



---

## Der Bewegungs- & Entwicklungsguide für Kinder von 1-5 Jahren

Wie Bewegung, Selbstständigkeit und freies Spielen Kinder stark fürs Leben machen.

Spiel dich fit!  
**CLIFF**

## ***Für wen ist dieser Guide?***

Dieser Guide ist für Eltern, die

- ihr Kind altersgerecht fördern möchten
- mehr Bewegung zuhause ermöglichen wollen
- Selbstständigkeit spielerisch unterstützen möchten
- weniger Bildschirmzeit im Alltag suchen



# Warum Kinder heute mehr Bewegung brauchen

Viele Eltern fragen sich heute:

Wie kann ich mein Kind sinnvoll fördern – ohne Leistungsdruck und ständige Unterhaltung?

Doch Kinder lernen nicht nur mit dem Kopf.

Sie lernen mit ihrem ganzen Körper.

Durch Klettern, Balancieren und freies Bewegen entwickeln sie:

- Gleichgewicht
- Körpergefühl
- Konzentration
- Selbstvertrauen
- Selbstständigkeit



Besonders in den ersten Lebensjahren ist Bewegung die Grundlage für gesunde Entwicklung.

Denn Kinder verstehen die Welt, indem sie sie selbst entdecken dürfen.

## **„Kinder lernen mit dem ganzen Körper.“**

### **WARUM IST DAS WICHTIG?**

Freie Bewegung stärkt nicht nur Muskeln und Koordination.

Kinder lernen dabei:

- Herausforderungen zu meistern
- eigene Grenzen einzuschätzen
- mutiger zu werden
- ihrem Körper zu vertrauen

Das schafft wichtige Grundlagen für Selbstständigkeit, emotionale Sicherheit und ein starkes Vertrauen in sich selbst

# 1-2 Jahre

## Die Welt mit dem ganzen Körper entdecken

In diesem Alter entdecken Kinder ihre Welt über Bewegung.

Sie ziehen sich hoch, klettern, fallen hin und versuchen es erneut.

So lernen Kinder Schritt für Schritt:  
„Ich kann das schaffen.“

Jede neue Bewegung stärkt nicht nur ihren Körper – sondern auch ihr Vertrauen in sich selbst.

Kinder brauchen jetzt keine perfekte Förderung.

Sie brauchen sichere Räume, in denen sie selbst aktiv werden dürfen.



# 1-2 Jahre

## Die Welt mit dem ganzen Körper entdecken

### WARUM IST DAS WICHTIG?

Wenn Kinder sich frei bewegen dürfen, entwickeln sie:

- ein besseres Körpergefühl
- mehr Gleichgewicht
- mehr Sicherheit in ihren Bewegungen

Das hilft Kindern nicht nur beim Klettern – sondern auch beim Lernen, Konzentrieren und im Alltag.



# 2-3 Jahre

## Selbstständigkeit beginnt im Alltag

„Ich alleine.“

Zwischen 2 und 3 Jahren wächst der Wunsch nach Selbstständigkeit besonders stark.

Kinder möchten:

- mithelfen
- eigene Entscheidungen treffen
- Dinge selbst ausprobieren



Möbel auf Augenhöhe und sichere Bewegungsräume helfen ihnen dabei, aktiv Teil des Familienalltags zu werden.

So entstehen kleine Erfolgsmomente, die Kinder unglaublich stolz machen.

# 2-3 Jahre

## Selbstständigkeit beginnt im Alltag



### WARUM IST DAS WICHTIG?

Selbstständigkeit entwickelt sich nicht durch Erklären – sondern durch Mitmachen.

Wenn Kinder aktiv beteiligt werden, entwickeln sie:

- Selbstvertrauen
- Eigeninitiative
- Konzentration
- Verantwortungsgefühl

Und genau das stärkt sie langfristig fürs Leben.

Kleine Alltagserfolge machen Kinder stolz – und stärken ihr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten.



# 3–5 Jahre

## Bewegung stärkt Selbstvertrauen & Kreativität

Zwischen 3 und 5 Jahren werden Kinder mutiger, kreativer und körperlich sicherer.

Sie lieben Herausforderungen, fantasievolle Abenteuer und aktive Bewegung.

Klettern, Balancieren und freies Spielen fördern jetzt nicht nur die Motorik – sondern auch:

- Konzentration
- eigene Lösungen finden
- Kreativität
- Selbstvertrauen

Kinder lernen:

„Ich kann das alleine schaffen.“



*3-5 Jahre*

## Bewegung stärkt Selbstvertrauen & Kreativität

### WARUM IST DAS WICHTIG?

Wenn Kinder ihren Körper sicher beherrschen, bewegen sie sich oft auch emotional sicherer durch die Welt.

Sie trauen sich mehr zu.

Probieren Neues aus.

Und entwickeln Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten.

Dieses Vertrauen begleitet Kinder weit über das Spielen hinaus.



## **- QUIZ -**

Welches CLIFF passt wirklich zu eurem Alltag?

***KLEINE WOHNUNG ODER WENIG PLATZ?***

*Flex klappbar oder Compact platzsparend*

***MEHRERE KINDER ODER OFT BESUCH?***

*PRO Klettergerüst mit 5 Positionen oder Combo  
mit flexiblen Zusatzelementen*

***FOKUS AUF SELBSTSTÄNDIGKEIT?***

*StepUp Lernturm oder Montessori Garderobe*

***MEHR BEWEGUNG & KREATIVE SPIELWELTEN?***

*Zubehör für Klettergerüste oder Balancebalken*

# Weniger Bildschirmzeit beginnt nicht mit Verboten

Kinder brauchen keine perfekte  
Unterhaltung.

Sie brauchen:

- Bewegung
- Eigeninitiative
- Freiheit zum Entdecken

Ein vorbereiteter Bewegungsraum hilft  
Kindern dabei, sich länger  
selbstständig zu beschäftigen – ganz  
natürlich.



*Kinder beschäftigen sich oft am längsten  
mit Dingen, die sie selbst entdecken dürfen*

# *Spielideen für Bewegung, Entwicklung und Spaß*

---



# Farben-Klettern

# 01

Kinder lieben Spiele, bei denen Bewegung und Denken kombiniert werden.

Beim Farben-Klettern lernen Kinder spielerisch:

- Farben zu erkennen
- Bewegungen zu koordinieren
- Aufgaben umzusetzen

Je nach Alter kann das Spiel einfacher oder herausfordernder gestaltet werden.

## WARUM IST DAS WICHTIG?

Wenn Kinder Bewegung mit kleinen Denkaufgaben verbinden, trainieren sie gleichzeitig:

- Konzentration
- Körperkoordination
- flexible Denkfähigkeit
- Problemlösung

Und genau dabei lernen Kinder oft am besten: spielerisch und ohne Druck.



# Der Berg ruft!

# 02

Das Klettergerüst wird zum hohen Berg,  
geheimen Vulkan oder magischen  
Abenteuerweg.

Kinder klettern nach oben, entdecken  
ihre Fantasiewelt und erzählen  
Geschichten über das, was sie „sehen“.  
So verbindet Bewegung sich ganz  
natürlich mit Sprache und Kreativität.

## WARUM IST DAS WICHTIG?

Fantasievolles Spielen hilft Kindern dabei:

- Gefühle auszudrücken
- Sprache zu entwickeln

eigene Geschichten zu erfinden

Gleichzeitig stärkt das Klettern:

- Mut
- Gleichgewicht
- Selbstvertrauen



# Geheime Höhle

# 03

Ein einfaches Tuch verwandelt das Klettergerüst in eine gemütliche Höhle, ein Lesetipi oder einen geheimen Rückzugsort.

Kinder lieben solche kleinen eigenen Räume – denn dort können sie selbst bestimmen, spielen und zur Ruhe kommen.

## WARUM IST DAS WICHTIG?

Kinder brauchen nicht nur Bewegung – sondern auch geschützte Rückzugsorte.

Eigene kleine Räume fördern:

- Fantasie
- Selbstbestimmung
- Geborgenheit

Und genau daraus entsteht oft besonders kreatives Spielen.



# Kletterparcours

# 04

Mit wenigen Elementen entsteht ein spannender Bewegungsparcours für jeden Tag. Kinder balancieren, klettern, rutschen und entdecken immer wieder neue Wege durch den Parcours.

Kinder lieben Bewegungsparcours, weil jede Runde sich wie ein neues Abenteuer anfühlt.



## WARUM IST DAS WICHTIG?

Freie Bewegungsparcours fördern:

- Koordination
- Gleichgewicht
- Körperspannung
- Problemlösung

Kinder lernen dabei ganz intuitiv:  
ihren Körper besser einzuschätzen  
und Bewegungen sicherer  
auszuführen.

# Tierbewegungen

# 05

Heute wie ein Bär laufen.

Wie ein Affe klettern.

Oder wie eine Katze schleichen.

Kinder lieben es, Tiere nachzuahmen und ihren Körper auf neue Arten auszuprobieren.

## WARUM IST DAS WICHTIG?

Unterschiedliche Bewegungsmuster fördern:

- Bewegungsvervielfalt
- Körperkontrolle
- Gleichgewicht
- Fantasie

Je vielseitiger sich Kinder bewegen dürfen, desto sicherer und natürlicher entwickelt sich ihr Körpergefühl.



# CLIFF



*Finde den  
Bewegungsraum, der zu  
eurer Familie passt ✨*

Entdecke Klettergerüste, Lerntürme  
und Bewegungsmöbel für Kinder von 1-  
5 Jahren.

**CLIFF ENTDECKEN**

[WWW.CLIFF-TOYS.COM](http://WWW.CLIFF-TOYS.COM)

Spiel dich fit!

CLIFF

