, für ein Baby ist natürlich alles spannend – vom Computer bis zur leuchtend roten Herdplatte. Aber Sie finden sicher irgendetwas, das gleichzeitig interessant und ungefährlich ist.
- ▶ Bieten Sie dem Baby immer neue Materialien an, die es erforschen, ertasten und mit denen es spielen kann. Was es allein an Papier und Folien gibt: Wie hört sich

zum Beispiel ein Bogen Seidenpapier an, wenn man ihn zerknüllt? Wie fühlt er sich an?

▶ Auch Frischhalte- oder Alufolie sind sehr spannend. Oder toll knisternde, kleine Plastiktüten (Vorsicht, sie dürfen nicht so groß sein, dass das Baby sie über den Kopf ziehen kann). Die segeln auch schön langsam zu Boden, wenn man sie von weiter oben fallen lässt. Auch besonders toll: Luftpolsterfolie. Die macht ab und zu sogar auch mal »peng«.



CREMEBABY

Die Konsistenz von Creme ist ja schon etwas merkwürdig – wie würden Sie sie beschreiben? Schmierig? Weich?

Wenn Sie vor Sauerei nicht zurückschrecken, dann lassen Sie Ihr Baby ruhig mal damit experimentieren. Es ist schon ein Erlebnis für das Baby, die Finger in den vollen Cremetopf zu tunken und die Creme irgendwo zu verschmieren.

BITTE KRÄFTIG KNETEN

Teig fühlt sich einfach gut an. Wenn Sie auch Ihr Baby einmal fühlen lassen wollen, empfehle ich einen einfachen Salzteig. Der schmeckt nicht besonders gut, deshalb wird das Baby ihn höchstwahrscheinlich auch nicht aufessen. Hier kommt das Rezept:

▶ **2 Tassen Mehl • 1 Tasse Salz • 1 Tasse Wasser • 1 Teelöffel Öl**

Alle Zutaten in einer Schüssel mischen. Wenn Sie Teig in verschiedenen Farben möchten, färben Sie Teile der Masse einfach mit Lebensmittelfarben ein.

▶ Größere Geschwister können daraus schon kleine Figuren kneten oder »Plätzchen« ausstechen und diese dann sogar brennen (im Ofen 30–40 Minuten bei 150 Grad) und danach anmalen. Essen kann man das Gebäck dann zwar leider immer noch nicht, aber als Zwischendurch-Geschenke für Omas und Opas ist es sehr beliebt.

▶ Wollen Sie nur kneten, ist dieses Rezept fast noch besser. Denn die Masse bleibt – gut verschlossen in einem Kunststoffbehälter mit Deckel – auch längere Zeit elastisch.

**½ Tasse Salz • 1 Tasse Mehl •
1 Tasse Wasser • 1 TL gereinigter
Weinstein (Apotheke) • 2 EL Öl •
Lebensmittelfarbe**



Klitzekleine Kleinigkeiten

ES MÜSSEN NICHT IMMER DIE GROSSEN BEEINDRUCKENDEN SPIELE SEIN – GANZ NACH DEM MOTTO »JE WILDER, DESTO BESSER«. OFT IST DAS KLEINE SPIEL AM SCHÖNSTEN.

Bei den folgenden Spielen geht es um zarte, feine, kleine Dinge. Dinge, die auch mal kurze Wartezeiten beim Arzt oder in einer U-Bahn überbrücken und das Kleine ablenken können. Es geht um Pusten, Lachen, lustige Laute und Scherzchen. Ihr wichtigstes Instrument haben Sie ja sowieso immer dabei: Ihren Mund und Ihre Stimme.

BITTE EINMAL KRÄFTIG PUSTEN

Pusten ist toll! Probieren Sie es aus und pusten Sie dem Nachwuchs auf Ihrem Schoß einfach einmal sacht in die Haare. Oder auch mal zärtlich ins Gesicht. Die meisten Babys mögen das und versuchen es bald nachzumachen. Oder pusten Sie eine kleine Feder in Richtung des Kindes. Immer wieder, immer wieder.



Piks

»Die Nadel sprach zum Luftballon:
Du bist rund,
und ich bin spitz,
jetzt machen wir mal einen Witz.
Ich weiß ein lustig Schnätteretäng,
ich mache piks,
und du machst peng! «

(Autor unbekannt)

LUFTBALLONS

- ▶ Blasen Sie einen Luftballon auf (nicht zu fest, damit er nicht platzt) und hängen Sie ihn an einer Schnur so über dem liegenden Baby auf, dass es ihn gerade so berühren kann. Jetzt kann es ihn anstupsen, und er kommt immer wieder zurück – zum Weiteranstupsen.
- ▶ Oder pusten Sie ganz viele Luftballons auf und füllen damit einen Bettbezug. Dieses »Kissen« hält sogar Erwachsene

ne aus. Und für das Baby ist es ein ganz neues Gefühl, darauf zu kuscheln oder herumzukrabbeln.

- ▶ Oder Sie füllen den Luftballon mit Sand und kneten ihn zu. Dann kann das Baby ihn kneten und befühlen.

SEIFENBLASEN

Sie gehören für mich immer noch zum Mitbringsel Nummer eins für kleine Kinder. Auch wenn man es im Kindergartenalter kaum schafft, die Dose mit dem Seifenwasser gerade zu halten, und deshalb immer das meiste auf dem Boden landet, üben Seifenblasen einfach von klein an eine große Faszination auf Kinder aus. Und deshalb freut sich auch Ihr Baby riesig über die bunten Schillerblasen.



Klitzekleine Kleinigkeiten

ES MÜSSEN NICHT IMMER DIE GROSSEN BEEINDRUCKENDEN SPIELE SEIN – GANZ NACH DEM MOTTO »JE WILDER, DESTO BESSER«. OFT IST DAS KLEINE SPIEL AM SCHÖNSTEN.

Bei den folgenden Spielen geht es um zarte, feine, kleine Dinge. Dinge, die auch mal kurze Wartezeiten beim Arzt oder in einer U-Bahn überbrücken und das Kleine ablenken können. Es geht um Pusten, Lachen, lustige Laute und Scherzchen. Ihr wichtigstes Instrument haben Sie ja sowieso immer dabei: Ihren Mund und Ihre Stimme.

BITTE EINMAL KRÄFTIG PUSTEN

Pusten ist toll! Probieren Sie es aus und pusten Sie dem Nachwuchs auf Ihrem Schoß einfach einmal sacht in die Haare. Oder auch mal zärtlich ins Gesicht. Die meisten Babys mögen das und versuchen es bald nachzumachen. Oder pusten Sie eine kleine Feder in Richtung des Kindes. Immer wieder, immer wieder.



»Die Nadel sprach zum Luftballon:
Du bist rund,
und ich bin spitz,
jetzt machen wir mal einen Witz.
Ich weiß ein lustig Schnätteretäng,
ich mache piks,
und du machst peng! «

(Autor unbekannt)

LUFTBALLONS

- ▶ Blasen Sie einen Luftballon auf (nicht zu fest, damit er nicht platzt) und hängen Sie ihn an einer Schnur so über dem liegenden Baby auf, dass es ihn gerade so berühren kann. Jetzt kann es ihn anstupsen, und er kommt immer wieder zurück – zum Weiteranstupsen.
- ▶ Oder pusten Sie ganz viele Luftballons auf und füllen damit einen Bettbezug. Dieses »Kissen« hält sogar Erwachsene

ne aus. Und für das Baby ist es ein ganz neues Gefühl, darauf zu kuscheln oder herumzukrabbeln.

- ▶ Oder Sie füllen den Luftballon mit Sand und kneten ihn zu. Dann kann das Baby ihn kneten und befühlen.

SEIFENBLASEN

Sie gehören für mich immer noch zum Mitbringsel Nummer eins für kleine Kinder. Auch wenn man es im Kindergartenalter kaum schafft, die Dose mit dem Seifenwasser gerade zu halten, und deshalb immer das meiste auf dem Boden landet, üben Seifenblasen einfach von klein an eine große Faszination auf Kinder aus. Und deshalb freut sich auch Ihr Baby riesig über die bunten Schillerblasen.



Die werden Sie auch lieben.



 Alle hier vorgestellten Bücher sind auch als eBook erhältlich.



Mehr von GU auf www.gu.de und
 facebook.com/gu.verlag

Willkommen im Leben.



Kreative Spielideen und Lieder

Die ersten gemeinsamen Spiele und Reime sind für Eltern und Babys bezaubernde Momente, die ein Leben lang in Erinnerung bleiben!

- ▶ **Neue Spielanregungen** wecken die Kreativität Ihres Babys und unterstützen die Entwicklung seiner Sinne.
- ▶ **Einfache Bastelideen** regen die kindliche Fantasie an und die benötigten Materialien gibt es garantiert in jedem Haushalt!
- ▶ **Reime, Wortspiele und Lieder** – entdecken Sie die Klassiker aus Kindertagen wieder, aber auch viele neue Texte und Songs.
- ▶ **Besonderes Extra:** die beigelegte CD mit eigens von der Autorin geschriebenen und neu komponierten Liedern und Reimen.

Aktualisierte Neuauflage

WG 484 Familie

ISBN 978-3-8338-4229-0



9 783833 842290

€14,99 [D]

€15,50 [A]

www.gu.de



G|U