

Einführung 7

1. Kapitel

Warum ein Kind Bewegung braucht 9

2. Kapitel

Das Bewegungsbedürfnis in den ersten Wochen und Lebensmonaten 19

3. Kapitel

Bewegung als Entdeckung und Erfahrung 29

4. Kapitel

Sitzen und Stehen - ein Erlebnis 37

5. Kapitel

Hurra, unser Kind kann laufen! 45

6. Kapitel

Klettern, Hopsen, Springen, Rennen - Bewegung ist Trumpf! 53

7. Kapitel

Wasser als Sinnesschule und Abenteuerspielplatz 65

8. Kapitel

Kinder brauchen Freiräume zur Entfaltung ihrer Kreativität 75

9. Kapitel

Das Bewegungsbedürfnis des schulreifen Kindes 83

10. Kapitel

Freizeit, Wochenende, Urlaub 89

11. Kapitel

Kinder mit besonderen Problemen 101