



Klaus Balster

Kinderwelt = Bewegungswelt *oder nicht?*

Vielfältige Anregungen für Lobbyistinnen und Lobbyisten von Kindern

HEI
E TF LE



L E T HEI - E TF LE E .



Impressum

Herausgeber Sportjugend NRW im
LandesSportBund Nordrhein-Westfalen e.V.
Friedrich-Alfred-Str. 25
47055 Duisburg

Inhalt Dr. Klaus Balster

unterstützende Hinweise kamen von

Birgitt Alefelder
Marion Balster
Hedwig Blanke
Uwe Brehm
Carina Deuster
Elke Flügge
Olaf Kleffmann
Thomas Richter
Rainer Striebe

Ein Dank für die Kinderzeichnungen an

die Grundschule Laurentiusschule, Herne
die Grundschule Claudiusstraße, Herne
die Grundschule Drögenkamp, Herne
die Grundschule Langforthstraße, Herne
die Schule für Lernbehinderte, Viktor-Reuter-Straße, Herne
das Montessori Kinderhaus St. Marien, Nordstraße, Herne
den Turnverein Jahn Rheine 1885 e.V.
die Tageseinrichtung für Kinder Hardtmannsweg, Grevenbroich
die Kindertagesstätte am Papenbusch, Menden

Redaktion Birgitt Alefelder
Jürgen Driever

Gestaltung media team Duisburg

Illustrationen Claudia Richter

Fotos media team und LandesSportBund NRW

Auflage 2.000 Stück

Druck Basis Druck Duisburg

Gefördert durch den Trägerkreis: „Woche des Sports“ – Ruhrfestspiele Recklinghausen

Duisburg, Mai 2002

Vorwort

„Kinderwelt = Bewegungswelt – *oder nicht?*“

Die Sportjugend im LandesSportBund Nordrhein-Westfalen versteht sich schon seit langem als Anwältin für die Bewegungsrechte von Kindern und ist im Bereich der kindgerechten Bewegungsförderung sehr aktiv.

In den letzten 20 Jahren haben Veränderungsprozesse in allen gesellschaftlichen Bereichen dazu geführt, dass die Bewegungsmöglichkeiten und Bewegungsanreize für Kinder stark abgenommen haben. Bestätigt wird diese Entwicklung durch die deutlich gestiegene Anzahl der Kinder mit Bewegungsmängeln und Bewegungsmangelkrankheiten. Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken, hat die Sportjugend NRW 1992 auf Initiative von Dr. Klaus Balster das bundesweit anerkannte Programm „Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen“ erarbeitet. Unterstützt wurde sie dabei durch den Gemeindeunfallversicherungsverband Westfalen-Lippe und durch das Ministerium für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen.

Bisher hat die Sportjugend NRW in diesem Programm Qualifizierungsmaßnahmen für Übungsleiterinnen und Übungsleiter konzipiert und durchgeführt. Außerdem hat sie Experten-Tagungen veranstaltet und Erzieherinnen und Erzieher weitergebildet. Sie hat zahlreiche Lehrmaterialien und Informationsbroschüren erstellt. Und sie half mit, örtliche Netzwerke für eine kindgerechte Bewegungswelt aufzubauen.

Die Thematik ist aktueller denn je. Die Sportjugend NRW will über den pädagogischen Bereich hinaus eine breite Öffentlichkeit dafür sensibilisieren. Deshalb hat sie die Ausstellung „Kinderwelt = Bewegungswelt – *oder nicht?*“ gemeinsam mit dem Trägerkreis der „Woche des Sports, Ruhrfestspiele Recklinghausen“ entwickelt. Die Idee der Ausstellung, die Konzeption und die vorliegende Begleitbroschüre zur Ausstellung stammen von Dr. Klaus Balster, Vorstandsmitglied der Sportjugend NRW. Für sein Engagement ist ihm besonders zu danken.

Mit dieser Ausstellung und der dazugehörigen Broschüre möchte die Sportjugend NRW die Perspektive von Kindern einnehmen. Dabei ist es ihr besonders wichtig, Kindern zuzuhören, mit ihnen zu sprechen und ihre Interessen und Bedürfnisse zu erfahren. Nur so kann sie eine kindgerechte Bewegungswelt fördern und mit gestalten. Gleichzeitig möchte sie mit der Ausstellung in den Köpfen und Herzen von Erwachsenen Umdenkprozesse anstoßen.

Mit der Ausstellung „Kinderwelt = Bewegungswelt – *oder nicht?*“ tritt die Sportjugend NRW für eine Nachhaltigkeit von Kinderwelten als Bewegungswelten ein – denn Bewegung ist das Leben!



Dirk Mays

Vorsitzender der Sportjugend Nordrhein-Westfalen



Inhaltsverzeichnis

Einführung in das Thema der Ausstellung	3
Tafel 1	7
Kinderwelt = Bewegungswelt – <i>oder nicht?</i>	
Tafel 2	11
Was bewegt Kinder zum Thema Bewegung?	
Tafel 3	17
Wie und wo werden Kinder in ihren Bewegungsmöglichkeiten eingeschränkt?	
Tafel 4	25
Was bewegt Erwachsene, wenn sie sehen und hören, was Kinder bewegt?	
Tafel 5	33
Welche Auswirkungen haben mangelnde Bewegungserfahrungen?	
Tafel 6	39
Warum ist Bewegung für eine ganzheitliche kindliche Entwicklung wichtig?	
Tafel 7	51
Welche Bewegungsfähigkeiten, -fertigkeiten und -kenntnisse unterstützen die kindliche Entwicklung?	
Tafel 7a	57
Wahrnehmen – Bewegen – Denken – Spüren – Erleben – Verstehen	
Tafel 8	59
Welche Bewegungsorte und Bewegungsgelegenheiten brauchen Kinder?	
Tafel 9	65
Wann macht Kindern Bewegung besonderen Spaß?	
Tafel 10	73
Was sollten Erwachsene für Kinder, die sich bewegen wollen, tun?	
Tafel 11	81
Was können Institutionen, Organisationen, Initiativen und Sportvereine für eine kindgerechte Bewegungswelt tun?	
Tafel 12	93
Kinderwelt = Bewegungswelt – <i>also doch!</i>	
Kurzer Bewegungs-Check für kleine und große Leute	95
Kinderfreundlichkeits-Check für Erwachsene	96
Abbildungsnachweise/Quellen/Literatur	104
Übersicht der Bewegungsvorschläge zu den Tafeln	107
Bewegungsvorschläge für drinnen und draußen und für gemeinsames Bewegen kleiner und großer Leute	108
Die Ausstellung – Ausstellungsaufbau und Verleihmodalitäten	109
Die Ausstellung – Impressum.....	107
Unterstützende Materialien der Sportjugend NRW	109

Einführung in das Thema der Ausstellung

⑥ Bewegung als eine Bewältigungskompetenz für eine ausgewogene Kindheit

Mit dem Fortschritt der modernen industriellen Gesellschaft (Medienvielfalt, Motorisierung, eingeschränkte natürliche Bewegungsräume) gehen auch deutliche Zeichen für zunehmende Entwicklungs- und Gesundheitsprobleme von Kindern einher, z.B. Zunahme sozialer Spannungsfelder, Zivilisationskrankheiten wie Bewegungsarmut oder Fehlsteuerungen der Sinneskoordination.

Kinder sehen sich ständig mit solchen Spannungsverhältnissen konfrontiert. Um die für sie wichtigen Sozialisationsprozesse wie die Auseinandersetzung des Individuums mit sich selbst oder mit den materialen und sozialen Umwelteinflüssen zu meistern, brauchen sie umfassende Bewältigungskompetenzen.

Bewegung (immer als unauflösliche Funktionseinheit mit Wahrnehmung verstanden) gehört zu den Kompetenzen, die Einfluss auf die Persönlichkeitsentwicklung und Steuerung von Entwicklungs- und Gesundheitsproblemen nehmen. Bewegungsförderung hat darum heute eine so umfassende Bedeutung wie noch nie (vgl. HURRELMANN 2001).

⑥ Wert der Bewegung

Des Menschen Ziel ist es, zu einer individuellen Identität zu gelangen. Die Entwicklung verläuft über eine ganzheitliche Persönlichkeitsentfaltung, über die gemeinsame Verfügbarkeit von Geist – Körper – Seele (Kopf – Körper – Gefühle). Weil jeder Mensch eine Einheit aus Geist – Körper – Seele ist, sitzt beispielsweise in Kindertagesstätten oder Schulen nicht nur der Kopf sondern das „ganze“ Kind!

Ganzheitlichkeit ist die gemeinsame Verfügbarkeit aller Teile. Bewegung unterstützt die Entwicklung der körperlichen Aktivität, die den Geist und die Seele nachhaltig beeinflussen. Ohne Bewegung gibt es eben keine ganzheitliche Erziehung, keine Persönlichkeitsentwicklung und damit keine Identitätsentwicklung!

Weil Kinder Erfahrungen der Ich-, Sach- (materiale und räumliche Erfahrungen) und Sozial-Kompetenz nur im eigenen Handeln machen können, brauchen sie ausreichende Bewegung.

Durch Bewegung machen Kinder Erfahrungen über sich selbst, erkennen ihre Fähigkeiten und Möglichkeiten und lernen sich einzuschätzen. Das Leben ist für Kinder zunächst ein Körperweg, denn das Begreifen geht vor allem über den Körper. Über das Spüren von Gegenständen entwickeln sie eine Vorstellung von den Eigenschaften von Gegenständen und bilden Begriffszuordnungen und -welten. Erst durch Wahrnehmung, Bewegung und Erleben gelingt den Kindern kompetentes Handeln. Sie lernen durch Bewegung auch Räume zu erschließen und andere Menschen kennen zu lernen und ihr Tun zu verstehen. Bewegung ermöglicht erst eine Auseinandersetzung mit der Welt. Sie ist die Brücke zur Welt.

Das Zusehen bei einer Handlung oder Belehrungen können das eigene Handeln niemals ersetzen und verhindern den Erwerb von Kompetenzen!

Die Wirkung differenzierter Entwicklungsziele, insbesondere im Hinblick auf die Steigerung des Selbstvertrauens und die Förderung des Selbstbewusstseins, lässt sich nur aus dem Zusammenhang von Bewegung, Denken, Fühlen und Erleben erreichen.



Bewegung bildet neben bzw. zusammen mit dem Denken und Sprechen (das ebenfalls aus grundlegenden Bewegungshandlungen besteht) das tragende Fundament der menschlichen Existenz. Sie hilft bedeutsame Schlüsselqualifikationen für alltägliche Lebensprozesse und für verschiedene Lern- und Leistungsfelder zu entwickeln.

Bewegungen aktualisieren immer auch soziale Bezüge, Emotionen, Motive, Kognitionen und Wertvorstellungen!

Besonders im Kleinkind- und Vorschulalter ist für kindliche Entwicklungsprozesse Bewegung die zentrale Form des Handelns. Bewegung ist die erste Dialogsprache des Kindes, die Stimmungen und Beziehungen ausdrückt. Diese nonverbale Sprache ist die erste „Lesefähigkeit“, um andere Menschen zu verstehen. Sie ist die Grundlage aller Sozialität (vgl. FUNKE-WIENEKE 2000). Dadurch ist Bewegung zugleich auch das zentrale Mittel der Persönlichkeitsförderung. Sie ist die wahre Grammatik des Lebens! Nur eine rechtzeitige, langandauernde, qualitativ umfassende, entwicklungsgemäße und differenzierte Bewegungsförderung kann die kindliche Persönlichkeitsentwicklung unterstützen und präventiv möglichen Problemen entgegenwirken! Darum ist es notwendig zu erkennen, dass in jüngeren Kindheitsjahren unbedingt Entwicklungsvorsprünge, „Vorsprünge für das Leben“, zu erarbeiten sind.

© Auswirkungen einer eingeschränkten oder vernachlässigten Bewegungsförderung

Wenn Bewegung diese oben beschriebene bedeutsame Rolle in der frühen Kindheit spielt, dann hat eine Einschränkung oder Vernachlässigung der motorischen Entwicklung meist nachhaltige negative gesundheitliche, aber auch psychomotorische, -soziale bzw. -emotionale Auswirkungen.

Kinder mit mangelnden Ich-Kompetenzen zeigen häufig negative Selbstkonzepte. Sie sind ängstlich gegenüber Fremden und entwickeln nur geringe spontane Aktivitäten. Aus Angst vor Enttäuschungen vermeiden sie häufig unbekannte Situationen, denen sie sich nicht gewachsen fühlen, geben schnell auf und festigen auf diese Weise ihr negatives Selbstbild. In der Folge bleiben lebensprägende Bewegungserfahrungen aus und ihr Bewegungsschatz kann sich nicht erweitern.

Kinder mit unzureichenden Sach-Kompetenzen (materiale und räumliche Fähigkeiten und Fertigkeiten) sind meist weniger geschickt und verfügen über ungenügende und wenig variable Wahrnehmungs- und Bewegungsmuster. Dadurch sind sie nur eingeschränkt handlungsfähig. In neuen Situationen sind sie schnell überfordert, unsicherer, weil sie sich schlecht anpassen können. Durch mangelnde räumliche Handlungskompetenzen erleben Kinder keine Frei-Räume und damit keine Abgrenzungserfahrungen zwischen sich selbst und anderen Personen. Sie entwickeln ausgleichende Verhaltensweisen, die ihre Schwäche verdecken.

Kinder mit mangelnden sozialen Kompetenzen auf Grund eingeschränkter motorischer Fähigkeiten sind häufig isoliert. Sie sind meist wenig anerkannt und in der Gruppe wenig integriert und werden von anderen Kindern an gemeinsamen Bewegungsaktionen nur selten beteiligt. Die Folge ist, dass diese Kinder in vielen Fällen soziale Vermeidungstendenzen bzw. regressives (aber auch aggressives) Verhalten als Reaktionen zeigen. Diese „Außenseiterposition“ übertragen sie dann nicht selten auf andere Lebensbereiche. Solche Auffälligkeitsbilder als Resultat mangelnder Bewegungskompetenzen und als Folge unzureichender Bewegungsangebote haben nach Auskunft vieler Erziehender zugenommen bzw. scheinen künftig weiter zuzunehmen! Obwohl der Wert der Bewegung unbestritten ist, ist sie auch kein Allheilmittel!

Bewegung ist zwar nicht alles – aber ohne Bewegung ist alles nichts!

© Realisierung vorhandener Bewegungsrechte für Kinder

Kindern werden immer mehr wichtige Lebensgrundlagen trotz der im Grundgesetz zugesicherten Rechte auf körperliche Unversehrtheit (vgl. GRUNDGESETZ 1998, Art. 2.2), Entwicklung und Entfaltung ihrer Persönlichkeit (vgl. LANDESVERFASSUNG NRW 2002, Art. 6.2) und für altersgerechte Lebensbedingungen (Art. 6.2), durch unzureichende Bewegungsmöglichkeiten aus erster Hand und unangemessene Entwicklungs- und Gestaltungsräume entzogen. Kinder haben aber ein Recht auf angemessene und ausreichende Bewegung, auf Freiräume ohne krankmachende Normen, Regeln und Anpassungsdruck. Sie haben ein Recht darauf, vor Bewegungsmängeln geschützt zu werden (vgl. UN-Kinderrechtskonvention 1989 in BUNDESMINISTERIUM FSFJ 1999)!

Auch in den Kinder- und Jugendberichten der Landesregierungen (vgl. beispielsweise den 7. Kinder- und Jugendbericht der Landesregierung NRW (in MINISTERIUM FJFG 1999) oder den 11. Kinder- und Jugendbericht des Bundes (in BUNDESMINISTERIUM FSFJ 2002) werden ausdrücklich die Stärkung der Kinder durch Kinderrechte und die Durchsetzung einer praktischen Kinderfreundlichkeit als politische Leitziele formuliert (1999, 96) bzw. als oberster Maßstab jeder Kinderpolitik (2002, 11) festgelegt.

Leider bestehen zwischen den Ansprüchen der Gesetze (Rechtsanspruch bedeutet Recht auf Ressourcen und jeder Geist eines Gesetzes orientiert sich an den Schwächsten einer Gesellschaft) und der alltäglichen Wirklichkeit für Kinder oft noch große Unterschiede. Um diese Diskrepanz zwischen Anspruch und Wirklichkeit aufzuheben, bedarf es vieler beweglicher und etwas bewegender Erwachsener, die couragiert für die Umsetzung der Kinderrechte eintreten.

Kinder brauchen bewegliche Erwachsene – die nicht wegschauen – vor allem mit einer inneren Beweglichkeit. Sie brauchen Erwachsene, die für sie Partei ergreifen und zwar dort, wo ihre Autonomie gefährdet und eingeschränkt ist.

Kinder brauchen Erwachsene mit ausreichender innerer und äußerer Beweglichkeit, die das Notwendige zur Sprache bringen und aktiv handeln! Sie brauchen Erwachsene, deren Erinnerungen an ihre eigenen Kinderwelten nicht verblasst oder verschwommen sind.

Sie brauchen Erwachsene, die sich begeistert und engagiert für Kinderinteressen einsetzen, die nicht zulassen, dass die Zahl der Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen zunimmt, sondern die für eine umfänglich bewegte Kindheit eintreten!

Den beschriebenen Folgen aktiv entgegenzutreten ist der Handlungsansatz für jeden Erwachsenen und für jede Organisation und Interessenvertretung, die sich als Anwalt für Kinder versteht.





© Eine Ausstellung zum Wahrnehmen – Bewegen – Denken – Spüren – Erleben – Verstehen

Lobbyistinnen und Lobbyisten für Kinder zu gewinnen, ist auch das Ziel der Ausstellung.

Weil sich Erkenntnisse weder verordnen lassen noch über Belehrung wachsen, bietet die Ausstellung Gelegenheiten, in der eigenen Aktivität Begeisterung für die Sache „Kinderwelt = Bewegungswelt“ zu erfahren. Erlebte Praxis ist lernwirksamer als verbale Empfehlungen!

Die Ausstellung nimmt vornehmlich die vier- bis zehnjährigen Kinder in den Blick, stellt Fragen und bietet Antworten, lädt zum Selbst-Erleben und Selber-Machen ein, um zum Erkennen und Verstehen zu gelangen.

Über einen bewegten Dialog mit dem Thema, durch die Beantwortung von Fragen oder das Ausprobieren von Bewegungsvorschlägen (möglichst gemeinsam mit Anderen) sollen sich Erfahrungserlebnisse als Bewusstseinsprozesse einstellen, die auch Erinnerungslücken an die eigene Kindheit vermindern und schließen sollen.

Die Ausstellung betrachtet die Bewegungswelt von Kindern aus verschiedenen Blickwinkeln. Um eine erweiterte Perspektive zu bekommen, ist es notwendig, unterschiedliche Standorte – besonders auch die von Kindern – einzunehmen. Erst so gelangt man zu einem erweiterten Horizont.

Die Ausstellung zum Wahrnehmen – Bewegen – Denken – Spüren – Erleben – Verstehen soll vor allem in den Köpfen der Erwachsenen eine Verhaltensänderung bewirken, damit sich Kinder mehr bewegen können!



„Was Kinder bewegt, muss auch jeden Erwachsenen bewegen“!

Nur Lobbyistinnen und Lobbyisten für Kinder treten den wachsenden personalen, sozialen und gesundheitlichen Beeinträchtigungen der jungen Generation couragiert entgegen und verschaffen Jungen und Mädchen einen Zugang zu ihrer Welt, die vornehmlich eine Bewegungswelt ist!

Kinder sind unser größtes Kapital. Eine kindgerechte Bewegungswelt zu schaffen, ist die beste Investition nicht nur für die Zukunft unserer Kinder, sondern für alle Menschen!

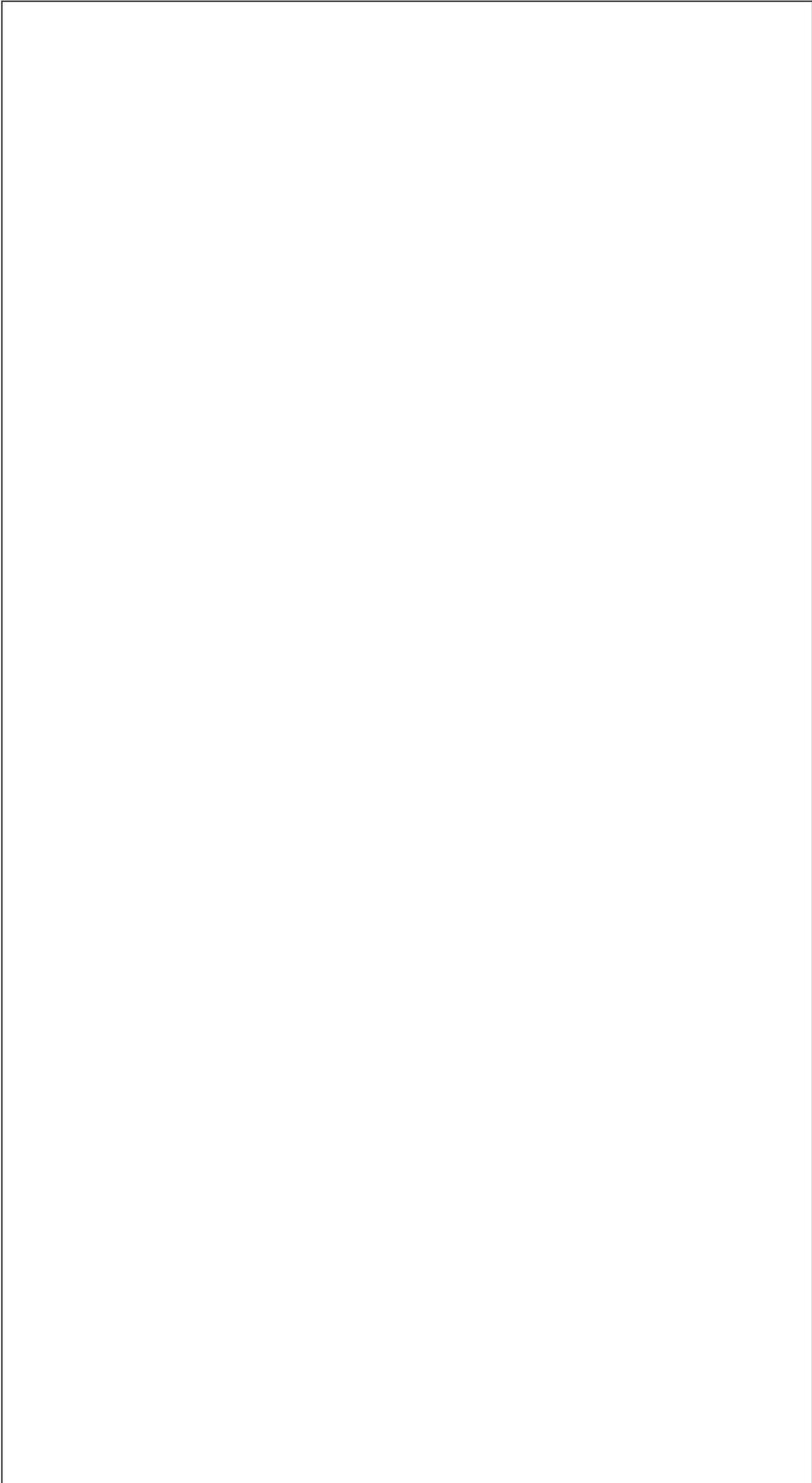
Wir hoffen, dass die Ausstellung mithelfen kann, dass sich mehr bewegt für eine Kinderwelt als Bewegungswelt.

Bewegung ist Leben, wie umgekehrt Bewegung Leben ist!

Kinder brauchen Bewegung, Erwachsene brauchen Bewegung, Kinder brauchen bewegte und bewegliche Erwachsene und Erwachsene brauchen bewegliche Kinder.

Also doch: Kinderwelt = Bewegungswelt!

Dr. Klaus Balster
– Projektleiter –





Um die Frage zu beantworten, ob die Kinderwelt eine bewegte Welt ist, ist es hilfreich, dass sich Kinder und Erwachsene im bewegten Dialog mit dem Thema auseinander setzen. Über Bewegung gelangt man zum Verstehen.



Ausstellungsabsicht

Der Ausstellung liegt die Vorstellung zu Grunde, dass man für eine Sache eher sensibilisiert wird bzw. sie verstehen lernt, wenn man sich damit aktiv auseinandersetzt.

Aktiv im Sinne des Ausstellungsthemas heißt das für die Ausstellungsteilnehmer/innen

- ▶ die dargebotenen Inhalte mit eigenen Erfahrungen verknüpfen zu können
- ▶ selbst ausprobieren zu können
- ▶ die eigene innere Bewegtheit, das eigene Bewegungsverhalten bzw. den Einsatz für die Sache und damit für Kinder unter die Lupe zu nehmen
- ▶ selbst Lösungen zu finden oder Lösungsrichtungen zu entwerfen
- ▶ sich gemeinsam mit Kindern den Fragen zu stellen
- ▶ über die Ausstellungszeit hinaus weiter einen Dialog in der Sache führen zu können
- ▶ ortsbezogene Fragen zu entwerfen und praktische Antworten zu suchen und zu realisieren
- ▶ ...

Vor dem Hintergrund der kindlichen Möglichkeiten, sich beispielsweise über Zeichnungen und Geschriebenes mitzuteilen, sind für diese Ausstellung vornehmlich die Kinder zwischen vier und zehn Jahren in den Blick genommen worden.

Damit es zu einem Dialog mit der Ausstellung kommen kann, ist das Thema als eine Gesamt-Frage mit weiteren Teilfragen formuliert, die es zum Schluss zu beantworten gilt – wenn man möchte!

Die Ausstellungstafeln sollen sowohl Kinder als auch Erwachsene ansprechen. Unser Wunsch ist es, dass sich möglichst viele Erwachsene gemeinsam mit Kindern durch die Ausstellung bewegen und die Aufgaben lösen.

Einen aktiven Dialog kann man mit jeder Teilfrage (pro Tafel) eingehen.

Darum sind die einzelnen Tafeln so aufgebaut, dass sie

- ▶ eine Frage aufwerfen
- ▶ eine Botschaft in knapper Form vermitteln
- ▶ Antworten („Belege“) aus verschiedener Sicht, aus Kinder-Sicht und/oder Erwachsenen-Sicht geben
- ▶ einen Bewegungsvorschlag enthalten
- ▶ eine Frage an Kinder bzw. Erwachsene stellen, die beantwortet werden kann.



Zusätzlich bietet diese Broschüre zu jeder Tafel weitere Informationen und Erläuterungen.

Es besteht auch die Möglichkeit, jede Frage (Tafel und Erläuterungstext) als ein eigenes Thema zu bearbeiten und auszugestalten.

Jede Ausstellung gibt immer nur die Sichtweise (Ziele und Auswahl der Schwerpunkte) der Ausstellungsplaner wieder. Andere Verantwortliche werden andere Fragen an ein Thema stellen. Die Fragen, Botschaften, Belege, Bewegungsvorschläge dieser Ausstellung erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit, sondern verstehen sich als Impulse und Anregungen für eigenes Handeln bzw. für einen weiteren Dialog mit vielen Lobbyistinnen und Lobbyisten von Kindern!

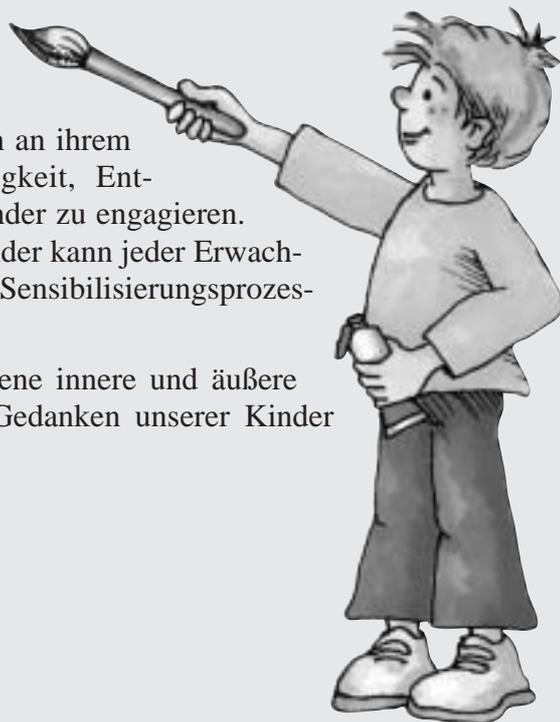
Wir möchten alle ermuntern, vor dem Hintergrund des eigenen ortsbezogenen oder regionalen Wirkungskreises selbst Fragen zu stellen, Belege zu sammeln und Bewegungsvorschläge zu entwickeln – Hauptsache, Sie bewegen damit etwas für Kinder!

Gemeint sind alle Erwachsenen, ob sie selbst Kinder haben, einen Erziehungsberuf ausüben oder nicht!*

Kinder brauchen große Freunde. Sie brauchen eine Lobby, die ihnen die Voraussetzungen schafft, wieder Erfahrungen aus erster Hand zu sammeln, die eine Infrastruktur für Bewegung bietet und Kinder als wichtigsten Faktor bei der Gestaltung der Gesellschaft der Zukunft ansieht. Sie brauchen Lobbyistinnen und Lobbyisten, die ihnen eine Bewegungswelt bieten, in der Jungen und Mädchen ihre schöpferischen und emotionalen Kräfte, Ressourcen und Selbstbildungskompetenzen entfalten können.

Lobbyistinnen und Lobbyisten erkennt man an ihrem Durchsetzungsvermögen, ihrer Zielstrebigkeit, Entschlossenheit und Konsequenz, sich für Kinder zu engagieren. Zur Lobbyistin und zum Lobbyisten für Kinder kann jeder Erwachsene werden, wenn er sich Verstehens- und Sensibilisierungsprozessen stellt.

Dadurch gelingt es beispielsweise, die eigene innere und äußere Bewegtheit und den Verständnisgrad für Gedanken unserer Kinder selbst unter die Lupe zu nehmen.



* In der Broschüre wird deshalb der Begriff Erwachsene/Erziehende synonym gebraucht.



Weil Menschen verschieden wahrnehmen und sich unterschiedlich ausdrücken, werden Botschaften besser verstanden, wenn man über sie nachdenkt. Dabei können folgende Fragen helfen.

Fragen

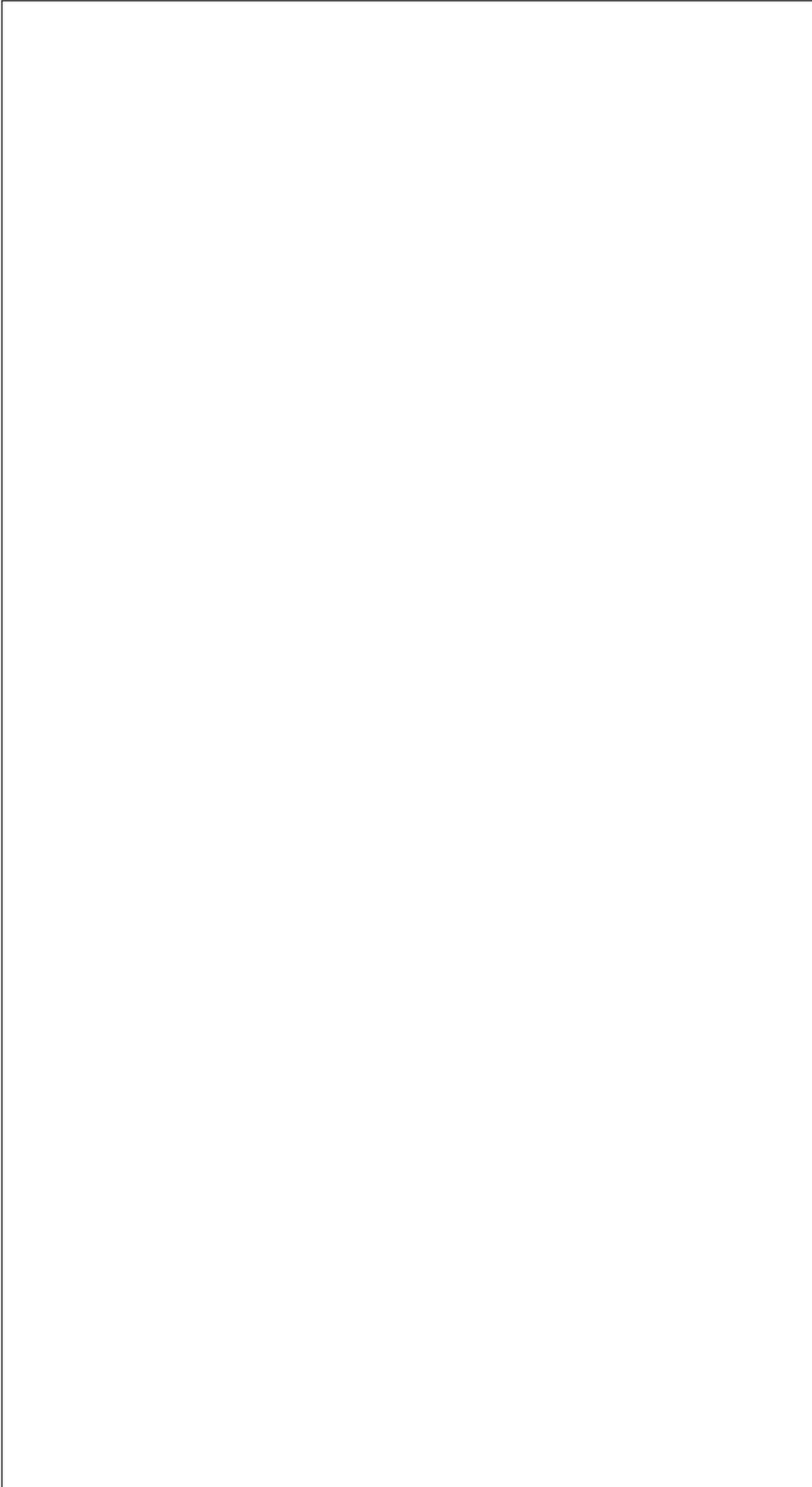
- Haben Sie schon einmal etwas besser verstanden, weil Sie es ausprobiert, Sie sich bewegt haben?
- Stimmen Sie den Botschaften zu?
- Stimmt es, dass man über Bewegung zum Verstehen gelangen kann?
- Stimmt es dann auch, dass Begreifen von „danach greifen“ kommt?
- Kennen Sie weitere Beispiele?
- Was möchten Sie ergänzen?



Verstehen von Bewegungen führt immer über das Kennen und das Können (zumindest in einer groben Qualitätsstufe). Darum sind ein Selbst-Erfahren und Selbst-Ausprobieren sehr sinnvoll.

Eigene Bewegungsvorschläge (für drinnen und draußen):





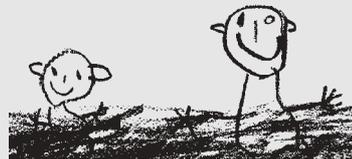


Um Kinder zu verstehen, muss man wissen, was sie bewegt. Darum sollten Erwachsene kindliche Pfade und Spuren finden, ihnen folgen und herauslesen, welche realen Bewegungsbedürfnisse Jungen und Mädchen haben.

Kindern fällt zur Bewegung folgendes ein:

Charlotte, 9 Jahre

*„Es macht mir sehr viel Spaß mich zu bewegen.
Aus diesem Grund mache ich Leichtathletik, reite, fahre Inliner, gehe schwimmen, fahre Fahrrad und im Winter laufe ich Ski.
Diese Dinge mache ich besonders gerne, weil ich sie mit anderen Kindern, meinen Eltern oder Großeltern zusammen machen kann.
Die Bewegung tut mir sehr gut, da ich an der frischen Luft bin. Die Muskeln in meinem Körper werden ausgebildet und gestärkt.“*



Dennis, 8 Jahre

„Ich laufe jeden Morgen zur Schule.“

Jan, 10 Jahre

„Wir finden es gut, dass wir in der Nähe eine Spielstraße haben.“

Marlen, 10 Jahre

„Ich könnte den ganzen Tag rumliegen. Laufen ist viel zu anstrengend.“

Christian 10 Jahre

„Ich kann mich bei meiner Tagesmutter fast gar nicht bewegen.“

Laura, 6 Jahre

„Ich gehe gern auf den Spielplatz und schaukel dort.“



Duncan, 5 Jahre

„Ich fahre gerne Fahrrad im Park.“

Maxi, 10 Jahre

*„Kinder bewegen sich nicht mehr.
Die haben alle CD, Gameboy, Computer und Fernsehen.“*

Mike, 8 Jahre

„Ich finde es nicht gut, wenn Kinder den ganzen Tag vor dem Fernseher und Gameboy hängen.“



Muhammed, 10 Jahre

*„Ich bewege mich, wenn ich Fußball spiele.
Wenn ich keinen Ball habe, kann ich nicht Fußball spielen.“*

Kim, 9 Jahre

„Wenn man läuft oder tanzt, bewegt man sich. Auch wenn man spazieren geht, bewegt man sich. Man bewegt dabei seine Füße, seine Arme und auch die Hände.“

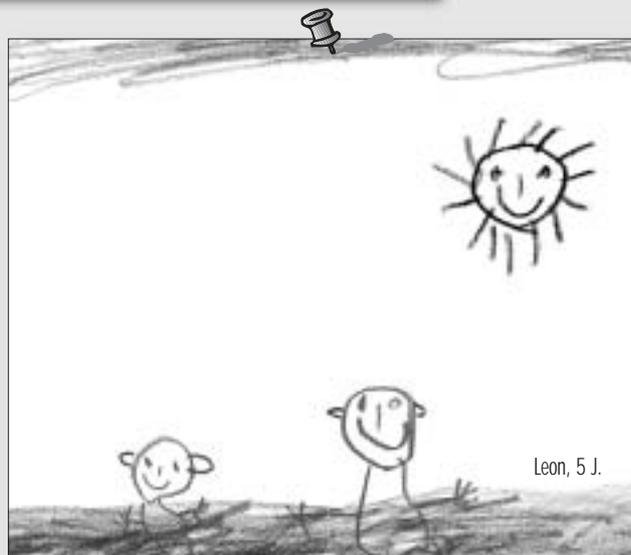
Laura, 10 Jahre

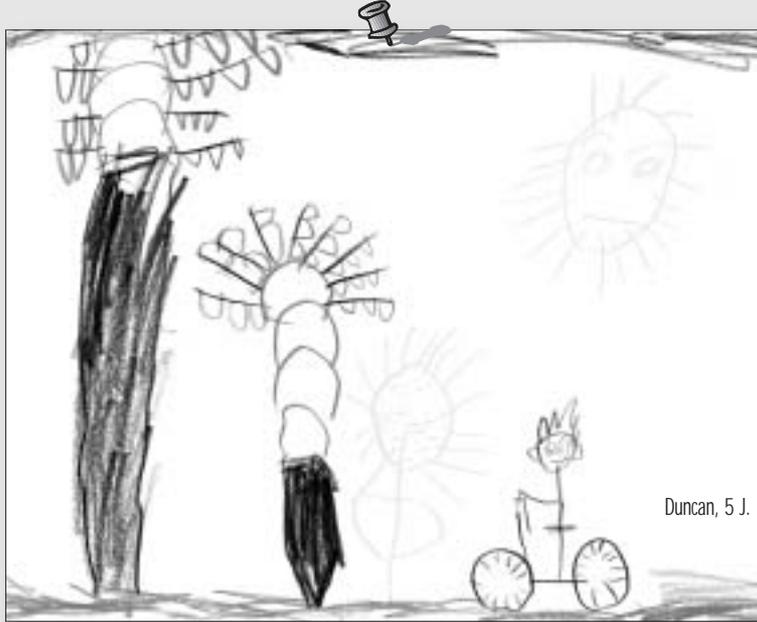
„Wenn man malt und schreibt, bewegt man sich. Man bewegt dabei seine Hände.“

Mike, 9 Jahre

„Ich fühle mich stark. Ich habe das gerne.“

Und sie zeichnen Folgendes:





Duncan, 5 J.



Marlen, 5 J.



Anne-Katherin, 5 J.



Shari, 5 J.

Bewegung spielt für Kinder eine große Rolle, um sich selbst, andere und die Welt zu erleben. Sie verbinden mit Bewegung vielfältige, unterschiedliche Erfahrungen.

☉ Kinder wollen sich mit Freude bewegen!

Aktiv, ausgelassen, übermütig, fantasie reich und mutig sein, keine Angst und keine Langeweile haben, unbeschwert etwas ausprobieren und lustvolle Herausforderungen annehmen, sich anstrengen, konzentrieren und selbstbewusst sein, neugierig mit Gegenständen hantieren, spontan und unbefangen sein, Herausforderungen annehmen, das Kribbeln im Bauch spüren, vom Balancieren fasziniert sein, Kräfte wie beim Karussellfahren spüren, leicht und fast schwerelos von oben springen, erschöpft vom Spiel die Augen schließen, entspannt und wohligh die Ruhe genießen, freudigh und enttäuscht sein,



☉ Kinder wollen etwas können!

Hoch springen, schnell laufen, weit hüpfen und herumtollen, sich im Kreis drehen, durch die Luft fliegen, mit hoher Geschwindigkeit auf dem Skateboard fahren, unter dem Schwungtuch hindurchlaufen, immer und immer wieder mit Bällen spielen, auf Bäume klettern und an Ästen schwingen, mit Sand bauen und kneten, Räume erkunden und im Wald spielen, kraftvoll etwas treffen oder wegwerfen, im Wasser schweben, mit vielerlei Geräten Erfahrungen sammeln, Kunststücke zeigen,...

☉ Kinder wollen mit anderen Kindern spielen!

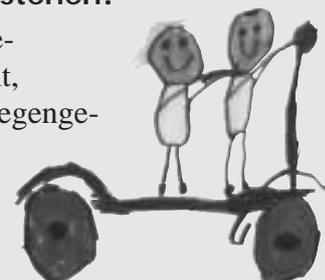
Fröhlich und ausgelassen plaudern, lachen, schnaufen, prusten oder kichern, vertraut sein, beim Tore-Schießen gemeinsam jubeln, sich umarmen oder abklatschen, klönen, sich vergleichen und messen, Erfolg/Misserfolg, Sieg/Niederlage, Lob/Tadel, Freude/Leid erfahren, hochgeschleudert werden, anerkannt und angefeuert werden, durch Anerkennung belohnt werden,

☉ Kinder wollen mit Erwachsenen spielen!

Etwas unternehmen, suchen und finden, über spannende Spiele und geheimnisvolle Entdeckungen sprechen, lachen und quietschen, über Stimmungen und Gefühle sprechen und sie zeigen, spannende Augenblicke erleben, Erfolg/Misserfolg, Sieg/Niederlage, Können/Nichtkönnen, Freude und Kummer teilen,

☉ Kinder wollen, dass Erwachsene sie sehen und verstehen!

Bewegungen nachahmen, berührt werden, nicht immer gemessen, bewertet und zensiert werden, ermutigt, angespornt, aber auch korrigiert werden, Trost erfahren, Geduld entgegengebracht bekommen, keine Hektik, keinen Zwang und Über-eifer verspüren, zum Spielen verführt statt verpflichtet, an-geregt statt belehrt werden,





Weil Menschen verschieden wahrnehmen und sich unterschiedlich ausdrücken, werden Botschaften besser verstanden, wenn man über sie nachdenkt. Dabei können folgende Fragen helfen.

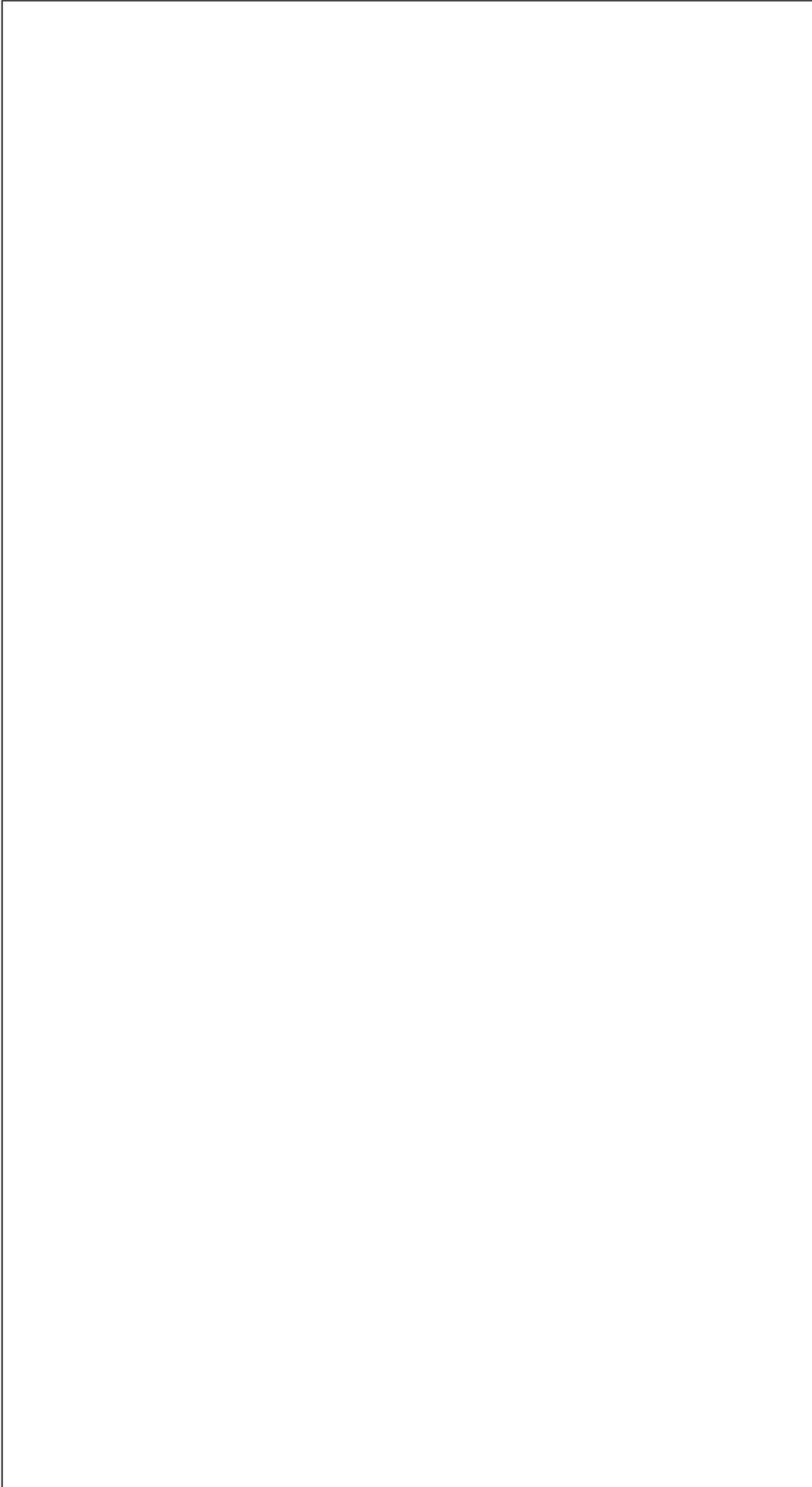
Fragen

- Stimmt es, was die Kinder gesagt oder gezeichnet haben?
- Ist das auch Ihre Meinung?
- Was beobachten Sie?
- Fällt Ihnen noch etwas ein?



Verstehen von Bewegungen führt immer über das Kennen und das Können (zumindest in einer groben Qualitätsstufe). Darum sind ein Selbst-Erfahren und Selbst-Ausprobieren sehr sinnvoll.

Eigene Bewegungsvorschläge (für drinnen und draußen):





Um Kindern zu ihren Bewegungsrechten zu verhelfen, muss man wissen, wie und wo ihre Bewegungsansprüche eingeschränkt oder behindert werden. Dazu sollte man Kinder häufiger zu ihren Einschränkungen befragen. Daneben sollten Erwachsene kindliche Bewegungswelten genau unter die Lupe nehmen, um anschließend für ausreichende und angemessene Bewegungsmöglichkeiten sorgen zu können.

Bewegungseinschränkungen des Alltags

Charlotte, 9 Jahre

„In der Schule müssen wir im Unterricht still sitzen.“

Nicole, 9 Jahre

„Es gibt immer weniger Plätze, wo wir klettern, toben und spielen können. Entweder stören uns Autos oder Erwachsene. Manche Leute verjagen uns sogar von den Spielplätzen, weil wir ihnen zu laut sind.“

Dennis, 10 Jahre

„Es ist doof, wenn auf unserer Spielstraße viele Autos fahren.“

Rene, 8 Jahre

„Wir wollen ein Hundeklo, weil es im Park nur Hundescheiße gibt.“

Marcel, 9 Jahre

„So ein Mist, hier kann man kein Fußball spielen.“

Patrick, 6 Jahre

„Da wo ich wohne, gibt es keine Wiese, nur Steine auf dem Boden.“

Dragan, 9 Jahre

„Kinder sitzen immer vor dem Fernseher.“

Yilderim, 8 Jahre

„Weil die Kinder immer nur Nintendo und Gameboy spielen.“

Sarah, 8 Jahre

„Vater hat keine Lust zum Spielen.“

Marcel, 10 Jahre

„Der Fußballplatz ist immer geschlossen.“

Aydir, 8 Jahre

„Ich darf nie im Bett rumtoben.“

Jens, 8 Jahre

„Ich habe Stubenarrest.“

Jan, 8 Jahre

„Wir wollen einen Abenteuerspielplatz in unserem Park haben.“



Jens, 8 J.

Kinder haben vielfältige Bewegungsansprüche und suchen nach ausreichenden Bewegungsmöglichkeiten. Auch das Grundgesetz sichert ihnen Rechte auf körperliche Unversehrtheit und freie Entfaltung der Persönlichkeit zu. Aber noch zu häufig behindern Bewegungsverbote kindliches Bewegungsspiel oder es stehen keine ausreichenden Bewegungsräume, -gelegenheiten und -situationen mit nutzbaren Spielen und Geräten zur Verfügung.

Erkenntnisse aus dem Lebensalltag von Mädchen und Jungen

⑥ Kinder bewegt, dass sie zunehmend Möglichkeiten für Eigenaktivitäten verlieren.

Neben den eingeschränkten Bewegungsgelegenheiten und -situationen scheinen Erwachsene immer ungeduldiger gegenüber dem Tun von Kindern zu werden. Immer mehr Kinder finden keine ausreichende Zeit zum Bewegen und Spielen. Sie finden auch keine Gelegenheiten mehr, eine „Bude zu bauen“ oder mit Naturmaterialien zu experimentieren.

⑥ Kinder bewegt, dass sie zunehmend Nischen, Lücken und unbebaute Flächen verlieren.

Bewegungs- und Spielverbote bremsen noch zu häufig kindliches Treiben. Trabantenstädte, Hochhäuser, einheitliches Wohnen sind für Kinder anregungsarm. Dadurch verlieren Kinder auch Nahräume mit einer nachbarschaftlichen Umwelt.

⑥ Kinder bewegt, dass ihre Kindheit oft eine verplante Kindheit ist.

Meist werden Programme und Angebote von Erwachsenen aufbereitet und zunehmend pädagogisiert. Jungen und Mädchen können zwar auswählen, aber an der Entwicklung und Planung sind sie meist nicht beteiligt.

⑥ Kinder bewegt, dass man ihre Lebensräume immer öfter spezialisiert.

Eine Spezialisierung von Lebensräumen bedeutet eine Trennung von Lebensräumen nach Funktionen. Spezielle Räume (normierte Spielplätze, voll gestopfte Gymnastikräume, überladene Kinderzimmer) ermöglichen nur bestimmte Handlungen besonders gut und verhindern eine große Vielfalt. Alles ist festgelegt!



⑥ Kinder bewegt, dass man ihre Bewegungsgeräusche mit Belästigungslärm gleichsetzt.

Sie erleben eine auffallende Ungerechtigkeit in der Erwachsenenwelt, wo bewegungsintensives Spiel immer häufiger als Unruhe, lustvolles Lachen als belastend empfunden wird.

⑥ Kinder bewegt, dass bei stadtplanerischen Überlegungen der Autoverkehr Vorrang hat.

Kinder können in ihrer Umwelt weniger Erfahrungen sammeln, weil eine immer größer werdende Erwachsenen-Autowelt eine immer kleiner werdende Kinderwelt zusehends verdeckt.



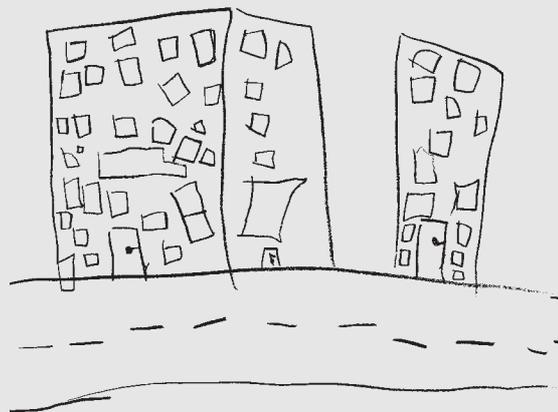
⑥ **Kinder bewegen Spielverbote als Bewegungs-Bremse**

- ▶ triste, teilweise zubetonierte Hinterhöfe
- ▶ öde Parkanlagen
- ▶ asphaltierte Schulhöfe
- ▶ beengte Wohnverhältnisse
- ▶ zugeparkte Gehsteige
- ▶ dichter Straßenverkehr
- ▶ Verbote, wie „Ballspielen verboten!“ oder „Rasen betreten verboten!“
- ▶ defekte Spielgeräte
- ▶ fantasielose und normierte Spielplätze, wo Kinder bespielt, gespielt, gerutscht werden
- ▶ ...



⑥ **Kinder bewegen die sich daraus ergebenden Konsequenzen**

- ▶ geringer werdende Wahrnehmungsspektren; einseitige Sinnangebote
- ▶ geringere altersgemischte Erfahrungen außerhalb der Familie
- ▶ weniger soziale Beziehungen unter Gleichaltrigen
- ▶ zerstückelte Lebensräume; eingeengte Erfahrungs- und Handlungsspielräume; Bewegungsräume als Spielgettos
- ▶ eine gesellschaftlich starke Vereinnahmung (Moden, Kinderserien); eine unkontrollierte Überfrachtung mit Konsum
- ▶ mangelnde Partizipation am öffentlichen Leben
- ▶ immer geringer werdende Erfahrungen aus erster Hand wie körperlich-sinnlicher Umgang mit den Dingen des Lebens; Verlust der Eigenaktivität
- ▶ eine zunehmende mediale Überfütterung/Mediendruck
- ▶ ein zunehmender Termindruck und Zeitknappheit
- ▶ eine beängstigende Einschränkung von Spielerfahrungen; Reduzierung auf Betätigen von Knöpfen, Tasten oder Hebeln
- ▶ gefährliche Straßen
- ▶ Zerstörung natürlicher Lebensräume
- ▶ ...



Weil es Kindern meist nicht gelingt, ihre Bewegungsansprüche zu erfüllen, flüchten sie in ihren Überlegungen nicht selten in Wunschhandlungen und -träume und stellen aktuelle Vergleiche an. Darum ist es sehr hilfreich, die tatsächlichen Bedürfnisse von Kindern über Gespräche und Beobachtungen zu erfahren.

- © Mit der Sprache eines Erwachsenen wird das Beispiel eines Mädchen wiedergegeben.

Manchmal möchte ich lieber ein Auto sein! (BALSTER 2000a, 14 ff)

Kürzlich haben sich wieder Nachbarn beschwert, als ich mit Freunden auf der Straße vor unserer Wohnung mit dem Ball spielte. Sie beklagten unser Lachen, Rufen und die Ballgeräusche.

Da möchte ich manchmal lieber ein Auto sein,
um dessen Vorzüge zu genießen. Ich habe von den Nachbarn noch nie gehört, dass sie sich über quietschende Bremsen, knatternde Auspuffe oder lautes Hupen ihrer Lieblingskinder – der Autos – direkt vor der Haustür beschwerten oder gar gerichtlich gegen sie vorgegangen sind, wie sie es jetzt für unsere Spielgeräusche anstreben.

Ich möchte manchmal lieber ein Auto sein,
um die Aktivitäten und Liebkosungen, die man ihnen entgegenbringt, auch einmal in vollen Zügen zu genießen. Mit welcher Akribie und Liebe Erwachsene Eingaben an die entsprechenden Stadtämter verfassen, um für ihren Liebling ausreichenden Bewegungsplatz zu bekommen. Wie sie für ein flächendeckendes Straßennetz streiten oder für ausreichende Parkplätze. Selbst Bäume mussten dafür gestutzt werden, damit die Lieblinge sich nicht verletzen. Ich weiß gar nicht, wie viele Anrechte ein Auto hat. Wie viele Quadratmeter stehen diesem zur Verfügung? Nach dem Kindergartengesetz stehen jedem Kind drei Quadratmeter zu.

Ich möchte manchmal lieber ein Auto sein,
weil sich stadtplanerische Überlegungen mehr an der Anzahl vorhandener Autos orientieren als an der Anzahl der Kinder und ihrer Wünsche nach ausreichender Bewegungsfläche. Autos bekommen immer mehr Wege, immer mehr Lücken im Straßennetz werden geschlossen, so dass man überall per Auto hinkommen kann. Uns gehen diese Nischen, Lücken und unbebauten Flächen verloren. Das macht uns anregungsarm. Wir werden immer unbeweglicher und transportbedürftiger.

Ich möchte manchmal lieber ein Auto sein,
weil die Erwachsenenwelt vornehmlich eine Auto-mobile Welt ist. Diese Welt wird immer größer. Autos fehlt es auch nicht an Beziehungen und Freundschaften, wie die zunehmende Zahl der zugelassenen Pkws und die vielen Staus zeigen. Durch die zunehmend bebaute Auto-Welt machen wir weniger altersgemischte Erfahrungen außerhalb der Familie und knüpfen weniger soziale Beziehungen/Freundschaften unter Gleichaltrigen.

Ich möchte manchmal lieber ein Auto sein,
dann müsste ich mich nicht um engagierte Erwachsene – Lobbyisten – sorgen. Dann brauchten wir um unser Grundrecht auf eine angemessene Persönlichkeitsentwicklung nicht zu kämpfen. Wenn beispielsweise politische Gremien öfter als jetzt auch unsere Kinderbelange besprächen, wären wir sehr glücklich.





So glaube ich, würde es dem einen oder anderen Erwachsenen auffallen, dass wir Kinder durch die fehlende Bewegungswelt häufiger nervöser, ungeordneter, gestörter und streitbarer geworden sind. Wir können weniger erobern, initiieren, verändern und kreativ sein. Wegen der fehlenden Erfahrungsräume trauen wir uns nicht mehr so viel zu, werden entmutigter, sind häufiger lustlos, übersättigt, gelangweilt. Die Folge sind zunehmende Gesundheitsbeeinträchtigungen wie motorische und kognitive Defizite, aber auch emotionale und soziale Auffälligkeiten.

Autos werden immer sicherer, damit sie sich in der Bewegungswelt mit anderen Autos behaupten können. Wir dagegen werden immer kränker!

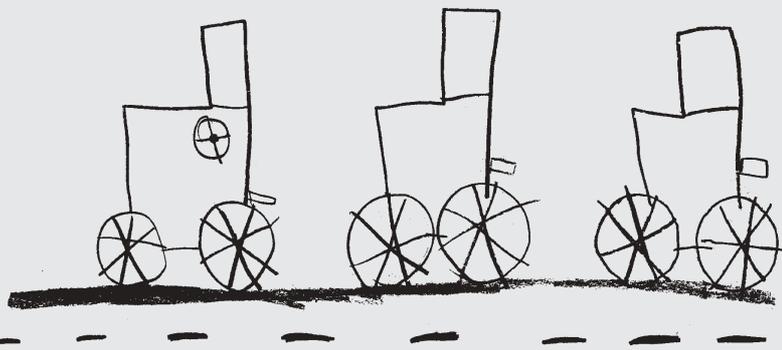
Ich möchte manchmal lieber ein Auto sein,

weil für diese an jeder Ecke mit Tankstellen und Werkstätten ausreichende Hilfen zur Verfügung stehen.

Außerdem gibt es für die Lieblinge der Erwachsenen Auto-Hilfsdienste, die schnell über das Telefon gerufen werden können.

Für Autos stehen also rundum Hilfen bereit.

Wie oft habe ich mir solche jederzeit verfügbare Anlaufstellen gewünscht.



Um aber in den Genuss einer Rundumbetreuung zu gelangen, müsste ich manchmal ein Auto sein!



Weil Menschen verschieden wahrnehmen und sich unterschiedlich ausdrücken, werden Botschaften besser verstanden, wenn man über sie nachdenkt. Dabei können folgende Fragen helfen.

Fragen

- Ist das auch Ihre Meinung, was die Kinder gesagt oder gezeichnet haben?
- Was beobachten Sie? Wo wird gespielt? Wie sieht es dort aus?
- Welche Erlebnisse fallen Ihnen ein?
- Fällt Ihnen noch etwas ein?



Verstehen von Bewegungen führt immer über das Kennen und das Können (zumindest in einer groben Qualitätsstufe). Darum sind ein Selbst-Erfahren und Selbst-Ausprobieren sehr sinnvoll.

Eigene Bewegungsvorschläge (für drinnen und draußen):



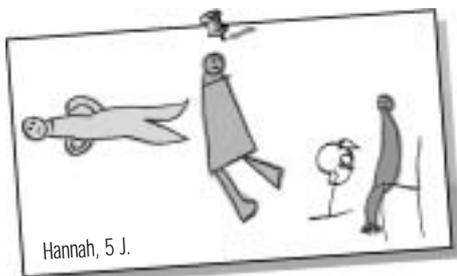






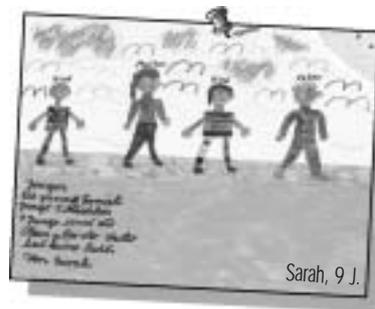
Kindern zu ihren Grundrechten auf Bewegung zu verhelfen setzt voraus, dass Erwachsene kindliches Bewegungsverhalten verstehen. Verstehen setzt Erkennen voraus; das wiederum stützt sich auf sorgfältiges Zuhören und genaues Hinsehen. Erst das Einfühlen in die Welt der Kinder, in ihre Art zu denken und zu fühlen, in das was sie vorhaben, welche Motive sie antreiben, ermöglicht es, angemessen auf sie einzugehen.

Reaktionen von Erwachsenen auf Kinderzeichnungen:



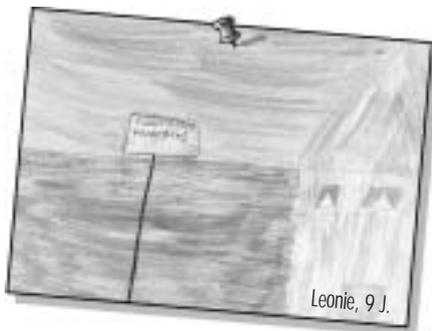
Das Kind bringt es in dem Bild auf den Punkt: Zu viel sitzen, zu wenig Bewegung haut den stärksten Menschen um!

Inge, 43 Jahre



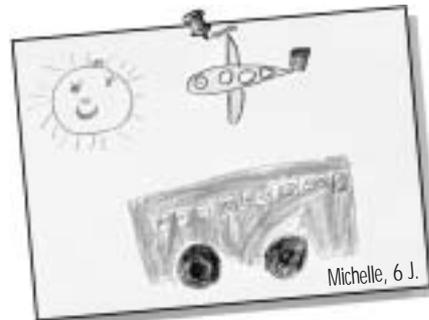
„Meine Kinder finden es toll, wenn wir mit ihnen herumtoben und spielen.“

Harald, 48 Jahre



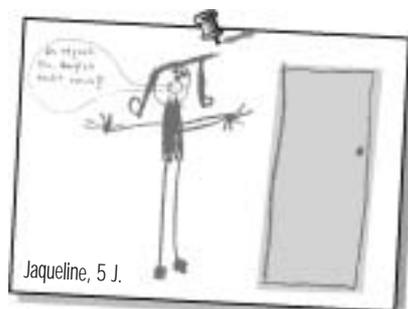
„Typisch! Solche Verbote nehmen den Kindern die Freude an der Bewegung. Kein Wunder, dass die nur noch vor dem Fernseher sitzen!“

Christel, 61 Jahre



„Manchmal bekomme selbst ich auf der Straße richtig Platzangst bei dem vielen Verkehr. Und dann der ganze Lärm.“

Ivy, 32 Jahre



„Warum sollten Kinder nicht auch bei schlechtem Wetter raus? Dafür gibt es doch entsprechende Kleidung.“

Anne, 28 Jahre

Aussagen von Erwachsenen zum Wert von Bewegung:

Ute (44), Erzieherin

„Die Kinder haben ein unbefangenes Verhältnis zu Bewegung. Soweit sie sich bewegen dürfen, tun sie dies liebend gern. Und manche haben's aber verlernt. Also die, die zu Hause sitzen.“



Konrad (54), Lehrer

„Ich schaffe in meinem Unterricht so viel Bewegung, wie nur irgend möglich. Ich bin selber der; der gar nicht ruhig sitzen kann; das brauchen die Kinder auch. Wir wollen die Kinder nicht wieder so wie früher in den Bänken drin hocken haben, dass sie sich überhaupt nicht rühren können. Ich will bewegte Kinder haben, denn Kinder, die körperlich fit sind, die sind auch geistig fit.“



Christa (57), Hausfrau

„Ich wohne direkt an einem Kinderspielplatz. Spielen macht da bestimmt keinen Spaß. Zwei von den Schaukeln sind kaputt. Ist doch normal, dass sich die Kinder um die letzte Heilgebliebene den ganzen Tag zanken.“



Hans (61), Mechaniker

„Gucken Sie sich doch die Kinder an. Fett, faul, sitzen nur noch vor der Glotze oder dem Computer. Ich hab als Kind jeden Tag draußen Fußball gespielt. Warum machen die das nicht?“



Anne (28), Bürokauffrau

„Ich versteh die Eltern nicht, die ihren Kindern verbieten bei schlechtem Wetter rauszugehen. Dafür gibt es doch entsprechende Kleidung.“



Ayscha (22), Frisörin

„Wir überlegen uns, aus der Stadt rauszuziehen. Für meine beiden Kleinen will ich lieber mal Platz zum Draußen-Spielen haben. In der Stadt hab ich immer Angst.“



Angela (35), Dolmetscherin

„Wir haben in der Hecke vom Nachbarhaus gespielt und in den Höfen Verstecken gespielt. Kinder wachsen doch mit dem Verkehr auf und passen sich daran, wenn sie genügend Nischen haben zum Ballspielen oder Rollschuhfahren auf dem Schulhof.“



Erwachsene können Kinder aber auch nur verstehen, wenn sie sich selbst sehen und erkennen, also von sich etwas wissen. Je instabiler das eigene Erwachsenenbild ist, umso feststehender sind Urteile oder Zuschreibungen, nicht selten Vorurteile, die sich sehr schlecht beeinflussen lassen. Manche Erwachsene sehen sich nicht als Ursache kinderunfreundlicher Entwicklungen!

Erwachsene zeigen auch solche Reaktionen:

Kinderunfreundlichkeit – woran es liegen mag? (BALSTER 2000a, 24 ff)

Es liegt an der Mutter, am Vater, an den Erziehungsberechtigten, an den Verwandten
Es liegt an den Nachbarn, an den Freunden, an den Spielgefährten, an den Bekannten
Nur an uns selber, an uns liegt es nicht!
Woran es nur liegen mag?

Es liegt am Kindergarten, an der Schule, an der Kirche, an den Kinderorganisationen
Es liegt an den Politikern, an den Parteien, an den Verantwortlichen, an den Vorgesetzten
Nur an uns selber, an uns liegt es nicht!
Woran es nur liegen mag?

Es liegt am Fernsehen, am Radio, an Videofilmen, an der Werbung
Es liegt an den fehlenden Räumen, Materialien, an der fehlenden Zeit, am fehlenden Geld
Nur an uns selber, an uns liegt es nicht!
Woran es nur liegen mag?

Es liegt an den unzureichenden Wohnverhältnissen, am unzureichenden Verdienst, am unzureichenden Urlaub, an der unzureichenden Freizeit
Es liegt an den fehlenden Vorbildern, an den vielen Uninteressierten, Enthaltamen, Egoisten
Nur an uns selber, an uns liegt es nicht!
Woran es nur liegen mag?

Es liegt an der Umwelt, an der Mitwelt, an den anderen – Es liegt an euch!
Nur an uns selber, an uns liegt es nicht!

Dann – dann liegt es an den Kindern selbst?
Ja – es liegt an den unzufriedenen Kindern
Ja – es liegt an den uneinsichtigen Kindern
Ja – es liegt an den aggressiven Kindern
Ja – es liegt an den unwilligen Kindern
Nur an uns selber, an uns liegt es nicht!

**Und weil man das nicht erkennt,
gibt es auch kein kinderfreundliches Happyend!**



Ermahnungen an ein Kind (BALSTER 2000a, 8)

- Du darfst nicht auf dem Rasen spielen
- Du darfst nicht auf den Baum klettern
- Du darfst nicht von der Mauer springen
- Du darfst nicht mit dem Ball vor der Garage spielen
- Du darfst deinen Platz nicht verlassen
- Du darfst im Gruppenraum nicht so schnell laufen
- Du darfst nicht im Flur spielen
- Du darfst nur in der Ecke spielen

Warum lachst du eigentlich nicht?

Manche Erwachsene sehen zwar Kinderbedürfnisse, sie verstehen sie aber selten. Die Erinnerungen an eigene Kinderwelten sind verblasst oder verschwommen. Je weniger sich Erwachsene an ihre bewegte Kindheit erinnern, umso mehr schwindet der Einsatz, für eine umfänglich bewegte Kindheit einzutreten. Darum stehen nicht wenige Erwachsene grundlegenden Kinderinteressen auf ausreichende Bewegung häufig bewegungslos gegenüber.

Reaktionen von Erwachsenen, die Probleme haben, den Wert der Bewegung zu verstehen:

Erinnerungsprobleme (BALSTER 2000a, 30)

Ich kann mich nicht mehr daran erinnern, dass ich

- erst über die Bewegung meinen Körper kennen lernte,
- erst mit meinen Händen vielfältige Materialien gestaltete,
- erst durch Klettern oder Balancieren meine Mit- und Um-Welt erschloss und ich dadurch in unterschiedlichen Räumen spielte,
- erst durch Bewegung Freunde kennen lernte.

Habe ich damals nur zugesehen?

Spätfolgen (BALSTER 2001)

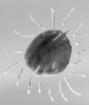
Ich bin jetzt über 50 Jahre und habe Rückenschmerzen –
keiner weiß warum!

Als ich 40 war, hatte ich sie auch schon –
keiner weiß warum!

Als ich 30 war, waren sie auch schon da –
keiner weiß warum!

Als ich 20 war, habe ich schon darüber geklagt –
keiner weiß warum!

Als ich 10 war, habe ich deshalb häufiger im Sportunterricht aussetzen müssen –
keiner weiß warum!



Erwachsene haben Probleme zu verstehen!

⊗ Sie sind über die Voraussetzungen und Zusammenhänge für eine harmonische Persönlichkeitsentfaltung nur unzureichend informiert.

Die meisten Erwachsenen kennen nicht die Bedeutung der Zusammenhänge sensorischer, motorischer, kognitiver, motivationaler, emotionaler und sozialer Anregungen für eine harmonische ganzheitliche Persönlichkeitsentfaltung.

Sie sehen kaum die „Vor- und Ausführungsleistungen“ von Wahrnehmung und Bewegung für jedes Alltags- und damit auch Lernhandeln wie für das Sprechen, Schreiben und Rechnen oder für handwerkliche Prozesse.

Erwachsene verstehen nicht, dass Bewegung das einzige integrative Medium in Kindertagesstätten und Schulen ist und für alle anderen Lernbereiche und Fächer essenzielle Voraussetzung!

Sie verstehen auch nicht, dass Bewegung die wahre Grammatik des Lebens ist!

⊗ Sie sind selbst bewegungsenthaltsam.

Um Bewegung zu verstehen, muss ich nicht nur die Bewegung kennen, sondern sie auch können. Je mehr Bewegungsabläufe ich beherrsche und je mehr ich darüber weiß, umso besser erkenne ich auch Bewegungen. Dies wiederum ist die Voraussetzung, mich in Bewegungsbilder anderer Menschen einzufühlen. Damit erst gelingt die Verständigung für das, was Menschen mit der Bewegung machen, vor allem, warum sie sich bewegen. Über die eigene Könnens-Befindlichkeit gelingt es auch, sich an die Lebenswelt der Kinder heranzutasten.

Wer bewegungslos oder -enthaltsam ist, wird kaum Bewegungshandlungen verstehen!

⊗ Sie kennen und verstehen sich selbst nicht.

Kinder kann ich nur verstehen, wenn ich ein Bild von ihnen habe. Dies erhalte ich, wenn ich mich selbst sehe und erkenne, also von mir etwas weiß.

Dann erst kann ich gezielt beobachten und etwas erkennen. Also speist sich jedes Bild, das ich von Kindern wahrnehme, aus dem Bild, das ich von jedem meiner Kinder in mir trage. Je instabiler mein eigenes Bild ist, umso feststehender sind Urteile (meist Vorurteile) über andere Menschen, die sich dann kaum beeinflussen lassen.

Wer sich selbst nicht versteht, wird kaum andere verstehen können!

⊗ Sie können und wollen sich nicht in Kinderwelten einfühlen.

Ich kann kaum Kinder verstehen, wenn ich nicht ihren Spuren folge.

Dazu brauche ich personale Fähigkeiten wie sorgfältiges Zuhören bzw. genaues Hinsehen. Erst dann erwachsen meine Möglichkeiten, Gedanken und Gefühle anderer zu erkennen. Durch dieses Einfühlen (Empathie) bekommen Kinderbewegungen Bedeutung. Die gesehene Bewegung des anderen Menschen und die Gefühle der eigenen Bewegung muss ich miteinander in Beziehung setzen um zu verstehen.

Wer die Spuren nicht lesen kann, wie ein anderer Mensch denkt und fühlt, was er vorhat, welche Motive ihn antreiben, dem wird es nicht gelingen, auf ihn angemessen einzugehen!



© **Sie reflektieren eigene Lebensgeschichten nicht**

Die Auswirkungen von Bewegungsmangel entwickeln sich schleichend!

Weil sich viele sekundäre Gesundheitsfolgen erst in der späten Kindheit zeigen, entlassen sich viele Erwachsene leichtfertig selbst aus der Mitverantwortung für diesen Entwicklungsverlauf. Sie erkennen nicht, dass aus Kindersünden leicht Erwachsenenprobleme werden können.

Erwachsene, die keine Fragen an ihren Lebenslauf richten, erkennen auch nicht die Notwendigkeit einer frühzeitigen Lebensunterstützung durch Bewegung!

© **Sie haben Erinnerungslücken an ihre eigene Kindheit**

Erinnern heißt Leben. Erinnerungserfahrungen hängen davon ab, was zum einen in der Gegenwart geschieht und was sich zum anderen in der Vergangenheit ereignet hat. Wer entweder bereits in der Vergangenheit – in seiner Kindheit – bewegungslos war oder es in der Gegenwart geworden ist, kann keinen Zugang mehr zu seiner eigenen und folglich auch keinen mehr zur aktuellen Kindheit herstellen!

Viele Erwachsene sind nicht geneigt, diese Erinnerungsprobleme aufzuarbeiten!



Weil Menschen verschieden wahrnehmen und sich unterschiedlich ausdrücken, werden Botschaften besser verstanden, wenn man über sie nachdenkt. Dabei können folgende Fragen helfen.

Fragen

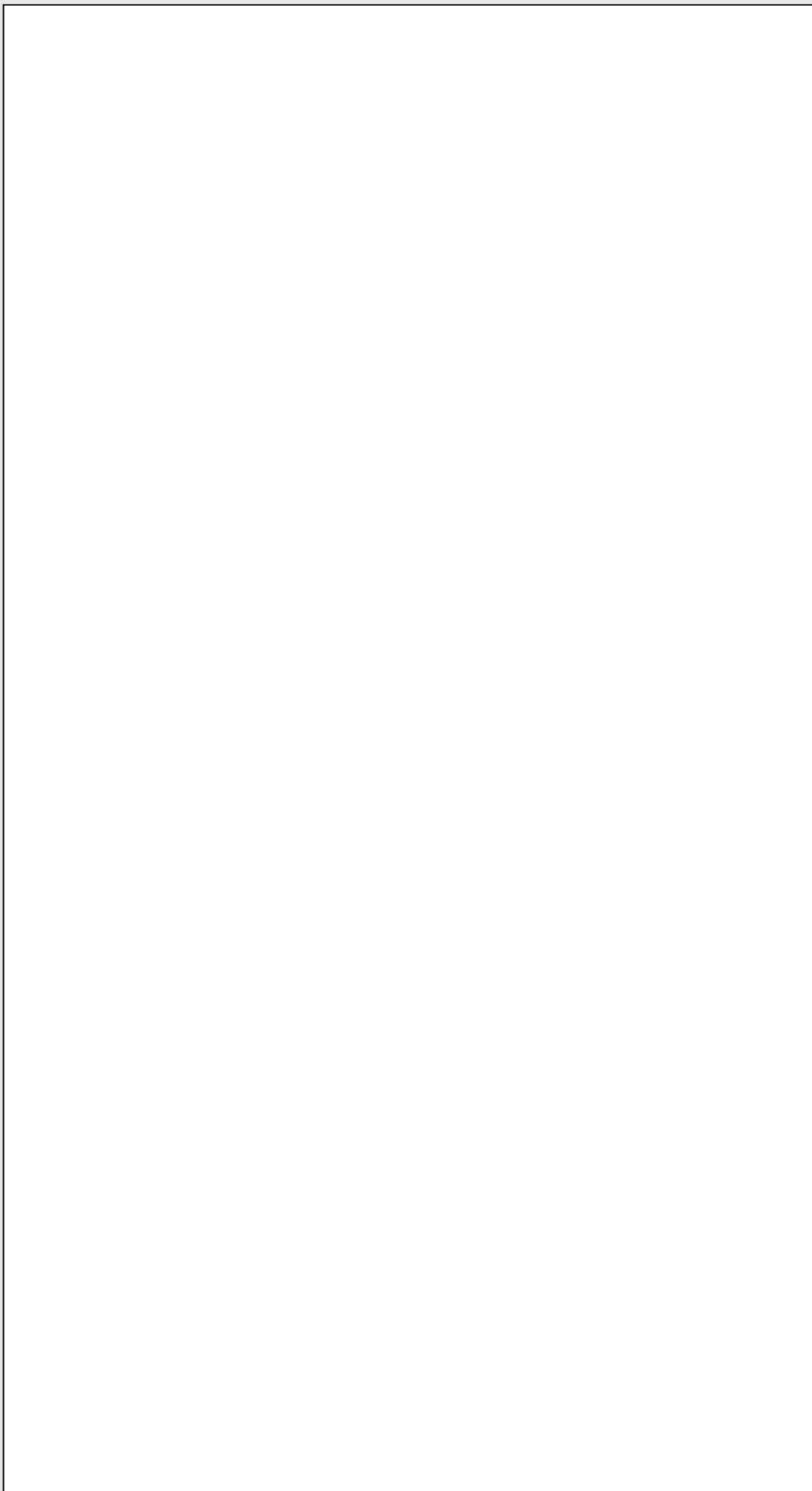
- Kennen Sie solche Aussagen von Erwachsenen über Kinder?
- Wie verhalten sich die Erwachsenen um Sie herum?
- Kennen Sie auch Erinnerungslücken oder Verstehensprobleme? Welche?
- Falls Sie Lücken oder Probleme haben, wie gehen Sie damit um?
- Fällt Ihnen noch etwas ein?



Verstehen von Bewegungen führt immer über das Kennen und das Können (zumindest in einer groben Qualitätsstufe). Darum sind ein Selbst-Erfahren und Selbst-Ausprobieren sehr sinnvoll.

Eigene Bewegungsvorschläge (für drinnen und draußen):







Wie Kinderäußerungen zu entnehmen ist, spielt die Bewegung für sie eine große Rolle, um sich selbst, andere und die Welt zu erleben. Sie verbinden mit Bewegung vielfältige und unterschiedliche Erfahrungen. Erfahren Kinder aber massive Bewegungseinschränkungen oder werden sie in ihrer motorischen Entwicklung vernachlässigt, führt dies nicht selten zu nachhaltigen negativen psychomotorischen, psychosozialen bzw. psychoemotionalen Auswirkungen. Erwachsene sollten diese Konsequenzen kennen. Sie sollten auch wissen, dass Bewegungsmangel und die daraus resultierenden Folgeschäden überwiegend schleichende und nicht immer wahrnehmbare Prozesse sind.

Konsequenzen mangelnder Bewegungserfahrungen

- ▶ Kinder sind häufiger nervös, ungeordnet, gestört, streitbereit
- ▶ Kinder können sich weniger aneignen, erobern, initiieren, verändern, kreativ sein
- ▶ Kinder trauen sich weniger, sind entmutigter
- ▶ Kinder sind häufiger lustlos, übersättigt, gelangweilt
- ▶ Kinder leiden mehr unter chronischen Krankheiten und zunehmenden Gesundheitsbeeinträchtigungen wie motorischen Defiziten
- ▶ Kinder zeigen häufiger Lernstörungen, emotionale, soziale Auffälligkeiten
- ▶ Kinder leiden mehr unter einer instabilen Gemütsverfassung, einem geringeren Spektrum sozial-emotionaler Erfahrungen
- ▶ Kinder sind häufiger unkonzentriert, wenig ausdauernd und vermeiden zunehmend Anstrengung
- ▶ Kinder streben mehr nach einem konsumierenden Verhalten und einer grenzenlosen Bedürfnisbefriedigung
- ▶ Kinder besitzen eine geringere Frustrationstoleranz und ein stets größer werdendes Enttäuschungsempfinden
- ▶ ...

Folgen unzureichender Bewegungserfahrungen und zunehmender Bewegungsmängel

- ▶ Schwächung der Muskulatur
- ▶ Herz-Kreislauf-Funktionsschwächen mit mangelnder Organleistungsfähigkeit und verringerter körperlicher Belastbarkeit
- ▶ Motorische Ungeschicklichkeit, Beeinträchtigung der Koordinationsfähigkeit
- ▶ Übergewicht
- ▶ Haltungsschwächen und -schäden
- ▶ ...

Daraus resultierende Folgen

- ▶ häufiger krank
- ▶ ansteigende Unfallzahlen
- ▶ auffällige psychosoziale Verhaltensweisen wie Aggressivität, die meist zum Ausschluss aus Spielgemeinschaften führen
- ▶ auffällige psychoemotionale Verhaltensbeeinträchtigungen wie instabile Stimmung, die nicht selten zur Ablehnung in Spielgruppen führen
- ▶ auffällige psychomotorische Verhaltensweisen wie Überaktivität und Ängstlichkeit, die ebenfalls zu Außenseiterstellungen führen
- ▶ ...

Spätfolgen

- ▶ chronische Krankheiten wie Übergewicht
- ▶ Zivilisationskrankheiten wie Rückenschmerzen
- ▶ generalisierte Schwächen und totale Immobilisation
- ▶ ...

Auswirkungen von Bewegungsmangel und nachhaltige Konsequenzen

Kinder mit mangelnden Ich-Kompetenzen zeigen häufig negative Selbstkonzepte. Sie sind ängstlich gegenüber Fremden und entwickeln nur geringe spontane Aktivitäten. Aus Angst vor Enttäuschungen vermeiden sie häufig unbekannte Situationen, denen sie sich nicht gewachsen fühlen, geben schnell auf und festigen auf diese Weise ihr negatives Selbstbild.

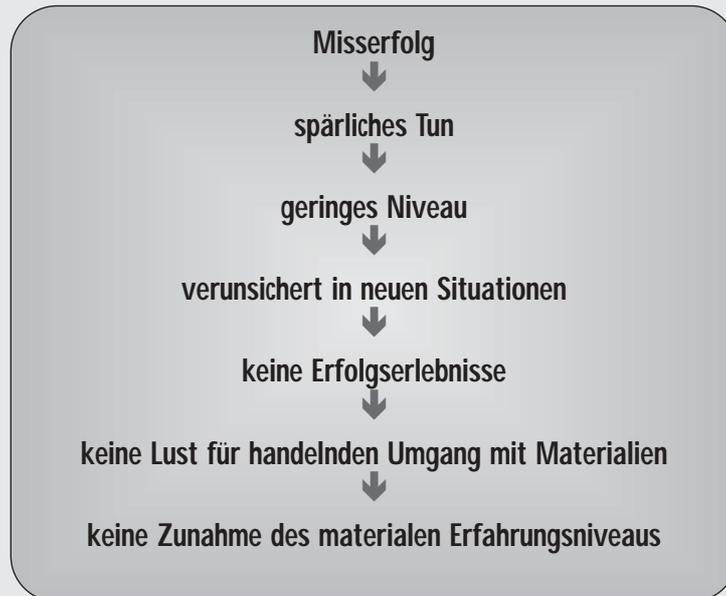
Möglicher vereinfachter Entwicklungsverlauf





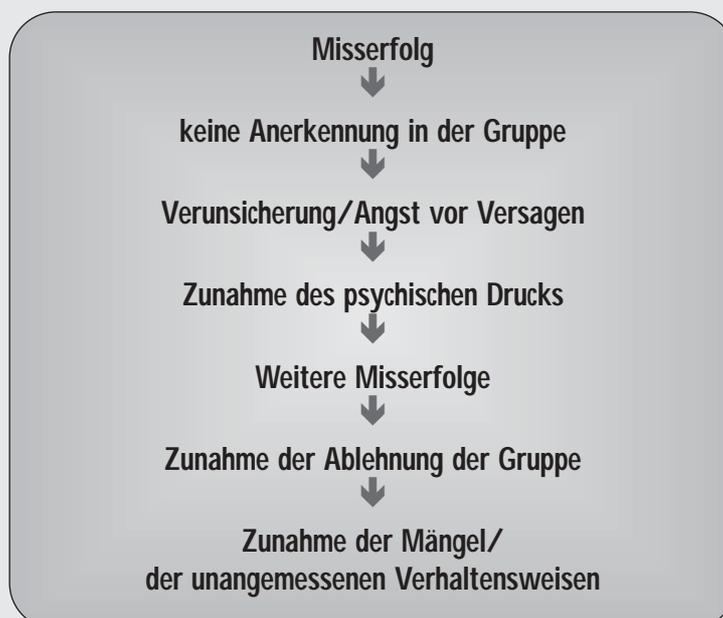
Kinder mit unzureichenden Sach-Kompetenzen (materiale und räumliche Erfahrungen) sind meist weniger geschickt und verfügen nicht über genügende und variable Wahrnehmungs- und Bewegungsmuster. Dadurch sind sie nur eingeschränkt handlungsfähig. In neuen Situationen sind sie schnell überfordert, weil sie sich schlecht anpassen können. Sie entwickeln ausgleichende Verhaltensweisen, die ihre Schwäche verdecken.

Möglicher vereinfachter Entwicklungsverlauf



Kinder mit mangelnden sozialen Kompetenzen auf Grund eingeschränkter motorischer Fähigkeiten sind häufig isoliert. Sie sind meist wenig anerkannt und in der Gruppe wenig integriert und werden von anderen Kindern an gemeinsamen Bewegungsaktionen nur selten beteiligt.

Möglicher vereinfachter Entwicklungsverlauf



Das Wissen, wie Kinder selbst über Bewegungseinschränkungen denken und fühlen, ermöglicht es, die Konsequenzen mangelnder Bewegungserfahrungen erst zu erkennen.

Folgende Äußerungen und Feststellungen von Kindern nimmt man wahr:

Was ich alles besitze (BALSTER, 2001)

Ich habe Pokémons und die Krankheit Pokémon

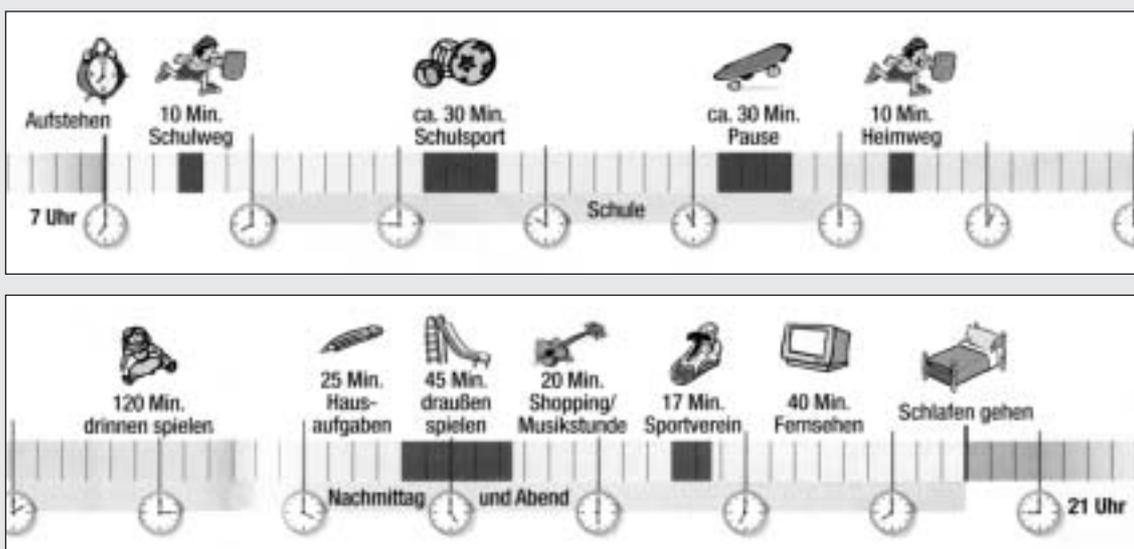
Ich habe einen Gameboy und die Krankheit Gameboy

Ich habe ein Handy und die Krankheit Handy

Ich habe einen Fernseher und die Krankheit Television

Ich habe einen Computer und die Krankheit Computer

Das Bewegungstagebuch eines durchschnittlichen Grundschülers (BÖS 1999)



Das Bewegungstagebuch eines durchschnittlichen Grundschülers demonstriert: Liegen und Sitzen dominieren auch schon den Kinder-Alltag.

Zum richtigen Austoben gibt es Chancen nur für zwei bis drei Stunden am Tag.





Weil Menschen verschieden wahrnehmen und sich unterschiedlich ausdrücken, werden Botschaften besser verstanden, wenn man über sie nachdenkt. Dabei können folgende Fragen helfen.

Fragen

- Bewegen sich Kinder immer weniger?
- Stellen Sie eine Zunahme von persönlichen und sozialen Problemen fest, die im Zusammenhang mit mangelnden Bewegungsmöglichkeiten stehen können?
- Wie bewerten Sie die Äußerungen, die Kinder zu den Folgen mangelnder Bewegungserfahrung machen?
- Kennen Sie ähnliche negative Entwicklungsverläufe von Kindern?
- Wie denken Sie über Bewegungsbeeinträchtigungen? Was haben Sie bereits unternommen, Bewegungsbeeinträchtigungen aufzulösen?
- Was möchten Sie ergänzen?



Verstehen von Bewegung führt immer über das Kennen und das Können (zumindest in einer groben Qualitätsstufe). Darum sind ein Selbst-Erfahren und Selbst-Ausprobieren sehr sinnvoll.

Eigene Bewegungsvorschläge (für drinnen und draußen):





Die Bedeutung der Bewegung für die menschliche Entwicklung

Bewegung hat für einen ganzheitlichen und integrierten Entwicklungsprozess eines Kindes, für seine individuelle, harmonische Persönlichkeitsentfaltung eine ganz fundamentale Bedeutung. In, mit und durch Bewegung entwickeln, erhalten und sammeln Kinder bedeutsame Lebenskompetenzen und -erfahrungen .

Überall bewegt sich nur der ganze Mensch

Jeder Mensch ist eine Einheit aus Geist – Körper – Seele (Kopf, Körper und Gefühlen). Darum sitzt in Kindertagesstätten oder Schulen nicht nur der Kopf, sondern das „ganze“ Kind!

Ganzheitlichkeit ist die gemeinsame Verfügbarkeit aller Teile. Bewegung unterstützt die Entwicklung der körperlichen Aktivität, die den Geist und die Seele nachhaltig beeinflussen.

Ohne Bewegung gibt es keine ganzheitliche Erziehung, keine Persönlichkeitsentwicklung und damit keine Identitätsentwicklung!

Die unschätzbaren Lebens-Erfahrungswerte von Bewegung für wichtige Entwicklungsbereiche werden in folgenden beispielhaften Aussagen deutlich:

Erfahrungen (BALSTER 2000a, 10 f)

- ▶ *Wer sich bewegt*, erschließt im Laufen und Springen, Schwimmen und Radfahren die Welt.
Wer sich nicht bewegt, dem bleibt vieles verschlossen.
- ▶ *Wer sich bewegt*, kann sich im Tasten und Greifen, Werfen und Fangen intensiv mit der Umwelt, mit Geräten und Materialien auseinandersetzen.
Wer sich nicht bewegt, dem bleiben solche Auseinandersetzungen verborgen.
- ▶ *Wer sich bewegt*, erlebt im Schwingen oder Schaukeln, beim Springen oder Balancieren besonders intensiv seinen Körper.
Wer sich nicht bewegt, dem bleiben solche Körpererfahrungen verschlossen.
- ▶ *Wer sich bewegt*, kann Freude oder Traurigkeit, Ärger oder Spannung durch Bewegung ausdrücken.
Wer sich nicht bewegt, dem bleiben intensive Gefühle verborgen.
- ▶ *Wer sich bewegt*, findet Kontakt zu anderen Menschen und kann sich anderen Menschen mitteilen.
Wer sich nicht bewegt, dem bleiben Zugänge zu anderen Menschen versperrt.
- ▶ *Wer sich bewegt*, kann mit Pappdeckeln Türme und mit Schaumstoffteilen Höhlen bauen und gestalten.
Wer sich nicht bewegt, kann weder aktiv gestalten noch etwas in der Welt verändern.
- ▶ *Wer sich bewegt*, hilft Organe und Muskeln zu entwickeln, um durch den Wald zu laufen und auf Bäume zu klettern.
Wer sich nicht bewegt, dem bleiben viele Erlebnisse und Geheimnisse verborgen.

Wer sich bewegt (BALSTER 2000a, 12 f)

- ▶ *Wer sich bewegt, unterstützt seine sensorische Entwicklung, z.B.*

unterstützt das zentrale und periphere Nervensystem
 unterstützt die Synapsenbildung
 fördert die neurologische Netzbildung
 unterstützt die Leistungsfähigkeit seines Gehirns
 intensiviert die Informationsaufnahme und -verarbeitung
 erhöht seine Aufmerksamkeitsintensität und -auswahl
 fördert die Wahrnehmung und Identifikation seines Körpers
 fördert die Wahrnehmung und Identifikation von Materialien



- ▶ *Wer sich bewegt, unterstützt seine körperliche Entwicklung, z.B.*

unterstützt und stärkt das Herz-Kreislauf-System
 unterstützt und stärkt den Atmungsapparat
 entwickelt die Muskulatur
 stärkt den Bewegungsapparat
 fördert das Wachstum
 unterstützt die Reifung
 unterstützt und stärkt die Körperhaltung
 stärkt die Durchblutung
 verbessert das Immunsystem
 unterstützt die Organentwicklung
 unterstützt die Stoffwechselaktivität
 unterstützt das Ernährungsverhalten



- ▶ *Wer sich bewegt, unterstützt seine motorische Entwicklung, z.B.*

entwickelt den Körper und fördert das Verständnis für Körperhandlungen
 entwickelt Reaktionsmuster für Alltagssituationen
 fördert das koordinative Zusammenspiel verschiedener Körperteile
 fördert die Anpassung an den Raum
 entwickelt ein Zeitgefühl
 verbessert die Handlungsplanung, -steuerung und -kontrolle
 entwickelt Funktionskräfte
 entwickelt Steuerungskräfte
 fördert die Selbstwirksamkeit



- ▶ *Wer sich bewegt, unterstützt seine geistige Entwicklung, z.B.*

erweitert das Vorstellungsvermögen
 erweitert das Bewegungsgedächtnis
 intensiviert die Informationsverarbeitung
 unterstützt die Entscheidungsfähigkeit
 fördert die Handlungskreativität
 verbessert handwerkliches Arbeiten
 fördert das abstrakte Denken
 fördert die Selbsteinschätzung
 unterstützt das Lern-, Arbeits- und Leistungsverhalten





- ▶ *Wer sich bewegt, unterstützt seine psychische und emotionale Entwicklung, z.B.*
 - steigert Selbstvertrauen und Selbsttätigkeit
 - unterstützt die Selbstkonzeptentwicklung
 - fördert die Identität
 - erweitert die Bewegungsfreude
 - erhöht die Motivation
 - stabilisiert Stimmungen
 - fördert die Erlebnis- und Ausdrucksfähigkeit
 - fördert das Wohlbefinden
 - entwickelt Widerstandsreserven

- ▶ *Wer sich bewegt, unterstützt seine soziale Entwicklung, z.B.*
 - intensiviert und sichert Kontakte
 - unterstützt das Erkennen, Durchsetzen, Zurückstellen eigener Bedürfnisse
 - fördert die Kooperationsfähigkeit
 - verstärkt die Hilfsbereitschaft
 - steigert die Rücksichtnahme
 - sichert das Regelverständnis
 - entwickelt die Konfliktfähigkeit
 - verbessert die soziale Sensibilität



In, mit und durch Bewegung

- ▶ teilen wir uns über die Körpersprache der Welt mit
- ▶ übersetzen wir seelische Momente, Gefühle und Bedürfnisse ins Sichtbare
- ▶ lässt sich mehr ausdrücken als durch Worte
- ▶ wird biographisches Material hochgespült, das teilweise dem bewussten „Sich-Erinnern“ entzogen bleibt
- ▶ werden Interaktionsformen inszeniert und reproduziert
- ▶ werden Grundlagen für alle Lernbereiche geschaffen
- ▶ wird Denken nach außen getragen
- ▶ schlagen wir eine Brücke zur Welt
- ▶ können wir mit anderen Menschen in Verbindung treten
- ▶ spielen wir uns ins Leben
- ▶ wird unserer Leben und unsere Lebensqualität bereichert
- ▶ ...

Ohne Bewegung gibt es (vgl. GRAICHEN 1988, 23f)

- ▶ keinen Aufbau der sensomotorischen Intelligenz in den frühen Entwicklungsstufen
- ▶ keinerlei Ausdruck von Gedanken oder Empfindungen und damit weder eine mimische noch eine gestische Verständigung
- ▶ keine sprachliche, nicht einmal eine lautliche Verständigung
- ▶ keine Sprachbenutzung über Wort und Schrift
- ▶ kein Spiel und keinen Sport; oder sehr viel später
 - keine Arbeitstätigkeit
 - keine künstlerischen Tätigkeiten
 - keine aktive Erregungszufuhr und damit kein Wohlbefinden.

Bedeutsame Lebenskompetenzen und -erfahrungen

Ein ausreichendes kindgerechtes Maß an Bewegung entwickelt u.a.

- ▶ den Körper als Teil des ganzen Menschen (Geist – Körper – Seele)
- ▶ Kompetenzen für eine lebenslange Teilnahme an körperlichen Aktivitäten
- ▶ Achtung vor dem eigenen Körper und vor dem des anderen
- ▶ Kompetenzen gegen alltägliche Gesundheitsgefahren (Übergewicht)
- ▶ Schlüsselqualifikationen, um mit Risikosituationen umzugehen
- ▶ elementare Überlebenskompetenzen (Schwimmen)
- ▶ notwendige Lebensalltagskompetenzen (auf eine Leiter steigen)
- ▶ Grundlagen (Vorsprünge) für die Zeit nach der Kindheit
- ▶ Voraussetzungen für Lern- und Leistungssituationen (Sitzen)
- ▶ Grundlagen für Arbeits-, Lern- und Leistungsverhalten (Durchhaltevermögen)
- ▶ Grundlagen für Lern- und Leistungs- bzw. Erwerbsprozesse (Sprechen, Schreiben)
- ▶ Integrationskompetenzen für soziale Interaktionen
- ▶ Persönlichkeitskompetenzen (Selbstkonzept und Identität)
- ▶ Gesellschaftskompetenzen (Kooperationsfähigkeit)
- ▶ Lebenserfahrungen, um mit der Freizeit etwas anzufangen
- ▶

Der Wert der Bewegung begründet sich vor allem auch durch seine persönlichkeitsbildenden Funktionen und die Entwicklung besonderer Kompetenzen. Bewegung (die mit der Wahrnehmung eine Funktionseinheit bildet) spielt eine erfahrungs-konstituierende Rolle in den wichtigen Kommunikations- und Austauschprozessen zwischen dem Kind und seiner dinglichen und personalen Umwelt.

Erfahrungen von Ich-, Sach- und Sozial-Kompetenz können Kinder nur im eigenen Handeln machen. Das Zusehen bei einer Handlung kann das eigene Handeln niemals ersetzen!

⑥ **Entwicklung einer Ich-Kompetenz, Körper-Ich-Erfahrung**

Durch Bewegung lernt das Kind, mit sich selbst umzugehen, sich selbst, seinen Körper und seine körperliche Befindlichkeit wahrzunehmen (das ist mein Körper, den ich beherrsche), seine Körperfunktionen und Möglichkeiten zu erfahren, zu erleben, zu verstehen, sich körperlich auszudrücken und mit sich selbst zufrieden zu sein. Der Körper ist Mittler zwischen Mensch und Welt. Bewegung unterstützt die Entfaltung der Persönlichkeit, die Entwicklung des Selbstkonzeptes und die Identitätsbildung.

⑥ **Entwicklung einer Sach-Kompetenz, materiale und räumliche Handlungserfahrungen**

Durch Bewegung lernt das Kind, die materiale Umwelt wahrzunehmen, mit Umweltobjekten umzugehen, Materialeigenschaften wahrzunehmen, sie zu erleben und zu verstehen. Über die Selbsttätigkeit bzw. das Experimentieren mit Objekten oder über die Ergebnisse seiner Tätigkeit kann sich das Kind dann mit sich selbst identifizieren und ein zuversichtliches und realistisches Selbstbild aufbauen.



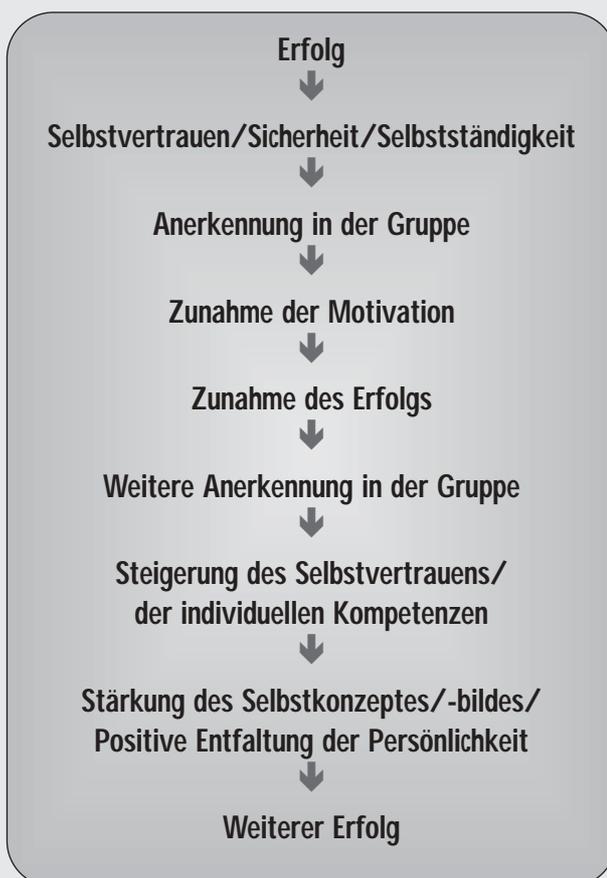
In der Bewegung macht das Kind auch räumliche Erfahrungen. Durch den Raum erlebt es den eigenen Körper. So nimmt es sich und andere wahr. Diese Erfahrungen gewinnen Jungen und Mädchen nur im Dialog mit dem Raum.

⑥ **Entwicklung einer Sozial-Kompetenz, soziale Handlungserfahrungen**

Durch Bewegung lernt das Kind seine Umwelt und seine Mitmenschen kennen. Es lernt mit anderen Menschen umzugehen, andere sozial wahrzunehmen, mit ihnen zu kommunizieren und zu interagieren. Es erwirbt durch ein Nebeneinander mit anderen ein Gemeinschaftsgefühl. Es erfährt und erkennt, dass sich alle Lernprozesse im Spannungsfeld zwischen den eigenen und den Bedürfnissen anderer vollziehen. Dadurch gelingen dem Kind Selbstfindungsprozesse und Ich-Erfahrungen.

Die Verfügbarkeit von Kompetenzen drückt sich in Erfolgserlebnissen aus.

Wie folgender Entwicklungsverlauf zeigt:



Die Bedeutung der Bewegung für wichtige Lebensfelder

Bewegung erhöht die Lebensqualität!

Im Modell der gesunden Lebensführung (vgl. SCHIPPERGES 2001) spielt die Bewegung eine besondere Rolle.

Sie erhöht nachdrücklich die Lebensqualität

- ▶ indem sie grundlegende Kompetenzen der Gesundheitserziehung entwickelt, z.B.
 - biologische Funktionskräfte (u.a. ausreichende Beweglichkeit)
 - sozio-kulturelle Leistungskräfte (u.a. ausdauernd mit anderen spielen)
 - individuelle Gestaltungskräfte (u.a. Lust auf Klettern)
- ▶ indem sie grundlegende Kompetenzen der Gesundheitsbildung entwickelt, z.B.
 - individuelle Handlungskräfte (u.a. Einschätzen des Bewegungsverhaltens)
 - individuelle Fähigkeiten zur Bewältigung von Lebenssituationen (u.a. Stress)

Bewegung ist auch eine fundamentale Grundlage für wichtige Alltagsbezüge und für gegenwärtig bedeutsame überfachliche Erziehungsaufgaben.

Bewegung leistet einen besonderen Beitrag zur Unterstützung folgender überfachlicher vernetzter Erziehungsaufgaben

⊗ Sicherheitserziehung

Bewegung entwickelt Erfahrungen, die einen gefahrlosen Umgang mit alltäglichen Sicherheitsrisiken erlauben, z.B. reaktionsschnelles Ausweichen, wenn Gefahren auf uns zukommen oder richtiges Einschätzen von Gefahren.

⊗ Verkehrserziehung

Bewegung schafft Grundlagenkompetenzen, die ein angemessenes Reagieren auf Gefahren ermöglichen oder Sicherheit geben, um sich auf Fortbewegungsmitteln (Roller, Fahrrad) zu bewegen.

⊗ Interkulturelle Erziehung

Bewegung ermöglicht durch Erfahren von Bewegungs- und Spielformen anderer Kulturen ein besseres Verständnis für Menschen fremder Kulturen.

⊗ Umwelterziehung

Bewegung in der Natur entwickelt das Verständnis für die natürliche Umgebung.

Bewegung ist die erste Sprache des Kindes – die erste „Lesefähigkeit“

Bewegung ist die erste Dialogsprache des Kindes, die Stimmungen und Beziehungen ausdrückt. Diese nonverbale Sprache ist die erste „Lesefähigkeit“, um andere Menschen zu verstehen. Sie ist die Grundlage aller Sozialität (vgl. FUNKE – WIENEKE 2000).



Bewegung spielt bei kognitiven Prozessen eine grundlegende Rolle.

Ein Beispiel, wie Bewegung kognitive Prozesse unterstützt

Die beiden exponiertesten deutschen Hirnforscher ROTH (1994) und SINGER (1990) beschreiben Hirntätigkeiten als ein Konzept der räumlich verteilten Informationsverarbeitung. Es gibt kein oberstes kognitives Zentrum, sondern räumlich getrennte Hirnzentren, die neural miteinander verbunden sind.

Damit sich neuronale Landkarten bilden (vgl. ISRAEL 1976) und die Gehirn-Netzwerke funktionieren bzw. sich plastisch ausgestalten und ständig weiterentwickeln können, sind ausreichende Reize notwendig. Solche Reize werden über Sinnesorgane durch die Umwelt stimuliert.

Der Aufbau verwendbarer neuronaler Landkarten gelingt, wenn Nervenzellen auf mehrere Reizmodalitäten (visuell, taktil, vestibulär ...) gleichzeitig reagieren können. Die physikalische Außenwelt muss also vielfältige und unterschiedliche Reize setzen, um die Hirnzentren ausreichend zu stimulieren. So werden erst durch unterschiedliche Bewegungssituationen, die Bewegungen in der Waagerechten und Senkrechten zulassen (Schaukel-, Karussell-, Kipp-, Roll- und Drehbewegungen) verschiedene unterschiedlich reagierende Organe des Vestibulär-Systems aktiviert und gereizt.

Damit erhöht sich zugleich der Wachheitsgrad für die neuronale Welt. Der Wachheitsgrad bestimmt nachhaltig die Aufmerksamkeitsleistung. Ein geringer Wachheitsgrad führt zu einer Abnahme der Lernbereitschaft. Sinkende Aufmerksamkeit verlängert die erforderliche Zeit für die Fixierung der Lerninhalte im Gedächtnis.

Der Zustand höchster Wachheit ist eine fundamentale Voraussetzung für eine Vielzahl kognitiver Prozesse, die pro Zeiteinheit verarbeitet werden können. Bei höchstem Wachheitsgrad können kognitive Prozesse um ein Vielfaches gesteigert werden. Deshalb ist der Wachheitsgrad physiologisch gesehen so bedeutsam.

Die Bildung von Netzwerken erfolgt mit Hilfe der Bildung synaptischer Neuverknüpfungen. Diese erfordern einen erhöhten Stoffwechsellaufwand und ein erhöhtes Hirndurchblutungspotenzial.

Ein solcher Aufbau wird nachhaltig durch Bewegung unterstützt. ECCLES (1979) beweist, dass sich eine erhöhte Plastizität der dendritischen Spine-Synapsen ursächlich mit der Häufigkeit von Bewegungen erklärt. Eine häufige gezielte Nutzung von neuronalen Feldern und Netzen (Aktionspotenzialen) macht diese schneller und stabiler verfügbar. Hier erklärt sich der Wert von Übungen.

Üben lohnt sich auch deshalb, weil neuronale Netze plastisch sind, sich verändern und entwickeln lassen – bis ins hohe Alter (vgl. SPITZER, 2001).

Man kann sagen, dass sich durch Bewegung, über die Umleitung der Sinnes-Systeme (Wahrnehmung), neuronale Strukturen aufbauen und effektiver schalten lassen. Dadurch werden Anpassungsvorgänge ermöglicht, die wiederum die Voraussetzung für das Anlegen und die Ausformung von Gedächtnisspuren bzw. das Bewusstmachen von Inhalten sind.

Bewegung spielt eine grundlegende Rolle in dem Erwerbsprozess der Kulturtechniken. In der Schule ist Bewegung das einzige integrative Medium für alle Fächer. Bewegung ist die wahre Grammatik des Lebens!

Bewegung unterstützt schulische Prozesse, beispielsweise Lesen – Schreiben – Rechnen

Bewegung und Bewegungsentwicklung spielen eine sehr viel stärkere Rolle in dem Erwerbsprozess der Kulturtechniken als dies bisher angenommen wurde (vgl. SCHILLING 2000).

Bewegung unterstützt die Entwicklung der Voraussetzungen für Arbeitsprozesse, Lern- und Leistungssituationen wie den Aufbau ausreichender körperlicher Kompetenzen, z.B. stabile Körperhaltung, und motorischer Kompetenzen, z.B. funktionelle Kräfte wie Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit.

Bewegung unterstützt die Entwicklung der Grundlagen für Arbeits-, Lern- und Leistungssituationen, z.B. Aufmerksamkeit und Konzentration, Belastbarkeit, Durchhaltevermögen.

Bewegung unterstützt die Entwicklung der Grundlagen für Lese-, Schreib- und Rechenlernprozesse, z.B. die auditive, visuelle Wahrnehmung, die Seitigkeitssicherheit, Mundbeweglichkeit, Augenkontrolle, Handbeweglichkeit.

Bewegung unterstützt die Entwicklung der ersten Phasen des Erwerbsprozesses Schreiben, Lesen und Rechnen, z.B. in der ersten Phase der Rechtschreibentwicklung, in der des willkürlichen Schreibens (Schreiben von Zeichen wie Buchstaben, ohne Zuordnung von Lauten zu Buchstaben).

Bewegung unterstützt die Entwicklung von Persönlichkeitskompetenzen, die für den Selbstbewertungsprozess von Lernhandlungen bedeutsam sind wie z.B. Motivation zur Selbstkontrolle, Umgang mit Enttäuschungen.

Auf dieser Erfahrungs- und Kompetenzgrundlage lassen sich Schulleistungen positiv beeinflussen.

Besonders für Kinder mit Auffälligkeiten sind sensomotorische Angebote für ihre Selbstkonzeptentwicklung (Selbstwertgefühl, -einschätzung und -vertrauen) entwicklungsfördernd (sie brauchen Erfolgserlebnisse). Sie erfahren so eher als durch kognitive Erklärungen von Erwachsenen eine unmittelbare „leiblich erfahrbare“ Rückmeldung über ihr Handlungsergebnis. Das Kind spürt dadurch, dass es selbst probiert, ob etwas auf diese Weise geht oder nicht und wie es sich verändern sollte, um ein selbst gestecktes Ziel zu erreichen.

Belegquellen für diese Aussagen bieten die entsprechenden Lehrpläne der Fächer selbst oder Vergleiche von Entwicklungs-/Schulreife-tests, Intelligenz-, Persönlichkeits- und Leistungstests bzw. Schuleingangsuntersuchungen. Hier wird schnell deutlich, dass die Wahrnehmungs- und Bewegungsqualität die grundlegenden Bewertungsparameter für jede individuelle Entwicklung sind. Beispielsweise wird in den Lese-Rechtschreib-Erlassen der Bundesländer als zentraler Inhalt für eine angemessene Förderung besonders auf Übungen hingewiesen, die geeignet sind, Schwierigkeiten in jenen Bereichen abzubauen, die als Voraussetzungen für den Lese- und Schreiblernprozess angesehen werden. Primär werden Förderschwerpunkte zur Groß-, Fein- und Graphomotorik und zur visuellen und auditiven Wahrnehmung empfohlen.



Ein Beispiel, wie Bewegung das Lesen- und Schreibenlernen unterstützt

Das Wort, der Satz sind praktisch Kürzel für erlebte Handlungen. Begriffe entwickeln sich aus motorischen Sequenzen. Sie sind als eine Verdichtung und Generalisierung unterschiedlicher Erfahrungen zum gleichen Inhalt zu verstehen (vgl. SCHILLING 2000). Wenn aber Worte und Begriffe als Stellvertreter oder Kürzel für erlebte Handlungen anzusehen sind, dann ist es nicht verwunderlich, dass während der ersten Phasen des Erwerbsprozesses des Schreiben- und Lesenlernens der motorische Anteil an dem Geschehen ebenso groß ist wie der kognitive Anteil (vgl. SCHILLING 2000, 244f).

Erst wenn Lesen und Schreiben zur Routine geworden sind, spielt die motorische Komponente nicht mehr die bedeutende Rolle. Erst im Laufe der Entwicklung verliert sich der Zusammenhang zwischen Motorik (Wahrnehmung und Bewegung) und Intelligenz. Bei Behinderten und schulleistungsschwachen Kindern bleibt er aber längere Zeit bestehen.

Das Kind erlebt sich und seine Handlungen in sozialen Zusammenhängen. Es kann nicht das Lesenlernen vom Malen, Schreiben oder anderen alltäglichen Handlungen wie Telefonieren oder Fernsehen trennen.

Wir müssen daher die in der frühen Kindheit gewachsenen Zusammenhänge zwischen Sensomotorik, Kognition, sozialer Anerkennung, Emotion und Kommunikation stärker im Erwerbsprozess der Kulturtechniken in der Schule berücksichtigen.

Das gelesene Wort wird wesentlich intensiver mit dem bisher Erfahrenen und Gelernten assoziiert, wenn das Kind in der Lage ist, dieses Wort selbst zu reproduzieren, nachzuerleben, selbst zu variieren, um die Grenzen kennen zu lernen, ab welcher Variation eine andere Person das gleiche geschriebene Wort nicht mehr erkennen kann. Eine wesentliche Voraussetzung ist die graphomotorische Entwicklung. Der geschickte Umgang mit Papier und Schreibschrift wird nicht allein durch eine gute Auge-Hand-Koordination erreicht, sondern ist erst durch eine Vielzahl von Entwicklungen in verschiedenen Persönlichkeitsbereichen möglich.

Jede isoliert-verbale Aneignungstechnik setzt eine breite Bewegungserfahrung voraus. Die Schwächen, die im Schreib- und Leseprozess zu Tage treten, resultieren aus unzureichenden Grunderfahrungen im Umgang mit Papier und Bleistift.



Obwohl der Wert der Bewegung unbestritten ist, ist sie auch kein Allheilmittel! Bewegung ist zwar nicht alles – aber ohne Bewegung ist alles nichts!

Man darf nicht der vereinfachenden Sichtweise verfallen, dass eine ausreichende Berücksichtigung der Bewegung **allein** die vielfältigen Entwicklungsfacetten unterstützt und alle Lern- und Leistungsauffälligkeiten löst!

Ebenso ist die Aussage „Entwicklungsstörung gleich Wahrnehmungs- und Bewegungsstörung“ (und umgekehrt) nicht uneingeschränkt haltbar!

Die Wirkung differenzierter Entwicklungsziele kann also nicht allein durch Sensomotorik, sondern nur aus dem Zusammenhang von Wahrnehmung, Bewegung, Denken, Fühlen und Erleben erreicht werden.

Bewegung bildet neben bzw. zusammen mit dem Denken und Sprechen (das ebenfalls aus grundlegenden Bewegungshandlungen besteht) das tragende Fundament der menschlichen Existenz.

Ohne Bewegung gibt es keine ganzheitliche Erziehung!

Über Wahrnehmung und Bewegung werden ganzheitliche Lernprozesse in Gang gesetzt, die letztlich erst abstraktes, von der konkreten Handlung losgelöstes Denken ermöglichen.

Alle sensomotorischen (Wahrnehmung und Bewegung) Handlungen aktualisieren immer auch soziale Bezüge, Emotionen, Motive, Kognitionen und Wertvorstellungen. Über Wahrnehmung und Bewegung erschließt sich ein Lebenszusammenhang, der die Aufspaltung in Wissen und Können, Kopf und Körper oder Schulinhalt und Lebenswelt, nicht kennt.

Bewegung hat ihre Bedeutung vor allem darin, ein bewegtes Arbeiten an der Sache zu ermöglichen, das Sehen über Bewegung zu verstärken, so dass das Wahrgenommene in Bewegung nachvollzogen werden kann. Sie ist wichtig, um die Dinge im bewegenden Greifen zu begreifen. Schließlich ist die Bewegung selbst Ziel eines bewegten Tuns.

Besonders im Kleinkind-, Vorschul- und im frühen Schulkindalter ist die Bewegung die zentrale Handlungsform für kindliche Entwicklungsprozesse. Sie ist das bestimmende Lebensthema der Kindheit und elementarer Bestandteil der ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung. Dadurch ist Bewegung auch zugleich das zentrale Mittel der Persönlichkeitsförderung.

Erst durch umfassende personale Kompetenzen, also auch mit umfassenden Bewegungskompetenzen, bildet ein Kind seine Identität!

Bewegung ist als ein Weg zum Kind zu bezeichnen.

Bewegung dient der Unterstützung der Entwicklung und damit jedem Lernen.

Darum ist es notwendig zu erkennen, dass in jüngeren Kindheitsjahren unbedingt in, mit und durch Bewegung Entwicklungsvorsprünge, „Vorsprünge für das Leben“, zu erarbeiten sind.



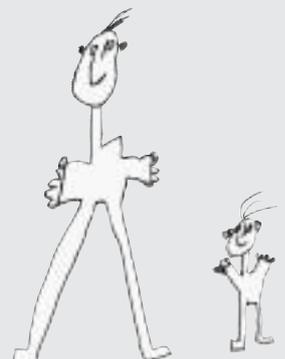
Weil Menschen verschieden wahrnehmen und sich unterschiedlich ausdrücken, werden Botschaften besser verstanden, wenn man über sie nachdenkt. Dabei können folgende Fragen helfen.

Fragen

- Hat Bewegung für Sie auch diese Bedeutung, diesen Wert?
- Kennen Sie ähnliche positive Entwicklungsverläufe?
- Welche aktuellen Erlebnisse fallen Ihnen als Beispiele ein?
- Was möchten Sie noch ergänzen?

Verstehen von Bewegung führt immer über das Kennen und das Können (zumindest in einer groben Qualitätsstufe). Darum sind ein Selbst-Erfahren und Selbst-Ausprobieren sehr sinnvoll.

Eigene Bewegungsvorschläge (für drinnen und draußen):







Bewegung und Spiel haben für einen ganzheitlichen und vernetzten Entwicklungsprozess eines Kindes eine fundamentale Bedeutung. Wenn Kinder in, mit und durch Bewegung bedeutsame Lebenserfahrungen erhalten und sammeln, müssen vielfältige Bewegungsangebote vorhanden sein. Sie müssen stets das individuelle Bewegungs- und Erfahrungsniveau und die räumlichen Gegebenheiten berücksichtigen.

Kinder spielen sich ins Leben. Im Spiel können sie ihre Möglichkeiten ausschöpfen.

Darum sollten freie Bewegungs- und Spielsituationen angeboten werden, wo Erleben und Handeln, Wahrnehmen und Bewegen in ständigem Austausch mit Umweltgegebenheiten möglich sind. Kinder können so für die jeweilige individuelle Lebenswelt sowohl Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse entwickeln als auch Einstellungen und Haltungen anbahnen.

Alle nachfolgenden Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse* sind die Grundlage für die Verwirklichung alltäglicher motorischer Aktionen und Reaktionen (vgl. KIPHARD 1982, ROTH 2001), nämlich die Ausführung von

- ▶ aktiven Einzelbewegungen (z.B. Laufen)
- ▶ reaktiven Bewegungen (z.B. einen Ball prellen)
- ▶ Hin- und Herbewegungen (z.B. Hin- und Herspringen)
- ▶ Folgebewegungen (z.B. Laufen und Springen)
- ▶ Simultanbewegungen (z.B. Seilchen schwingen und darüber springen)

⑥ **Kinder brauchen für ihren Lebensalltag Angebote zur Entwicklung und Förderung von Wahrnehmungsfähigkeiten, beispielsweise...**

- ▶ *Akustische Zeichen unterscheiden (Auditive Wahrnehmung – Hören)*
Tiefe von hohen Tönen unterscheiden
- ▶ *Objektformen unterscheiden (Taktile Wahrnehmung – Tasten)*
Runde von eckigen Formen unterscheiden
- ▶ *Muskelspannungen auf- und abbauen (Kinästhetische Wahrnehmung – Bewegungsempfindung)*
Hand zur Faust anspannen und entspannen
- ▶ *Auf Beschleunigungen einstellen (Vestibuläre Wahrnehmung – Gleichgewicht)*
Schnell und langsam gehen
- ▶ *Farben unterscheiden (Visuelle Wahrnehmung – Sehen)*
Blau von rot unterscheiden
- ▶ *Geschmacksrichtungen unterscheiden (Gustatorische Wahrnehmung – Schmecken)*
Süß und sauer unterscheiden
- ▶ *Gerüche unterscheiden (Olfaktorische Wahrnehmung – Riechen)*
Blumig und faulig unterscheiden

* Weitere über 1.000 Beispiele befinden sich in BALSTER 2000 b, 2000 c, 2002.

⑥ **Kinder brauchen für ihren Lebensalltag Angebote zur Entwicklung und Förderung motorischer Grundfähigkeiten, beispielsweise...**

- ▶ *Kraft haben*
Auf eine Mauer klettern
- ▶ *Ausdauernd sein*
Treppen laufen
- ▶ *Beweglich sein*
Unter dem Tisch hindurch kriechen
- ▶ *Schnell sein*
Schnell Fahrrad fahren



⑥ **Kinder brauchen für ihren Lebensalltag Angebote zur Entwicklung und Förderung koordinativer Grundfähigkeiten, beispielsweise...**

- ▶ *Auf Situationen und Signale reagieren (Reaktionsfähigkeit)*
Auf ein Klatschen in die Hände stehen bleiben
- ▶ *Einen Rhythmus aufnehmen und einhalten (Rhythmusfähigkeit)*
Das eigene Tempo einem vorgegebenen Rhythmus anpassen
- ▶ *Bewegungen an Aufgaben und Zielen ausrichten (Differenzierungsfähigkeit)*
Einen Ball nur mit den Fingern prellen
- ▶ *Einzelbewegungen miteinander verbinden (Kopplungsfähigkeit)*
Anlaufen und auf eine Mauer springen
- ▶ *Auf neue Signale und Situationen reagieren (Umstellungsfähigkeit)*
Einen plötzlich zugeworfenen Ball fangen

⑥ **Kinder brauchen für ihren Lebensalltag Angebote zur Entwicklung und Förderung spezieller Koordinationsfähigkeiten, beispielsweise...**

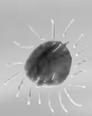
- ▶ *Zungen- und Lippenbeweglichkeit (Mundbeweglichkeit)*
Lutscherbewegungen
- ▶ *Finger einzeln bewegen (Handbeweglichkeit)*
Schleife binden
- ▶ *Fußgelenke bewegen (Fußbeweglichkeit)*
Mit den Zehen ein Tuch greifen



⑥ **Kinder brauchen für ihren Lebensalltag Angebote zur Entwicklung und Förderung von Grundfähigkeiten der Körperhaltung, beispielsweise...**

- ▶ *Haltungsgefühl besitzen*
Aufrecht durch den Raum gehen
- ▶ *Kraft in den Armen/im Schultergürtel haben*
Sich in der Bauchlage über eine Bank ziehen
- ▶ *Eine kräftige Bauchmuskulatur haben*
In Rückenlage auf dem Rollbrett fahren
- ▶ *Eine kräftige Gesäßmuskulatur haben*
In Bauchlage auf dem Rollbrett fahren
- ▶ *Ausreichend Kraft in der Fuß-/Beinmuskulatur haben*
Hüpfen und Springen
- ▶ *In der Wirbelsäule beweglich sein*
Um-/Durchwinden um/durch Stuhlbeine/Tischbeine





- ⑥ Kinder brauchen für ihren Lebensalltag Angebote zur Entwicklung und Förderung motorischer Fähigkeiten als Grundlagen der Handlungsplanung und -steuerung, beispielsweise...

Körperwahrnehmung/Körperschema/Körperbild

- ▶ *Sich am eigenen Körper orientieren und Körperteile benennen (Körperorientierung/-kenntnis)*
Körperteil am eigenen Körper zeigen und benennen
- ▶ *Körpergrenzen wahrnehmen und benennen (Körperausdehnung)*
Sich klein oder groß machen
- ▶ *Körperhaltungen kontrollieren*
Sicher auf beiden Füßen stehen
- ▶ *Ausdrucksmöglichkeiten des Körpers einsetzen (Körperbewusstsein)*
Körpergefühle ausdrücken



Zeitwahrnehmung

- ▶ *Bewegungen im Gleichklang (synchron) ausführen (Gleichzeitigkeit)*
Gleichzeitige Bewegungen mit den Händen und Füßen ausführen
- ▶ *Bewegungen über verschiedene Zeiten ausführen (Dauer)*
Sich als Zeitlupenmensch durch einen Raum bewegen
- ▶ *Bewegungen in unterschiedlichen Geschwindigkeiten ausführen (Tempo)*
In verschiedenen Geschwindigkeiten laufen
- ▶ *Bewegungen verschiedenen Rhythmen anpassen/Rhythmen in Bewegung umsetzen (Rhythmus)*
Langsame/schnelle Rhythmen in Bewegung umsetzen
- ▶ *Bewegungen in verschiedenen zeitlichen Reihenfolgen umsetzen (Reihenfolge)*
Erst langsames, dann schnelles Gehen



Raumwahrnehmung

- ▶ *Raumlinien unterscheiden*
Von einem Kasten springen (Senkrechte) und auf einer Bank balancieren
- ▶ *Raumrichtungen unterscheiden*
Erst vorwärts, dann rückwärts gehen
- ▶ *Raumwege unterscheiden*
Erst geradeaus, dann kurvig gehen
- ▶ *Raumausdehnungen unterscheiden*
Groß von klein und kurz von lang
- ▶ *Raumlagen (Positionen im Raum) unterscheiden*
Auf einem Kasten stehen oder unter einem Tuch liegen



Seitigkeitsfähigkeit/-sicherheit

- ▶ *Bewegungen mit beiden Händen/Füßen gleichzeitig ausführen (Symmetrie)*
Mit beiden Händen einen Ball tragen
- ▶ *Beide Körperseiten arbeiten bei Bewegungen zusammen (Integration)*
Einen Karton ziehen
- ▶ *Bei Bewegungen die Körpermittellinie kreuzen*
Rechte Hand zum linken Fuß und linke Hand zum rechten Fuß führen
- ▶ *Die Dominanz einer Körperseite erreichen*
Mit der/dem dominanten Hand/Fuß handeln, z.B. Kartons balancieren
- ▶ *Rechts und Links unterscheiden*
Erst mit der rechten Hand einen Joghurtbecher transportieren, dann mit links



Handlungsplanung

- ▶ *Aufeinander folgende und zeitlich geordnete Handlungen ausführen (Bewegungsfolge/-reihenfolge)*
Über eine Bank balancieren, am Ende der Bank in einen Reifen springen und anschließend auf einen Kasten steigen



⑥ **Kinder brauchen für ihren Lebensalltag Angebote zur Entwicklung und Förderung grundlegender motorischer Fertigkeiten, beispielsweise...**

- ▶ *Balancieren, Drehen/Kreisen, Hängen/Hangeln, Klettern/Steigen, Wälzen/Rollen, Rutschen, Stützen/Stützsprünge, Schaukeln/Schwingen*
Über eine Bank balancieren
Klettern/Steigen an Leitern
Um die Körperlängsachse rollen (wälzen)
Rutschen über eine schräg gestellte Langbank
- ▶ *Gehen/Laufen, Hüpfen/Springen, Schlagen/Werfen, Schießen*
Hinauf-, Herab-, Hinüberspringen, Wechselhüpfen (Hopslerlauf)
Ball mehrmals mit der Hand hochschlagen
Zielwürfe aus dem Stand mit einem Tennisball auf einen in 1-2 m Abstand in Augenhöhe befindlichen Reifen
Zielschießen mit einem Fußball auf eine Wandmarkierung
- ▶ *Ziehen/Schieben, Heben/Tragen, Raufen/Ringen*
Einen Karton schieben oder ziehen
Karton hochheben und tragen
Rückenringkampf: eine andere Person mit dem Rücken „wegdrücken“
- ▶ *Fahren, Gleiten/Rutschen, Rollen*
Fahren mit dem Roller
Rutschen/Gleiten mit Teppichfliesen
Rollschuhlaufen/auf Inline-Skatern rollen



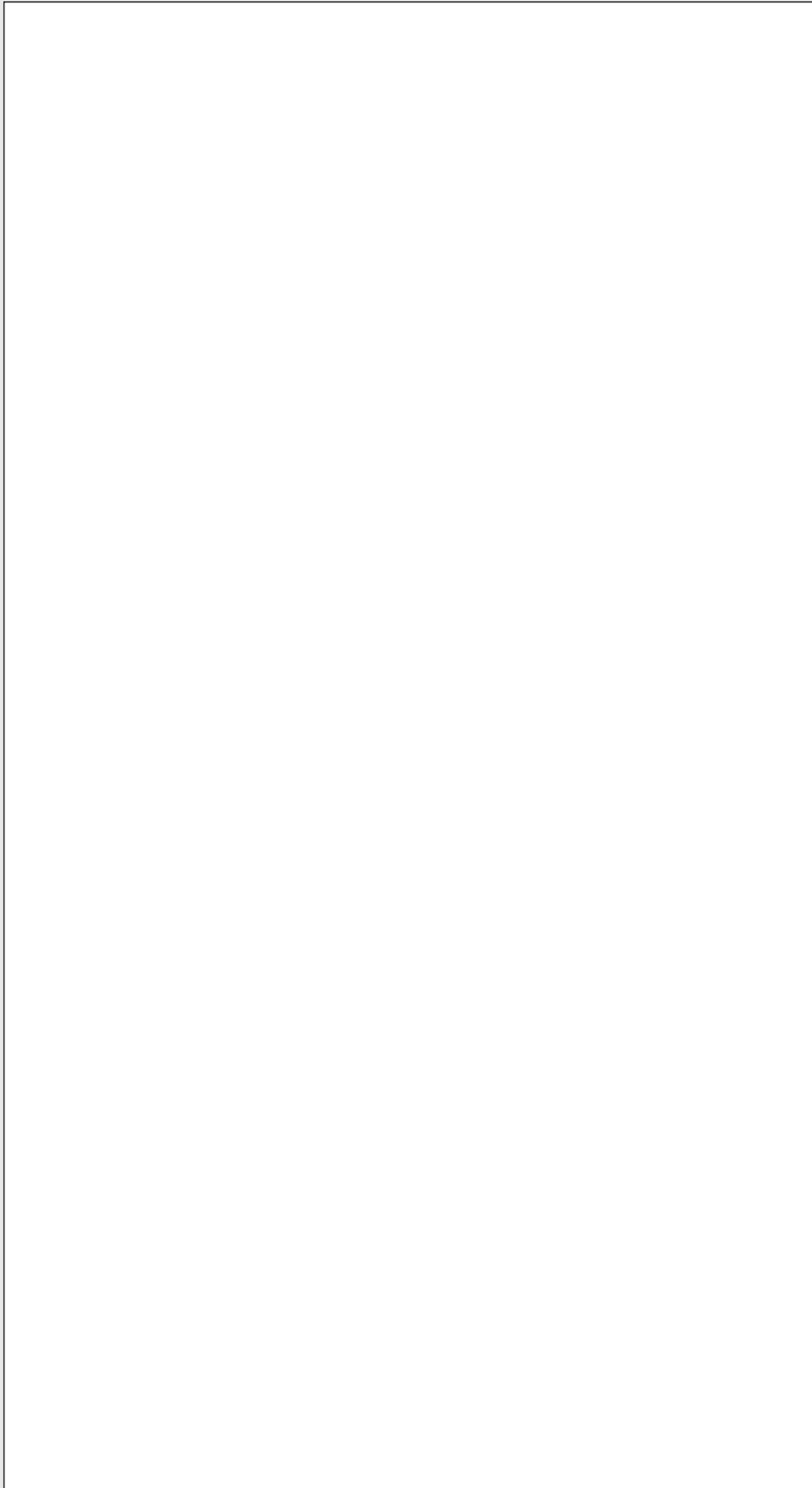


- ▶ *Sich im Wasser bewegen*
Vielseitige Wassergewöhnung (in hüft-/brusttiefem Wasser), z.B. Spielen mit und ohne Gerät
Springen/Spielen/Tauchen in brusttiefem Wasser und Grobform der ersten Schwimmt
- ▶ *Grundfertigkeiten für das Spielen ohne Ball*
Suchen/Finden/Orientieren, z.B. Platzsuchspiele („Der Plumpsack geht um!“)
Fangen, z.B. Fangspiele/Zeckspiele („Schwänzchenfangen!“)
Singen/Tanzen, z.B. Darstellungsspiele („Bibabutzemann“)
- ▶ *Grundfertigkeiten für das Spielen mit Gegenständen (Alltagsmaterialien, Spiel- und Sportgeräten)*
Spielen, mit Materialien bauen
Mit Gegenständen hantieren
- ▶ *Grundfertigkeiten für das Spielen mit einem Ball und mit Schläger und Ball*
Ballspiele spielen, z.B. „Haltet den Korb voll“
Mit Ball und Schläger schlagen und spielen, z.B. einen Luftballon mit einem Pappschläger hoch- oder wegschlagen

© **Motorische Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse unterstützen verschiedene Entwicklungsbereiche**

- ▶ *Beispiel zur Unterstützung der sensorischen Entwicklung*
Unterstützung und Verbesserung der Informationsaufnahme durch vielfältigen Umgang mit Materialien, z.B. verschiedene Materialien mit geschlossenen Augen betasten
- ▶ *Beispiel zur Unterstützung der körperlichen Entwicklung*
Unterstützung und Stärkung der Muskulatur und der Körperhaltung, z.B. statt die Rolltreppe zu benutzen, zu Fuß gehen
- ▶ *Beispiel zur Unterstützung der geistigen Entwicklung*
Unterstützung und Aufbau von Handlungskompetenzen, Entscheidungsfähigkeiten, z.B. einen im Wohnzimmer versteckten Schatz (Ball) suchen
- ▶ *Beispiel zur Unterstützung der psychischen Entwicklung*
Steigerung des Selbstvertrauens und der Selbsttätigkeit, Förderung des Selbstbewusstseins, z.B. „Kunststücke zeigen“ – was man mit einer Küchenrolle alles machen kann
- ▶ *Beispiel zur Unterstützung der sozialen Entwicklung*
Förderung der Kooperationsfähigkeit, Kontaktfähigkeit, z.B. gemeinsam mit einer Person oder mehreren ein Tuch/Handtuch schwingen





Hinweis für örtliche Aussteller

Je nach Möglichkeit kann natürlich der Sinnesparcours beliebig, auch mit zusätzlichen Materialien (z.B. Balanciergeräten), erweitert werden!



Weil Menschen verschieden wahrnehmen und sich unterschiedlich ausdrücken, werden Botschaften besser verstanden, wenn man über sie nachdenkt. Dabei können folgende Fragen helfen.

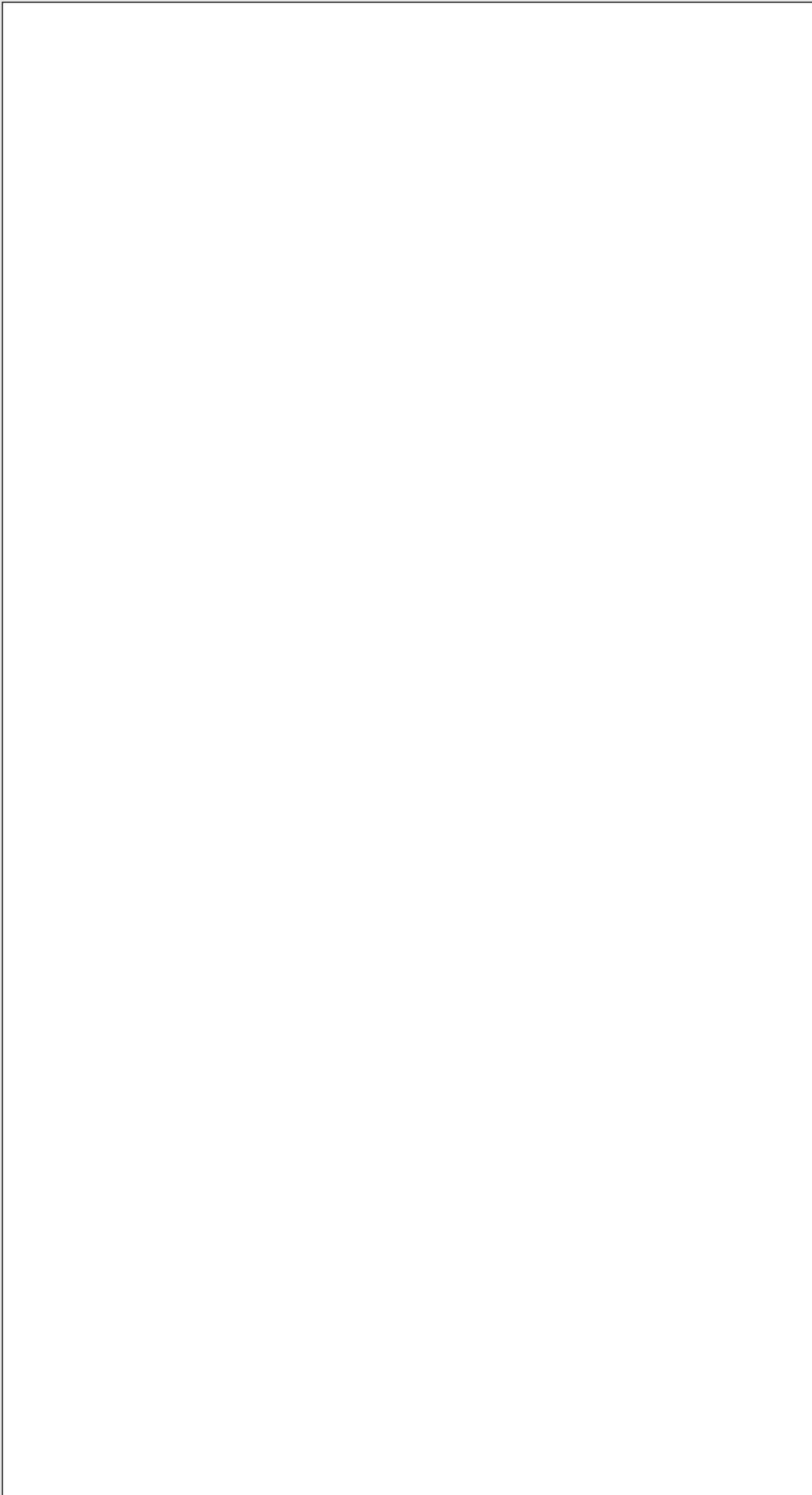
Fragen

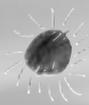
- In welchen Bewegungssituationen können sich Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse entwickeln?
- Was möchten Sie noch ergänzen?

Verstehen von Bewegung führt immer über das Kennen und das Können (zumindest in einer groben Qualitätsstufe). Darum sind ein Selbst-Erfahren und Selbst-Ausprobieren sehr sinnvoll.

Eigene Bewegungsvorschläge (für drinnen und draußen):







Für Kinder sind Bewegungsorte lebensbedeutsame Begegnungs- und Beziehungsräume. Sie brauchen Bewegungsräume, weil sie durch den Raum erfahren, dass sie etwas Unverwechselbares und sich von der übrigen Welt unterscheiden. Kinder brauchen Räume auch als Bewegungsort, weil sie primär spielende Menschen sind. Sie brauchen Bewegungsorte, an denen sie von innerem Bewegungsdrang angespornt, täglich ihren Bewegungsimpulsen folgen und spontan, frei und unangeleitet jederzeit agieren und Ruhe finden. Sie brauchen Orte, an denen sie sich geborgen fühlen und ihre Sinnesträume verwirklichen können. Darum müssen Bewegungsorte zugänglich und nutzbar sein. Trotz vieler gesellschaftlicher und personenbedingter Einschränkungen wie beengten Wohnanlagen mit dominantem Straßenverkehr oder personenbezogenen Verboten („Ballspielen ist hier verboten!“) bieten sich vielfältige Bewegungsgelegenheiten an unterschiedlichen Orten.

⑥ **Kinder brauchen vielfältige freie Bewegungsorte und Bewegungsgelegenheiten,**

- ▶ die räumlich nicht einengen, die zur Kreativität anregen und in und mit denen der Bewegungsdrang ausgelebt werden kann, auch ohne Einmischung von Erwachsenen
- ▶ die ihnen ausreichend Zeit zum Spielen und zur Ruhe geben
- ▶ die ihnen ein eigenständiges Handeln ermöglichen
- ▶ die sie sicher erreichen und nutzen können
- ▶ die viel gemeinsame Bewegung mit anderen Kindern oder Erwachsenen erlauben
- ▶ ...

⑥ **Kinder brauchen Bewegungsräume als Spielorte zur Ich-Werdung**

Durch den Raum erfährt sich das Kind selbst. Es wird ihm bewusst, dass es sich von der übrigen Welt unterscheidet. Nur im Dialog mit dem Raum gewinnt das Kind solche Erfahrungen. Dadurch gelingt es dem Kind, Frei-Räume als Spielorte zu erleben. Diese bilden wiederum die Grundlage für das Erlernen von Fähigkeiten und Fertigkeiten. Bewegungsräume sind somit lebensbedeutsame Begegnungs- und Beziehungsräume.

⑥ **Kinder brauchen Bewegungsorte und Bewegungsgelegenheiten, die sie nutzen können**

▶ *Natürliche Bewegungsorte als Erlebnisorte:*

Kommunale Grünanlagen, Parkanlagen, Wälder, Felder, Wiesen um

- auf Baumstämme zu springen, sie zu überspringen
- einen Hügel hinauf- und hinabzulaufen
- mit Blättern und Zweigen zu bauen
- Verstecken zu spielen
- durch Felder zu laufen
- in und über Pfützen zu springen
- im Schnee zu laufen oder damit zu bauen
- mit Regen zu spritzen
- mit Dreck, Erde, Lehm, Sand, Schlamm zu bauen und zu kneten
- mit Steinen zu werfen
- ...



► *Bewegungsorte in Wohnanlagen:*

Verkehrsberuhigte Straßen, Spielstraßen, Innenhöfe, Grünflächen vor dem Haus, Gärten, Mauern, Schulwege, um

- zu hüpfen und zu springen
- zu klettern
- mit dem Ball zu spielen
- sich zu verstecken
- ...



► *Bewegungsorte in der Wohnung*

Wohnzimmer, Kinderzimmer, um

- um den Tisch zu laufen, sich durch Stühle hindurch zu winden
- aus einem Tisch mit einer Decke eine Höhle zu machen
- mit geschlossenen Augen um den Wohnzimmertisch oder barfuß über verschiedene „Matten“ zu gehen
- Gegenstände zu ertasten
- etwas mit Pappkartons zu bauen
- Joghurtbecher zu jonglieren
- ...



► *Bewegungsorte, die Ruhe sichern (Ruhe gehört auch zur Bewegung)*

Bänke, saubere Rasenflächen, ...

⑥ **Kinder möchten weniger künstliche Bewegungsorte und Bewegungs-
gelegenheiten**

► *Spielplätze*

- die keine wünschenswerten Freiflächen zum Selbstspielen aufweisen und die keine Kreativität und Fantasie herausfordern
- die den Kindern die Bewegungslust nehmen, weil sie durch die meist fantasiearmen Spielgeräte bewegt bzw. gerutscht werden
- die keine Materialien bereitstellen, mit denen gebaut werden kann
- ...



Weil Kinder unbedingt ausreichende, den Kinderbedürfnissen entsprechende Bewegungsorte brauchen, diese aber zurzeit durch gesellschaftliche Entwicklungen nicht in ausreichendem Maße zur Verfügung stehen, sind alle Anstrengungen zu unternehmen, um Bewegungsorte zurückzugewinnen, sie wieder zu erschließen bzw. vorhandene Räume als Bewegungsgelegenheiten zuzulassen, aber auch Bewegungsgelegenheiten selbst zu schaffen.



⑥ **Beispiele, wie sich Bewegungsorte zurückgewinnen lassen**

Wenn Erwachsene

- ▶ gemeinsam mit anderen Erwachsenen alte Bewegungsorte zurückgewinnen, Flächen säubern und herrichten, Spielplatz-Patenschaften übernehmen oder sich für Spielstraßen einsetzen
- ▶ untereinander für Spielplätze oder Spaziergänge in nahe liegende Wälder wechselweise Kinderbetreuungen organisieren
- ▶ mit den Nachbarn, die Kinderlärm als Last empfinden könnten, in Gesprächen kinderfreundliche Lösungen finden
- ▶ ...



⑥ **Beispiele, wie Bewegungsgelegenheiten sofort als solche gesehen werden**

Indem Erwachsene erkennen und dort wo Verbote vermeidbar sind zulassen, dass

- ▶ Kanaldeckel in verkehrsfreien Zonen Sprung- und Hüpfanlässe sind
- ▶ Mauern zum Balancieren und Klettern einladen
- ▶ Ketten vor Garageneinfahrten zum Überspringen reizen
- ▶ Gehwege aus Platten einladende Hüpffelder sind
- ▶ Bürgersteige Rollerbahnen sind
- ▶ Geländer sich als Reckstangen anbieten
- ▶ Zäune zum Klettern einladen
- ▶ Blumenkübel zum Hinaufklettern und Herabspringen einladen
- ▶ Geländer zum Rutschen auffordern
- ▶ Stufen und Treppen zum Springen herausfordern
- ▶ ...



⑥ **Beispiele, wie man selbst Bewegungsgelegenheiten als Anlässe findet oder sich Gelegenheiten zusammenstellt**

Wer die praktischen Förderbeispiele für die Förderung der sensomotorischen Entwicklung schnell und einfach erweitern möchte, dem wird zur Unterstützung ein „Ideen-Findungsraster“ (vgl. BALSTER 2000c) vorgestellt, das in der Praxis bereits vielfältig genutzt wird.

Unter Berücksichtigung der Differenzierungsmöglichkeiten sind alltägliche Entscheidungsfelder aufgezählt.

Aus jeweils einem Feld (z.B. J Geräte/ Materialien) können ein oder mehrere Aspekte herausgenommen und zu einem konkreten Bewegungsanlass zusammengestellt werden.

Ein Beispiel lässt sich leicht variieren, wenn nur aus einem Entscheidungsfeld ein neuer Aspekt herausgenommen wird.

Durch das Raster lassen sich freie Spiel- und Bewegungssituationen schaffen.

Ein „Ideen-Findungsraaster“





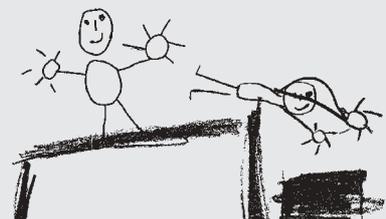
Weil Menschen verschieden wahrnehmen und sich unterschiedlich ausdrücken, werden Botschaften besser verstanden, wenn man über sie nachdenkt. Dabei können folgende Fragen helfen.

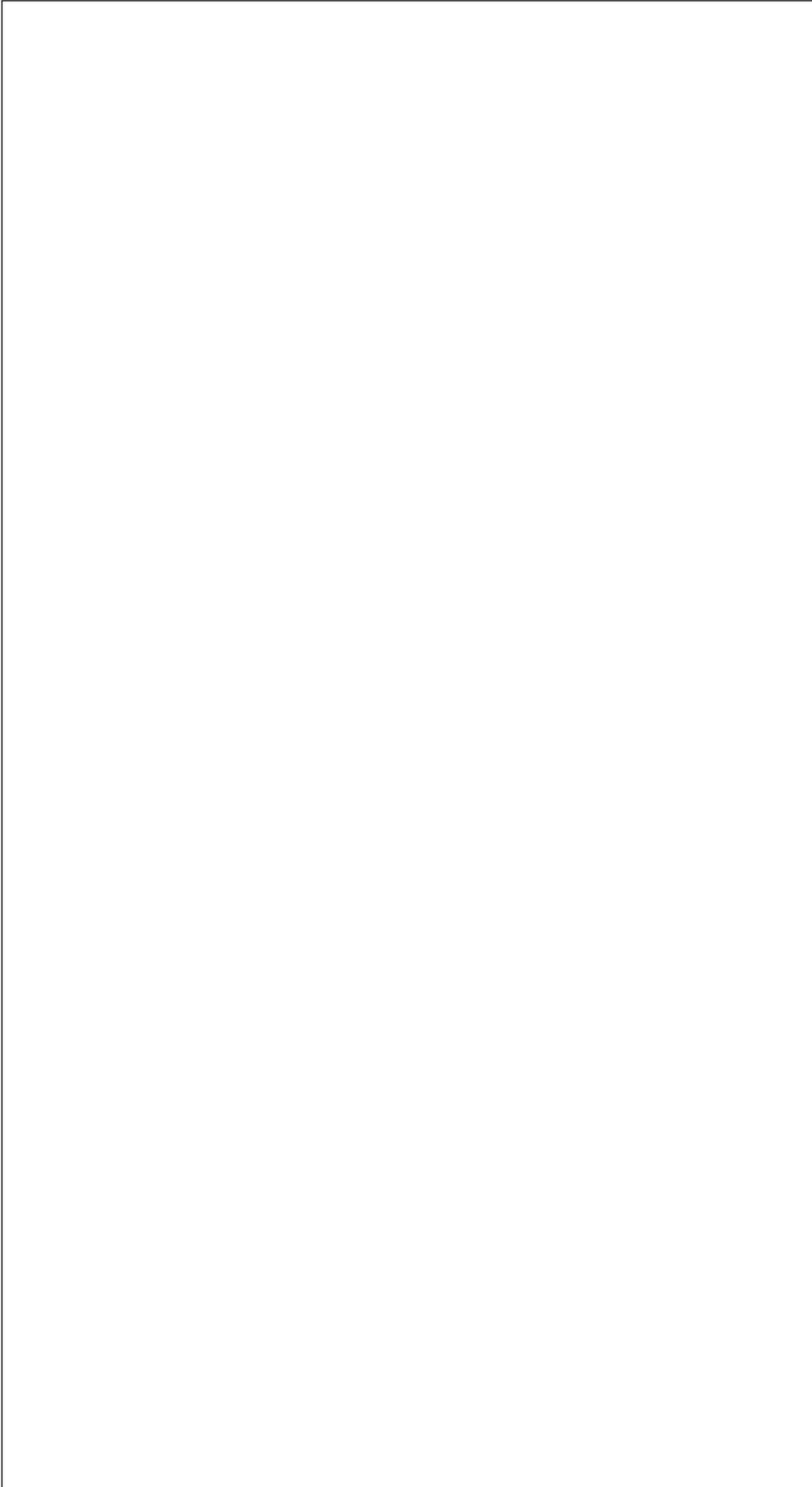
Fragen

- Teilen Sie die Kinderwünsche?
- Welche Bewegungsorte und Bewegungsgelegenheiten suchen Kinder in Ihrem Umfeld auf?
- Welche Bewegungsorte und Bewegungsgelegenheiten fehlen Kindern noch?
- Was haben Sie bisher unternommen, um den Kindern ausreichende Bewegungsorte mit ausreichenden Bewegungsgelegenheiten zu bieten?
- Wo lagen die Hindernisse, für Kinder etwas zurückzugewinnen?
- Wie und wodurch konnten Sie die Hindernisse überwinden?
- Was werden Sie in diesem Zusammenhang noch für Kinder tun?
- Was möchten Sie ergänzen?

Verstehen von Bewegungen führt immer über das Kennen und das Können (zumindest in einer groben Qualitätsstufe). Darum sind ein Selbst-Erfahren und Selbst-Ausprobieren sehr sinnvoll.

Eigene Bewegungsvorschläge (für drinnen und draußen):







Kinder zu mehr Bewegung zu motivieren, gelingt umso eher, je genauer man von der jeweiligen kindlichen Individualität ausgeht, u.a. vom Alter, Erfahrungsniveau (Wissen und Können), von den Interessen und Neigungen, personalen Eigenschaften (emotionale, motivationale und soziale Kompetenzen), vom Lernverhalten und den Arbeitsweisen, von der aktuellen Befindlichkeit und Lebensumwelt des Kindes. Die Kunst der Erziehenden besteht darin, Kinder auf ihrem Weg durch die Welt zu begleiten und dabei ihre Lust zu erhalten. Dazu müssen sie ein positives Menschenbild von Kindern in sich tragen!

Erziehende müssen von der kindlichen Individualität ausgehen!

⑥ Individuelle Ressourcen (Motivation und Lernfähigkeit) von Kindern aktivieren

Die Motivation lässt sich fördern, wenn

- ▶ Kinder durch ihr Tun Erfolg haben und Anerkennung erhalten
- ▶ ihr Tun auf eigenem Können beruht
- ▶ Kinder ihr eigenes Tun verstehen
- ▶ ihr Tun für sie bedeutsam ist und einen Sinn ergibt
- ▶ ausreichende Bewegungsmöglichkeiten für ein selbst gestaltetes Tun bestehen
- ▶ ein anregendes, spannendes Umfeld vorhanden ist
- ▶ andere Kinder und Erwachsene dabei sind
- ▶ ...

⑥ Das Lernen von Kindern unterstützen

Das Lernen lässt sich fördern, wenn

- ▶ vorhandene Fähigkeiten und Fertigkeiten erkannt und vorhandene „Kraftquellen“ eigenständig genutzt werden
- ▶ durch Anstrengung selbstständig Ziele erreicht werden
- ▶ das Orientieren, Planen und Handeln selbstregulierend und selbstorganisierend erfolgen
- ▶ ...

⑥ Freude, Spaß und Begeisterung bei Kindern erkennen

Ob Kinder Freude, Spaß haben und begeistert sind, lässt sich erkennen, wenn Kinder

- ▶ staunen
- ▶ verstehen
- ▶ schnuppern
- ▶ schauen
- ▶ erfinden
- ▶ strahlen
- ▶ experimentieren
- ▶ fragen
- ▶ neugierig sind
- ▶ lachen
- ▶ sich wohlfühlen
- ▶ entspannt sind
- ▶ ...



Darüber hinaus lassen sich Kinder von Erwachsenen-Vorbildern motivieren und sie vertrauen auf sie. Voraussetzungen für Vorbildwirkungen sind umfangreiche kindgerechte Verhaltenskompetenzen und ausreichende methodisch-didaktische Fähigkeiten. Kompetenzen bei Kindern aufzubauen fängt zunächst beim Erziehenden selbst an!

Erziehende müssen über kindgerechte Verhaltenskompetenzen verfügen!

⑥ Im Umgang mit Kindern auf sich selbst gerichtete Fragen stellen;

z.B. auf ängstliche Kinder bezogen Fragen wie diese:

- ▶ Wie wirke ich als Vorbild?
- ▶ Ist mir bewusst, dass meine eigene unausgeglichene Emotionalität das Verhalten der Kinder nachteilig beeinflusst?
- ▶ Entwickle ich ausreichende Empathie für die Kinder; akzeptiere ich ihre Angst, spreche ich mit ihnen darüber?
- ▶ Bin ich mir bewusst, dass meine eigene Sportsozialisation Ängstlichkeit verstärken kann? Kann ich meine eigenen Ansprüche den Interessen der Kinder unterordnen?
- ▶ Bin ich geduldig genug mit ängstlichen Kindern und biete ich ihnen ausreichende angstfreie Erfahrungsmöglichkeiten?
- ▶ Wähle ich stets eine angstfreie Körpersprache und Sprache; nicht „du musst“, sondern „du darfst“?
- ▶ Berücksichtige ich ihre Lebenshintergründe, so weit ich sie kenne?
- ▶ Bin ich bereit, Kindern meine Ängstlichkeit zu zeigen und mit ihnen darüber zu reden?
- ▶ Beteilige ich sie an der Wahl der Inhalte? Gebe ich ihnen genügend Zeit, Raum und Materialien?
- ▶ Stelle ich häufig zu viele Forderungen und setze sie damit unter Druck (Wettkampfdruck)?
- ▶ Bin ich bereit, mir Zeit zu nehmen, ihre individuellen Ansprüche zu fördern und gemeinsam mit ihnen etwas zu machen?
- ▶ Bin ich zu ängstlich und verhindere aktives Erleben?
- ▶ ...

⑥ Beziehungen zu Kindern haben

Um Beziehungen zu Jungen und Mädchen zu sichern, sollten die Erwachsenen

- ▶ mit dem Herzen dabei sein
- ▶ ihnen mit Achtung und Respekt begegnen
- ▶ sich einfühlsam verhalten; eine vertrauensvolle Atmosphäre schaffen; zuhören
- ▶ angstfreie Erfahrungsräume berücksichtigen
- ▶ Kinder emotional annehmen; Zuwendung und Geborgenheit geben
- ▶ versuchen, so weit dies möglich ist, etwas von der Lebenswelt der Kinder zu erfahren, um ihr Verhalten zu verstehen und dementsprechend handeln zu können
- ▶ Jungen und Mädchen in Lösungs- und Entscheidungsprozesse einbeziehen
- ▶ einfühlsam beraten, u.a. um Kinder konflikttoleranter zu machen; auf gelegentliche Misserfolge vorbereiten, damit sie negative Konsequenzen akzeptieren lernen
- ▶ zum häufigen Mitspielen bereit sein
- ▶ Kinder wirklich ernst nehmen, echtes Interesse zeigen („Erzähl mal“)
- ▶ Kinder nicht mit Problemen allein lassen; sich Zeit nehmen und Zeit geben; Zeit bewusst für Beratung einplanen



- ▶ Ziele für Kinder transparent machen und sie mitgestalten lassen
- ▶ bereit sein, sich in Kinderhandlungen einzufühlen
- ▶ keine Ungleichbehandlung zulassen
- ▶ eigene Ansprüche den Interessen der Kinder unterordnen
- ▶ Kinder nie bloßstellen
- ▶ sie ermuntern
- ▶ Kinder in Schutz nehmen
- ▶ ...

⑥ Gemeinsam mit Kindern spielen

Trotz der Unterschiede im Alter, in der Körpergröße, in der Spontaneität, im Fantasiereichtum können Erwachsene sich gemeinsam mit Kindern bewegen. Gemeinsam bedeutet hier, dasselbe oder etwas Unterschiedliches tun. „Unterschiedliches“ heißt, dass das Handeln zueinander passen muss, es sollte aufeinander abgestimmt sein.



⑥ Rahmenbedingungen sichern oder verändern

Erziehende sollten sich zur Pflicht machen dabei mitzuhelfen, die strukturellen Bedingungen zu verbessern. Das könnte u.a. sein:

- ▶ Freiräume, angstfreie Erfahrungsräume für Kinder zu sichern oder zu schaffen
- ▶ Ausreichenden Raum zum Erfahren, Erproben und Erfinden zu geben; Sicherheit gewinnen zu lassen; Räume für selbstständiges Tun bereitzustellen
- ▶ Mit anderen Erwachsenen wie Eltern oder Partnern in Einrichtungen (Schulen, Sportvereinen, Kindertagesstätten, Horten und Heimen) zusammenzuarbeiten
- ▶ ...



Erziehende müssen über kindgerechte methodisch-didaktische Fähigkeiten verfügen!

⑥ Kinder wertfrei beobachten

Eine verantwortungsbewusste Beobachtung durchzuführen heißt:

- ▶ Signale der Kinder (wie Ängste) erkennen
- ▶ Stärken und Interessen entdecken
- ▶ Angstauslösende Bewertungsprozesse, die von personen- und situationsspezifischen Bedingungen (Aufgabenstellung, Größe der Gruppe) abhängig sind, möglichst ausschließen
- ▶ ...

⑥ Erziehende Prinzipien des Lernens berücksichtigen

Pädagogisch orientierte Bewegungs- und Spielanlässe sind erziehende Anlässe. Dabei sollten folgende Prinzipien des Lernens berücksichtigt werden (MSWWF 1999):

- ▶ Mehrperspektivität
Die Kinder sollen einen unterschiedlichen Sinn in den Angeboten finden.
- ▶ Erfahrungsorientierung/Handlungsorientierung
Die Kinder sollen Erfahrungen durch eigenes Handeln gewinnen. Dazu müssen Erziehende entsprechende Freiräume bereitstellen. Diese fördern die Bereitschaft und Fähigkeiten der Kinder, selbstständig neue Erkenntnisse und Einsichten zu gewinnen und praktische Handlungszusammenhänge zu erproben.
- ▶ Reflexion
Eine selbstständige Urteilsbildung ist Ausgangspunkt für soziales Verhalten. Um ein rollenspezifisches Problembewusstsein zu wecken und handlungsalternative Verhaltensmuster einzuüben, ist bei bestimmten Vorgaben und Anlässen sogar eine phasenweise Trennung von Jungen und Mädchen sinnvoll.
- ▶ Verständigung
Die Kinder sollen entwicklungsgemäß an der Planung, Durchführung und Auswertung der Bewegungsangebote beteiligt werden.
- ▶ Wertorientierung
Erst das Befolgen von Regeln und die Einsicht in ihre Veränderung fördert die kindliche personale Identität und den fairen Umgang miteinander.

⑥ Grundsätze der Gestaltung von Bewegungsangeboten und -vorhaben berücksichtigen

Bei der Gestaltung von Bewegungsangeboten und -vorhaben sollten folgende Grundsätze mitbedacht werden (MSWWF 1999):

- ▶ Individualisieren und integrieren
Jede Planung eines Angebotes muss an den unterschiedlichen Vorerfahrungen (motorisch, emotional, kognitiv und sozial) ansetzen. Dies gelingt durch Individualisieren und Integrieren. Es ist bedeutsam, allen Kindern individuell passende, ihrem jeweiligen Entwicklungsstand entsprechende Erfahrungs- und Lerngelegenheiten beim Bewegen und Spielen bereitzustellen, damit Könnenserfahrungen (Körper- und Bewegungserfahrungen) möglich werden. Eventuell können unterschiedliche Körper- und Bewegungserfahrungen zu geschlechterspezifischen Differenzierungen führen. Kinder mit individuellen Fähigkeiten und Fertigkeiten sind so in Bewegungssituationen zu integrieren, dass ihnen die Erfahrung gemeinsamer Bewegungserlebnisse ermöglicht wird.



- ▶ **Öffnen und Anleiten**
Kinder sollten je nach ihren Möglichkeiten möglichst oft an der Inhaltsauswahl aktiv beteiligt sein. Mit ihnen kann man sich über Absichten und Möglichkeiten der Angebote verständigen und gemeinsame Lösungen für Lernprozesse zusammentragen. Darum sind Jungen und Mädchen zu selbstständigem und verantwortungsbewussten Handeln zu animieren.
- ▶ **Üben und Anwenden**
Je nach Zielsetzung sollte man Kindern planvolle Anwendungsmöglichkeiten eröffnen.
- ▶ **Erfahren und Begreifen**
Kinder entwicklungsgerecht zu fördern, gelingt nur über altersgemäße Verständigungs- und Einsichtsprozesse. Den Kindern sind vor allem die Wirkungen von Bewegungsaktivitäten zu verdeutlichen. Erst dadurch gelingt eine einsichtsbildende Auseinandersetzung mit verborgenen und situativ auftretenden Konflikten.

⊗ **Didaktische Handlungsprinzipien berücksichtigen**

Die praktischen Angebote sollten sich an verschiedenen didaktischen Handlungsprinzipien (LORENZ/STEIN 1988) orientieren:

- ▶ Offenheit
- ▶ Anforderungscharakter
- ▶ Freiwilligkeit
- ▶ Zwanglosigkeit
- ▶ Wahlmöglichkeit
- ▶ Entscheidungsmöglichkeit
- ▶ Initiativmöglichkeit

⊗ **Motivationshilfen geben**

- ▶ Spannende, abwechslungsreiche, erlebnisreiche und sinnhafte Anregungen, die in alltagsnahen, nachvollziehbaren Bezügen für Kinder stehen
- ▶ Verstärkungen wie Lob, Schulterklopfen; Mutmachen durch Optimismus
- ▶ Freie, offene Betätigungsmöglichkeit mit anregenden Materialien; Initiativmöglichkeiten schaffen; Selbsttätigkeit anregen
- ▶ Keine Leistungsanforderungen, alles muss freiwillig, zwanglos sein; immer „du darfst!“, niemals „du musst!“; kein Erfolgs-/Zeitdruck
- ▶ Auf individuellen Stärken aufbauen
- ▶ Gelenktes Hinführen zu Bewegungsmustern/-fertigkeiten mit kindgerechten Bewegungsanweisungen/kindgemäßer Sprache
- ▶ Aufnehmen aktueller Bedürfnisse der Mädchen und Jungen
- ▶ ...



⑥ Differenzierungsmöglichkeiten berücksichtigen

- ▶ Variation von Gerätearrangements/Bewegungsbaustellen/ Bewegungslandschaften
- ▶ Variation der Bewegungsmöglichkeiten/-formen/Verwendungsmöglichkeiten
- ▶ Variation verschiedener Materialien, Hilfsmittel, Spiel- und Sportgeräte; möglichst aus der Lebenswelt der Kinder
- ▶ Variation der koordinativen Anforderungen
- ▶ Variation von Spielideen
- ▶ Variation der Bewegungsorte
- ▶ ...

⑥ Integrationshilfen berücksichtigen

Eine Integration z.B. von Kindern mit mangelnden Bewegungserfahrungen kann durch Erwachsene unterstützt werden, etwa durch:

- ▶ Entgegenbringen einer gleich bleibenden Zuneigung mit Ermutigung und Lob
- ▶ Schaffen einer lustbetonten und vertrauensvollen Atmosphäre, Echtheit und Aufrichtigkeit
- ▶ Entgegenbringen von Verständnis und Geduld auch bei unangemessenem sozialen Verhalten; keine Bloßstellung
- ▶ Einführendes, nicht wertendes Verhalten
- ▶ Keine Über-/Unterforderung; druckfreie Situationen anbieten
- ▶ Fördern der Erlebnisse, die wichtiger sind als Ergebnisse
- ▶ Fördern des Vertrauens in die eigene Leistungsfähigkeit
- ▶ Vermeiden zu frühen Eingreifens in den Lernprozess; Impulse gehen vom Kind aus
- ▶ Fördern der Selbstständigkeit und Eigeninitiative
- ▶ Schutz vor Außenseiterstellung
- ▶ ...





Weil Menschen verschieden wahrnehmen und sich unterschiedlich ausdrücken, werden Botschaften besser verstanden, wenn man über sie nachdenkt. Dabei können folgende Fragen helfen.

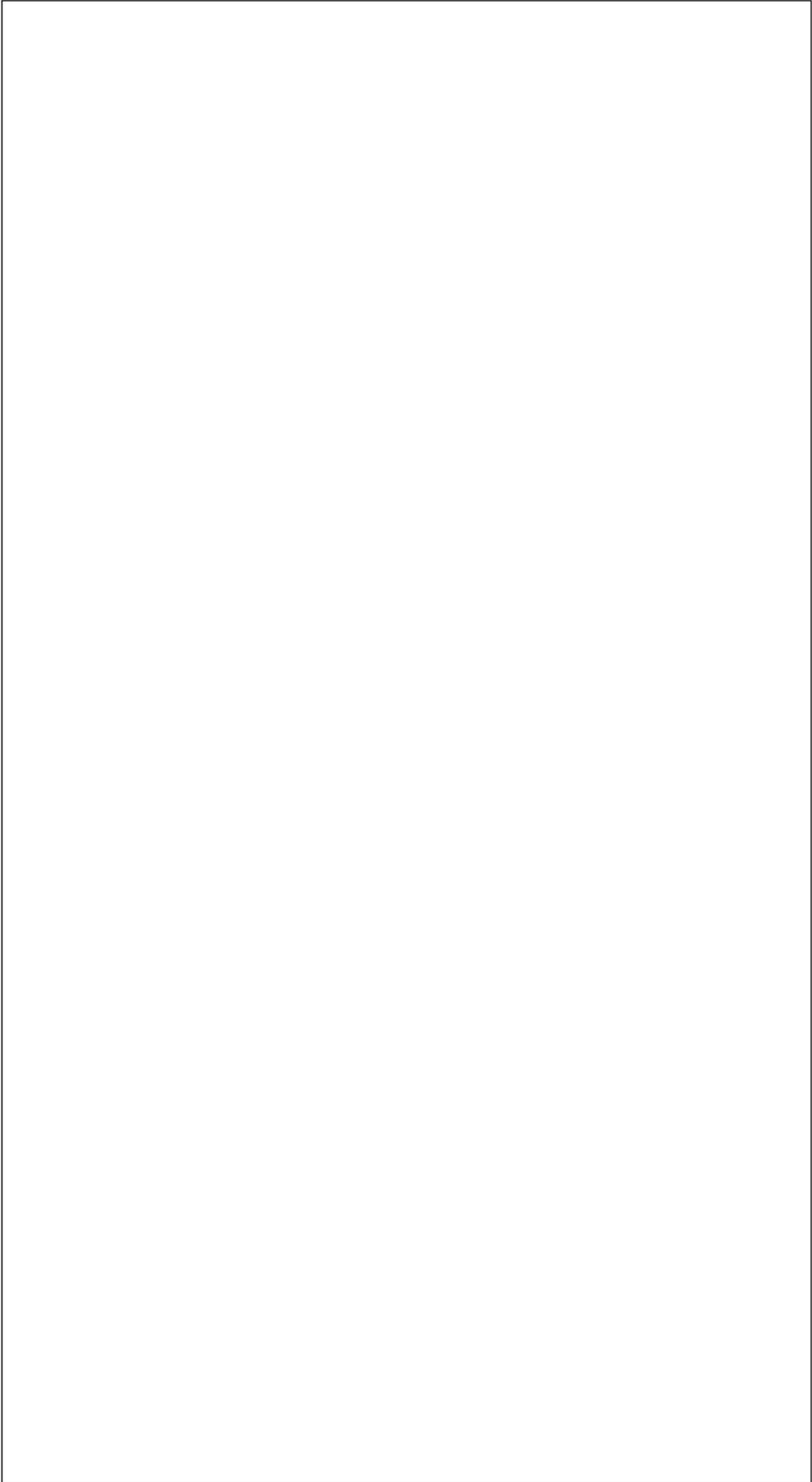
Fragen

- Sind die Orientierungshilfen sinnvoll?
- Was fehlt Ihnen?
- Was empfehlen Sie, um Kinder mehr zu motivieren?
- Was müssen Sie noch berücksichtigen und verbessern?
- Was möchten Sie ergänzen?

Verstehen von Bewegungen führt immer über das Kennen und das Können (zumindest in einer groben Qualitätsstufe). Darum sind ein Selbst-Erfahren und Selbst-Ausprobieren sehr sinnvoll.

Eigene Bewegungsvorschläge (für drinnen und draußen):







Wenn sie wollen, können Erwachsene Kindern sofort zu mehr Bewegung verhelfen und für eine kinderfreundliche Bewegungs-Welt eintreten! Dazu brauchen Kinder couragierte Erwachsene mit einer inneren und äußeren Beweglichkeit, die für sie Partei ergreifen und zwar dort, wo ihre Autonomie gefährdet und eingeschränkt ist. Um helfen zu können, müssen viele Erwachsene Erinnerungslücken an ihre Kindheit schließen und wieder lernen, selbst bewegter zu sein, um über das Selbst-Erfahren den Wert der Bewegung zu erleben und zu erkennen.

Erwachsene schaffen eine kinderfreundliche Bewegungswelt

➔ durch kinderfreundliches Verhalten (Haltungen und Einstellungen)

⑥ Den Zielmaßstäben folgen, die man als Erwachsener so gerne an Kinder anlegt

Verstehe dich selbst! Selbsterkenntnis ist der Schritt zur Veränderung des Verhaltens. Nur wer selbstreflexiv ist, d.h. über sich selbst und sein Verhalten nachdenkt, wird auch verabredete Ziele im Auge behalten. Nur eine reflektierende Grundhaltung, die das persönliche Wertesystem, eigene Anschauungen und Gewohnheiten bewusst wahrnimmt und hinterfragt, wird auch zu mehr Spaß an der Arbeit führen.

- ▶ Sich weiter entwickeln, weiterlernen bzw. umlernen
- ▶ Bereit sein zum lebenslangen Lernen
- ▶ Einstellungen und Haltungen stets prüfen und ergänzen
- ▶ Regeln einhalten

⑥ Bereit sein, Wissensdefizite über den Wert der Bewegung zu kompensieren

Wir haben natürlich die entscheidende Mitverantwortung für kindliche Entwicklungsverläufe. Darum ist es notwendig zu erkennen, dass in jüngeren Kindheitsjahren unbedingt Entwicklungsvorsprünge, „Vorsprünge für das Leben“, zu erarbeiten sind. Ein umfangreiches Bewegungsrepertoire gehört dazu.

⑥ Neugierig sein, die uns anvertrauten Kinder beobachten und ihnen zuhören, um mehr von ihnen zu erfahren

Wollen wir die realen Bedürfnisse unserer Kinder herausfinden, dann müssen wir ihre Pfade und Spuren finden, lesen und deuten. Wir sollten wissen, wie, wo, wann und mit wem sich unsere Kinder bewegen.

Nur ein rechtzeitiges Kümmern verhindert beispielsweise, dass sich Bewegungsmängel einstellen oder vergrößern bzw. sich ihr psychisches, emotionales und soziales Befinden verschlechtert. Wir müssen uns aktiv dafür einsetzen, dass keine „kindlichen Teufelskreise“ entstehen!



⑥ **Kindern eine Orientierung bieten**

Wir müssen auch herausfinden, was Kinder selber wollen und sie bei ihrer Erkundungsarbeit unterstützen, damit sie Welten entdecken, auf die sie von alleine nicht stoßen würden!

Kinder brauchen Erwachsene, die ihnen Hilfen zur Orientierung und Deutung der Welt, was sie wie nutzen können, bieten.

Dieses Leiten darf aber nicht zur Einengung ihrer spielerischen Freiheiten führen. Eine kindgerechte „Steuerung“ schafft Kindern Freiheiten, ohne Einmischung der Großen, eigene Spiel- und Gedankenwelten zu schaffen und Erfinder zu sein.

⑥ **Beziehungen zum Kind sichern**

Erziehen heißt zunächst eine Beziehung haben. Sie ist auch Schlüssel zum Lernen. Beziehungen zu Kindern schafft man nicht durch spielsachenüberfüllte Kinderzimmer und durch schnelle Befriedigung jeglicher Kinder-Bedürfnisse.

Mit Kindern Beziehungen einzugehen heißt, sich für sie zu interessieren und Respekt vor ihnen zu haben, sich einzustellen auf das, was ihnen wichtig ist, ihre Gefühle aufzugreifen und nachzuempfinden. Kinder brauchen vor allem Zuwendung, Zuneigung und Liebe. Wenn man sie ernst nimmt, wächst ihre eigene Wertschätzung für andere und damit das soziale Verhalten. Eine Beziehung sichert man durch Nachhaltigkeit und Verlässlichkeit, aber auch durch Achtung und Verständnis.

⑥ **Verantwortung übernehmen wollen**

Verantwortung kann man zwar nicht lernen wie das kleine Einmaleins oder Skifahren. Dass Verantwortung aber ein Wissen und Können, also Lernen voraussetzt, ist nicht zu bezweifeln. Jeder Erziehende ist gefordert. Wer andere zur Verantwortung erziehen will, der muss sich zu allererst selbst zur Verantwortung erziehen lassen. Er muss über Kompetenzen wie individuelle Selbstverpflichtung, Kritikfähigkeit (vor allem Selbstkritik) und Empathie (Einfühlungsvermögen) verfügen. Verantwortung geht nur einher mit Freundlichkeit, Akzeptanz eigener Schwächen und Selbstkontrolle, aber auch mit Überdenken, Vordenken und Nachdenken über eigenes Tun.





⑥ Erzieher-Rolle aktiv annehmen

Wer nicht erzieht, macht auch nichts falsch! Die Erzieher-Rolle muss man aktiv annehmen wollen. Dazu muss uns unsere eigene Erzieher-Rolle klar sein. Wir müssen ein Gleichgewicht zwischen fordernder, fördernder und umsorgender Rolle herstellen.

Kinder brauchen Erziehende, die sich auf Veränderungsprozesse einlassen und die soziale Regie übernehmen wollen.

Immer mehr Kinder erfahren Erziehungsunsicherheit und -resignation, weil sie kaum noch Grenzen kennen lernen.

Erziehen hat mit klaren Regeln und Strukturen zu tun. Zeitaufwendiges und nervendes Verhandeln bringt keine Klarheit. Erziehende, die meinen, mit ihrem allseits egalisierenden Handeln den jederzeit toleranten Freund spielen zu müssen, schaffen für Kinder keine Orientierungen. Erziehende, die der kindlichen Gleichberechtigung allein huldigen, vergessen mitunter, dass Kinder nicht nur Rechte, sondern auch Pflichten lernen müssen. Kinder ernst nehmen bedeutet, ihnen Regeln zu geben und Grenzen zu ziehen.

Erziehen heißt auch einmal ein berechtigtes „Nein!“.

Vereinbarte Regeln sind von Erziehenden wie Kindern einzuhalten. Nur klare, verständliche und altersangemessene Regeln und Grenzen geben Orientierung, machen Absichten kalkulierbar und geben Sicherheit. Regeln werden umso eher akzeptiert, wenn ihre Einhaltung durch Erziehende vorgelebt wird.

In der Beziehung zu Kindern ist mehr Gleichwürdigkeit als Gleichberechtigung gefragt.



⑥ Keine Schuldgefühle entstehen lassen

Das größte Hindernis, als Erziehender effektiv sein zu können, sind Schuldgefühle. Übermäßige Schuldgefühle führen zu erzieherischer Unsicherheit.

Schuldgefühle entstehen häufig, wenn die eigenen Erwartungshaltungen nicht mit dem Leistungsvermögen der Kinder übereinstimmen bzw. wenn Erziehende den Kindern einfach ihren Lebensrucksack aufsetzen.

Hierzu passt folgende Zeitungsannonce:

Hallo Kim

nur noch 2613 Lerntage bis zum Abitur.

Den 1. Schultag hast du gleich hinter dir.

Zur Einschulung die herzlichsten Glückwünsche

Etwas schuldig bleiben aber die Erziehenden, die ständig die Augen vor anerkannten Notwendigkeiten, wie sich für die Sicherung von Kinderwelten einzusetzen, verschließen und regungslos bleiben.

Wenn Erwachsene nach Wegen und Mitteln suchen, um den Interessen und Möglichkeiten von Kindern gerecht zu werden, dann brauchen sie keine Schuldgefühle zu haben. Wir sollen dabei genauso berücksichtigen, dass wir nicht nur verantwortlich für das sind, was wir tun, sondern auch für das, was wir nicht tun.

⑥ Den Wert meines engagierten Handelns im Umgang mit Kindern für mich selbst erkennen

Erst im engagierten Handeln mit und für Kinder erkenne ich *meinen* Lebensgewinn, beispielsweise

- ▶ mit jungen Menschen zusammenzusein
- ▶ Freude an der Tätigkeit zu haben
- ▶ eine sozial verantwortliche, gesellschaftlich wichtige Aufgabe übernommen zu haben
- ▶ eine Bereicherung der eigenen Persönlichkeit zu erfahren

➔ durch aktive Unterstützung bei der Entwicklung der kindlichen Persönlichkeit

⑥ Die Entwicklung des Kindes günstig beeinflussen

Menschen entwickeln ihre Persönlichkeit durch in der frühen Kindheit erworbene Fähigkeiten (vgl. ROTH 2001).

Erziehende können Rahmenfaktoren für eine harmonische Entwicklung des Kindes günstig beeinflussen, in dem sie beispielsweise

- ▶ ein positives Selbstwertgefühl entwickeln helfen
- ▶ eine emotionale Bindung zum Kind sichern
- ▶ ein anregendes erzieherisches Milieu, ein kindgerechtes Erziehungsklima schaffen
- ▶ eine gute soziale Unterstützung gewährleisten
- ▶ einen positiven Kontakt zu Gleichaltrigen vermitteln.

➔ durch eigene Bewegung bei Spiel und Sport

⑥ Bewegte Vorbilder sein

Vorbildliche Erziehende müssen vor allem bewegt sein und selbst über vielfältige Bewegungserfahrungen verfügen. Ohne ausreichende eigene Bewegung gibt es kein angemessenes Verstehen anderer.

Außerdem sollte uns auch unser eigener Wert als Vorbild bewusst sein. Besonders in der frühen Kindheit hat der Erziehende als Nachahmungsmodell einen besonderen Stellenwert bei Aneignungsprozessen unserer Kinder.

Als Vorbild gewinne ich Menschen.

Je mehr Bewegungseinschränkungen Kinder vorfinden, desto stärker ist das Vorbild und das Engagement der Erwachsenen (Eltern) gefragt.

Kinder brauchen Vorbilder, an denen sie sich aufrichten, messen, aber auch reiben können.

Ein kindgerechtes Bewegungs-Vorbild überzeugt Kinder durch seine eigene Bewegungslust, d.h. wenn es

- ▶ die Treppe statt der Rolltreppe oder dem Fahrstuhl nutzt
- ▶ mit dem Fahrrad oder zu Fuß statt mit dem Auto einkauft
- ▶ insgesamt das Auto nur bewusst einsetzt
- ▶ sich selbst täglich draußen bewegt, auch bei schlechtem Wetter.



➔ durch Lobbyismus für Kinder

⑥ Stets als Lobbyistinnen und Lobbyisten unserer Kinder handeln

Den Folgen aktiv entgegenzutreten ist der Handlungsansatz für jeden Erwachsenen und für jede Organisation und Interessenvertretung, die sich als Anwalt für Kinder versteht. **Gemeint sind alle Erwachsenen**, ob sie selbst Kinder haben oder einen Erziehungsberuf ausüben oder nicht! Kinder brauchen große Freunde. Sie brauchen eine Lobby, die ihnen die Voraussetzungen schafft, wieder Erfahrungen aus erster Hand zu sammeln! Sie brauchen Lobbyistinnen und Lobbyisten, die ihnen eine Bewegungswelt ohne krankmachende Normen, Regeln, Gesetze bieten und in der sie ihre schöpferischen und emotionalen Kräfte entfalten können.

Lobbyistinnen und Lobbyisten erkennt man an ihrem Durchsetzungsvermögen, ihrer Zielstrebigkeit, Entschlossenheit und Konsequenz, sich für Kinder zu engagieren. Sie zeigen genug Mut und Bereitschaft, sich auf eine vorbehaltlose Auseinandersetzung mit Problemen einzulassen und sich nicht durch die dabei in der Regel auftretenden Misserfolge entmutigen zu lassen. Im Gegenteil, sie starten immer wieder neu. Beispielsweise dadurch dass sie

- ▶ sich mit der Sache „Kinderwelt = Bewegungswelt“ identifizieren und sachkundig machen, informieren und beraten lassen;
- ▶ sich kinderfreundlich verhalten, z.B. Spielstraßen möglichst umfahren oder Spielplatzpatenschaften übernehmen
- ▶ Bewegungsräume zurückgewinnen, z.B. eine bewegungsfreudige Umwelt für Kinder schaffen oder immer wieder neu schaffen bis zur Zurückgewinnung von Bewegungsräumen
- ▶ Kontakt zu Kindern halten
- ▶ in ihrem Mit- und Umfeld nachhaltigen Platz für dieses Thema schaffen, es engagiert und kontinuierlich zur Sprache bringen, z.B. dass Kinderlärm nicht mit anderem Lärm gleichzusetzen ist; dass das Kinderleben nicht zu einem Termingeschäft mit kurzem häuslichen Boxenstopp mutiert; dass Kinder nicht mit persönlichen Erwachsenen-Träumen überfrachtet oder überbehütet werden
- ▶ Informationen weiterleiten, an Veranstaltungen teilnehmen und Kooperationsmöglichkeiten im eigenen Wirkungskreis nutzen
- ▶ offen für Neues sind
- ▶ den Kindern Hilfen zur Orientierung und Deutung der Umwelt, was sie wie nutzen können, bieten
- ▶ die Kinder auf dem Weg in die Welt begleiten; sie durch Begleiten beim Spiel vor „Vertreibungen“ schützen oder auch einmal als gewünschter Schiedsrichter bei Wettspielen fungieren
- ▶ durch eine frühzeitige und umfassende Bewegungsförderung in die Zukunft unserer Kinder investieren
- ▶ Kindern ausreichende Freiräume für ungezwungenes Bewegungshandeln zur Verfügung stellen
- ▶ durch die Bereitstellung kostengünstiger Materialien (Kreide, Seil, Gummis ...) zu unterschiedlichen Anreizen verhelfen (Straßenspiele)

Diejenigen, die sich für Räume engagieren, müssen es immer zugleich auch für Personen tun wollen! Das eine geht nicht ohne das andere!

Weil Menschen verschieden wahrnehmen und sich unterschiedlich ausdrücken, werden Botschaften besser verstanden, wenn man über sie nachdenkt. Dabei können folgende Fragen helfen.

Fragen

- Was meinen Sie, wie sich Erwachsene bewegen müssen, damit sie für Kinder etwas bewegen?
- Beschreiben Sie besonders hilfreiche couragierte Aktivitäten?
- Haben Sie Erinnerungslücken an Ihre bewegte Kindheit?
- Falls ja, wie haben Sie die Lücken geschlossen?
- Falls nein, was werden Sie unternehmen, um die Lücken zu schließen?
- Was möchten Sie ergänzen?

Verstehen von Bewegungen führt immer über das Kennen und das Können (zumindest in einer groben Qualitätsstufe). Darum sind ein Selbst-Erfahren und Selbst-Ausprobieren sehr sinnvoll.

Eigene Bewegungsvorschläge (für drinnen und draußen):









Institutionen, Organisationen, Initiativen und Sportvereine können viel tun!

Aber nur im Verbund, als gemeinsames Netzwerk, können sie einen Weg der Nachhaltigkeit für Kinderwelten sichern! Nur gemeinsam werden sie für Kinder etwas bewegen!

„Gemeinsam statt einsam“ muss das Motto sein, damit die Arbeit und das Engagement jedes einzelnen erleichtert werden!

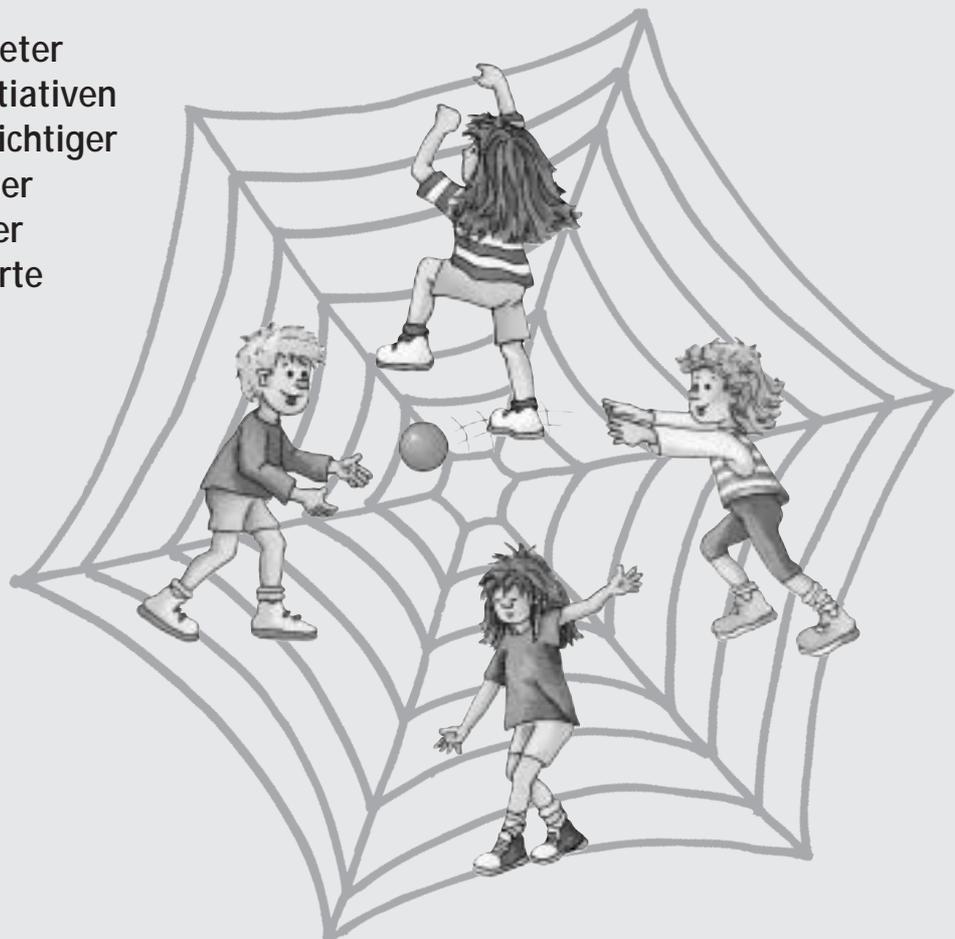
Funktionierende Netzwerke oder „Kooperationsbünde“ können beispielsweise

- ein gemeinsames Vorgehen abstimmen
- konkrete Rahmenbedingungen entwickeln
- Ressourcen bündeln
- neue Möglichkeiten entdecken
- den Kindern zu ihrem Rechtsanspruch „auf körperliches Wohl“ verhelfen
- ein nachhaltiges Bündnis für Kinder schaffen

Darüber hinaus sollte jeder Erwachsene nach Interessenvertretung und Arbeitsbezug mithelfen, ein Netzwerk für eine kindgerechte Bewegungswelt zu knüpfen!

Überzeugender als die bloßen Forderungen sind konkrete Initiativen und Projekte, bei denen vor Ort an der Verwirklichung von Kinderwelten als Bewegungswelten gearbeitet wird.

Beispiele konkreter Programme, Initiativen und Projekte wichtiger Netzwerk-Partner informieren über nachahmenswerte Möglichkeiten:



Sportverein

Projekt: „Förderung von Kindern mit mangelnden Bewegungserfahrungen“

Vorstellen der Initiative

Alarmiert durch die zunehmenden Bewegungsmängel, motorischen Defizite, Haltungsbeeinträchtigungen, Herz-Kreislauf-Schwächen und psycho-sozialen Auffälligkeiten hat die Sportjugend Nordrhein-Westfalen 1991 begonnen, für Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen verstärkt aktiv zu werden. Sie hat ein eigenes Handlungsfeld entwickelt, dazu 1993 ein Positionspapier formuliert und ab 1995 eigene Fortbildungsmöglichkeiten geschaffen. Aus einem Pilotprojekt entstand eine landesweite Umsetzungsinitiative mit zentralen Partnern (Gemeindeunfallversicherungsverband Westfalen-Lippe, Ministerium für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport und Firma Wehrfritz). In ihr sollen die zahlreichen Ideen, Ansätze und praktischen Umsetzungsvorschläge der ersten Phase Sportvereinen, Kindertagesstätten und Schulen helfen, möglichst viele Kinder zu fördern und zu unterstützen. Bisher wurden 17 Stadt- und Kreissportbünde und Fachverbände eingebunden, die mit Unterstützung weiterer örtlicher Partner insgesamt über 2.000 Kinder in verschiedenen Angeboten fördern.

Es gibt drei Schwerpunkte der Mitarbeit:

► *Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote in den Sportvereinen intensivieren*

Die Erfahrungen haben gezeigt, dass Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen bereits in den unterschiedlichen Vereinsgruppen vorhanden sind. Diese Kinder dürfen nicht wegen „fehlender Leistung“ aus den Vereinsgruppen heraus fallen oder hinaus gedrängt werden. Übungsleiterinnen und Übungsleiter sollen für diese Kinder sensibilisiert und über Fortbildungen so qualifiziert werden, dass sie auch in ihren Stammgruppen gezielt und individuell, entsprechend der Interessen, Neigungen und dem jeweiligen Leistungsstand der Kinder fördern können. Andererseits sind Vereinsgruppen oft so groß, dass es sinnvoll ist, neue spezielle Fördergruppen aufzubauen.

Beide Gruppentypen können durch den LandesSportBund anerkannt und finanziell unterstützt werden, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:

- Der Sportverein gehört zu einem im LSB gemeldeten Fachverband
 - Die Übungsleiter/innen haben eine Sonderausbildung „Bewegungserziehung im Kleinkind- und Vorschulalter“ und einen Grundlehrgang „Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen“ oder eine Ausbildung zum/zur Übungsleiter/in in der Prävention, Schwerpunkt „Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen“ absolviert.
- *Kooperationen zwischen Sportvereinen und Kindertageseinrichtungen einrichten*
Über 90% der drei- bis sechsjährigen Kinder in Nordrhein-Westfalen besuchen eine Kindertagesstätte. Erzieherinnen und Erzieher gehen also täglich mit Kindern um, die bewegungs- oder verhaltensauffällig sind. Bei entsprechender Qualifikation der Mitarbeiter/innen, entsprechender Beratung zu pädagogischen Konzepten, der Gestaltung von Räumlichkeiten und gelungenen Kooperationen mit Sportvereinen können auch für diese Kinder gezielte Bewegungsangebote geschaffen werden (siehe auch Bewegungskindergarten).



► *Kooperationen zwischen Sportvereinen und Schulen einrichten*

Häufig fallen Kinder Lehrerinnen und Lehrern durch übermäßige Unruhe, starken Bewegungsdrang, Konzentrationsschwäche, Geltungsdrang oder auffällige Zurückgezogenheit auf. Verfügen die Schulen nicht über das notwendige Fachpersonal, wollen ihren Kindern aber trotzdem möglichst optimale Bewegungsmöglichkeiten bieten, sollten sie mit benachbarten Sportvereinen, die über qualifizierte Übungsleiter/innen verfügen, kooperieren.

Im Rahmen der „Freiwilligen Schulsportgemeinschaften“ gibt es bereits die Förder- und Fitnessgruppen“. Schulen kooperieren mit Vereinen und bieten außerunterrichtlichen Sport zur Förderung haltungs- und bewegungsschwacher Kinder an. Auch diese Gruppen werden unter bestimmten Bedingungen anerkannt und finanziell unterstützt. Zusätzlich können Förder- und Fitnessgruppen auch die Anerkennung als Gruppe „Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen“ erhalten.

Mit dem Landesprogramm zum Ausbau des „Kompensatorischen Sports in der Schule“, initiiert vom Ministerium für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport, wird eine noch engere Verzahnung der verschiedenen Fördermöglichkeiten erreicht. Von der Schulaufsicht werden bei den Bezirksregierungen, allen Kreisen und kreisfreien Städten lokale Koordinatoren und Koordinatorinnen für den kompensatorischen Sport in den Schulen eingesetzt, die auch als Ansprechpartner/in in der Kooperation mit Sportvereinen fungieren sollen.

Wirksamkeit für die Sicherung einer „kindgerechten Bewegungswelt“

- Durch die besonderen Angebote für Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen bleiben diese Kinder bei Bewegung, Spiel und Sport.
- Durch vielfältige Bewegungsangebote in über 120 anerkannten Vereinssportgruppen „Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen“ werden diese Kinder besonders unterstützt und gefördert.
- Durch ein umfassendes Qualifizierungsangebot (jährlich über 50 Maßnahmen) werden pro Jahr ca. 1.000 Interessierte fortgebildet.
- Durch verschiedene unterstützende Materialien erhalten alle Interessierte zusätzliche Informationen und Hilfestellung (4 praktische Ratgeber zur Förderung von Kindern mit mangelnden Bewegungserfahrungen und Verhaltensauffälligkeiten, Video „Mut zum Beobachten“, praktische Handlungsstrategien zum Auf- und Ausbau eines Netzwerks, das Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen unterstützt ...).

Weitere Programme/Initiativen/Projekte

- Sonderausbildung „Bewegungserziehung im Kleinkind- und Vorschulalter“
- Ausbildung auf zweiter Lizenzstufe zum/zur Übungsleiter/in in der Prävention, Profil „Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen“
- Fortbildungen für Übungsleiter/innen und Erzieher/innen
- Info-Tagungen für Interessierte
- Erstellung von unterstützenden Materialien

Auskunft:

- Sportjugend NRW, Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg
Birgitt Alefelder
Tel.: 0203/7382-953, E-mail: birgitt.alefelder@lsb-nrw.de
Petra Dietz
Tel.: 0203/7381-879, E-mail: petra.dietz@lsb-nrw.de



Schule

Projekt: „Bewegungsfreudige Schule“

Vorstellen der Initiative

Dem vom Land NRW verfolgten Konzept der „Bewegungsfreudigen Schule“ liegt die Vorstellung zugrunde, dass Bewegung, Spiel und Sport als wesentliche Elemente des gesamten schulischen Lebens und Lernens betrachtet und innerhalb der schulischen Lebenswelt gezielt und umfassend gefördert werden. Diese Leitidee wird auch in den neuen Rahmenvorgaben und Lehrplänen für den Schulsport für alle Schulformen zugrunde gelegt.

Die Landesregierung hat bereits 1994 in der Stadt Dortmund und in den Kreisen Borken und Viersen unter dem Motto „Mehr Bewegung in der Schule!“ ein Pilotprojekt zur bewegungsfreudigen Ausgestaltung von Schulprogrammen in Grund- und Sonderschulen initiiert. Teilziele dieser Initiative waren insbesondere die Einrichtung und der Ausbau kompensatorischer Sportangebote, die Ausweitung außerunterrichtlicher Schulsportangebote und die verstärkte Einbeziehung von Bewegungsaktivitäten in den Unterricht aller Fächer.

Unter Einbeziehung der Ergebnisse des Pilotprojekts wurde von einer beim Landesinstitut für Schule und Weiterbildung eingerichteten Arbeitsgruppe die Broschüre „Mehr Bewegung in die Schule – Ideen für eine bewegungsfreudige Gestaltung des Unterrichts in Grund- und Sonderschulen“ entwickelt und 1998 in gemeinsamer Herausgeberschaft der Gemeindeunfallversicherungsverbände Nordrhein-Westfalens, der AOK Westfalen-Lippe und der AOK Rheinland mit Unterstützung der damaligen Ministerien für Schule und Weiterbildung und für Stadtentwicklung, Kultur und Sport veröffentlicht.

Ferner wurde im September 1998 beim Landesinstitut für Schule und Weiterbildung in Soest ein Schulsport-Symposium zum Thema „Bewegung, Spiel und Sport im Schulprogramm“ durchgeführt. Ziel war es, Grundlagen und Möglichkeiten der Einbindung von Bewegung, Spiel und Sport in den Kontext der Schulprogrammentwicklung in den Schulen der Sekundarstufe I aufzuzeigen und einer breiteren Öffentlichkeit vorzustellen. Das Landesinstitut für Schule und Weiterbildung hat die Ergebnisse dieses Symposiums 1999 in einer Dokumentation veröffentlicht.

Im Rahmen der landesweiten Initiative „Mehr Bewegung in die Schule“, die von der Landesregierung in Zusammenarbeit mit den Gemeindeunfallversicherungsverbänden Rheinland und Westfalen-Lippe sowie der Landesverkehrswacht und der Gesellschaft zur Hebung der Sicherheit im Straßenverkehr durchgeführt wurde, wurden Materialhilfen für „Tägliche Bewegungszeiten“ in Grund- und Sonderschulen entwickelt und bereit gestellt. Insgesamt wurden 1.552 Schulen mit 3.654 Materialhilfen ausgestattet.

Darüber hinaus wurde im März 2001 das Pilotprojekt „AOL fit for future by Boris Becker“ gestartet. In Zusammenarbeit mit dem Ministerium für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport wurden 50 Grund- und weiterführende Schulen in Düsseldorf mit Spieltonnen ausgestattet, die über 100 Spiel- und Sportgeräte enthalten. Schülerinnen und Schüler sollen dadurch motiviert werden, ihre Pausen und Freistunden zur aktiven Bewegung zu nutzen.



Wirksamkeit für die Sicherung einer „kindlichen Bewegungswelt“

Die Wirksamkeit des Projekts wird von keiner anderen Institution bzw. Organisation übertroffen, weil nur die Schule **alle** Kinder und Jugendlichen erreicht.

Weitere Programme/Initiativen/Projekte

Um die Schulen zu einer bewegungsfreudigen Gestaltung des Schullebens anzuregen, wurde im Schuljahr 1996/97 vom damaligen Ministerium für Stadtentwicklung, Kultur und Sport in gemeinsamer Trägerschaft mit dem damaligen Ministerium für Schule und Weiterbildung, dem LandesSportBund Nordrhein-Westfalen und dem Deutschen Sportlehrerverband, Landesverband Nordrhein-Westfalen die landesweite Aktion „Schulsport Plus“ ins Leben gerufen und erstmals durchgeführt. Teilnahmeberechtigt an diesem Wettbewerb waren öffentliche und private Schulen mit Sekundarstufe I im Land Nordrhein- Westfalen.

Die Aktion „Schulsport Plus“ wurde im 2. Halbjahr des Schuljahres 1999/2000 zum zweiten Mal durchgeführt. Daran beteiligten sich insgesamt 384 Schulen mit Praxisbeiträgen. Im Jahr 2001 wurde im Landesteil Westfalen-Lippe ein wissenschaftlich begleitetes Pilotprojekt zur Entwicklung Bewegungsfreundlicher Schulen im Bereich der Schulformen der Sekundarstufe I gestartet. Ein auf dieselbe Schulstufe ausgerichtetes Forschungsprojekt im Landesteil Rheinland befindet sich in Vorbereitung.

Auskunft:

Ministerium für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen

Fürstenwall 25

40219 Düsseldorf

Ministerialrat Rolf-Peter Pack, Tel: 0211/3843-586

Regierungsdirektor Dr. Günter Stibbe, Tel: 0211/3843-674



Kindertagesstätte

Projekt: „Bewegungskindergarten“

Vorstellen der Initiative

„Anerkannter Bewegungskindergarten des LandesSportBundes Nordrhein-Westfalen“

Bis 2000 hat der LandesSportBund neun Kindertagesstätten in Sportvereinsträgerschaft ausgezeichnet, die in ihren Einrichtungen die „Bewegungserziehung“ als pädagogisches Konzept angelegt haben. Seit 2001 haben auch Tageseinrichtungen für Kinder anderer Träger die Möglichkeit, das Zertifikat „Anerkannter Bewegungskindergarten des LandesSportBundes Nordrhein-Westfalen“ zu erhalten. Neben der Erfüllung der bestehenden Kriterien verpflichten sich diese Träger zu einer Kooperation mit einem ortsansässigen Sportverein, dem für die Leitung von Bewegungsangeboten Übungsleiter/innen mit der Sonderausbildung „Bewegungserziehung im Kleinkind- und Vorschulalter“ zur Verfügung stehen. Der Verein erhält dadurch die Anerkennung als „Kinderfreundlicher Sportverein“ und kann durch das Grundsportgeräteprogramm des LandesSportBundes gefördert werden.

Weitere Kriterien zur Erlangung des Zertifikats sind u.a.:

- ▶ Die Anerkennung der Richtlinien im „Handlungsrahmen für einen bewegungsfreudigen Kindergarten“ durch den Träger und die pädagogischen Fachkräfte.
- ▶ Die Festschreibung des Prinzips „Bewegungserziehung“ im pädagogischen Konzept der Tageseinrichtung für Kinder.
- ▶ Die Durchführung von täglichen, angeleiteten und offenen Bewegungsangeboten sowohl drinnen als auch draußen.
- ▶ Die Qualifizierung der Leitung der Tageseinrichtung für Kinder und mindestens einer Gruppenleitung pro Gruppe durch die Sonderausbildung „Bewegungserziehung im Kleinkind- und Vorschulalter“ des LandesSportBundes oder eine gleichwertige Ausbildung.

Zurzeit gibt es 16 anerkannte Bewegungskindergärten in NRW.

Wirksamkeit für die Sicherung einer „kindgerechten Bewegungswelt“

- ▶ Sicherung eines ganzheitlichen Bewegungsangebotes für drei- bis sechsjährige Kinder
- ▶ Sensibilisierung von Eltern
- ▶ Sensibilisierung von Kindertagesstättenleitungen, ihre eigenen Bewegungskonzepte anzulegen bzw. zu erweitern unter dem Gedanken der ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung in, mit und durch Bewegung
- ▶ Sicherung zahlreicher jährlich stattfindender Fortbildungsveranstaltungen
- ▶ Verfügbarkeit von Bewegungskonzeptionen und vielfältigen Unterstützungsmaterialien

Weitere Programme/Initiativen/Projekte

- ▶ Sonderausbildung „Bewegungserziehung“ an Fachschulen für Sozialpädagogik
- ▶ Fortbildungen für Erzieher/innen aus Bewegungskindergärten
- ▶ Info-Tagungen für Leitungen und Träger der Bewegungskindergärten
- ▶ Info-Tagungen der Fachschulen für Sozialpädagogik
- ▶ Erstellung von unterstützenden Materialien

Auskunft:

Sportjugend NRW, Ulrich Beckmann, Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg
Tel.: 0203/7381-876, E-mail: ulrich.beckmann@lsb-nrw.de

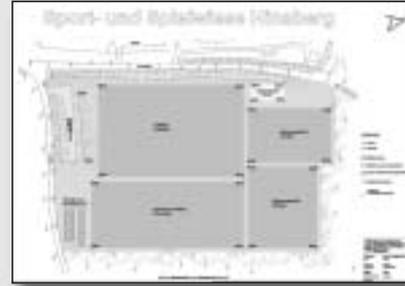


Kommune Recklinghausen

Projekt: *Gymnastik-, Sport- und Spielwiese „Hinsberg“*

Vorstellen der Initiative

Im nordöstlichen Stadtgebiet Recklinghausens wurde 1997 eine große Fläche als Standort für zentrale Ersatzbegrünungsmaßnahmen vorgesehen. Im Bereich der ehemaligen „Hinsberg-Kippe“ sowie auf den angrenzenden landwirtschaftlichen Flächen sollten Ersatz- und Ausgleichsmaßnahmen durchgeführt werden, die durch Baumaßnahmen am Ort des Eingriffs nicht ausgeglichen werden konnten. In diese Planung eingebunden wurde auf Anregung der Sportverwaltung eine möglichst große Sport- und Spielwiese für verschiedenste Aktivitäten.



Der zu planende Bereich liegt zwischen zwei Sportanlagen; beide Sportanlagen verfügen zwar über Umkleide- und Sanitäreinrichtungen, sind jedoch durch Trainingszeiten von über 40 Fußballmannschaften stark beansprucht.

Fast zeitgleich wurden 1998 die Sportförderrichtlinien des Landes NRW überarbeitet; der Vorabdruck sah die Förderung sog. Sportgelegenheiten vor, insbesondere die Anlegung von Gymnastik-, Sport- und Spielwiesen. Die „Hinsberg-Wiese“ ist die erste „Sportgelegenheit“ in Recklinghausen und landesweit wohl das größte Projekt dieser Art.



Zwischenzeitlich ist mit dem Bau der „Bewegungswiese“ begonnen worden. Auf einer Fläche von ca. 25.000 qm, etwa der Größe von drei Fußballfeldern, entstehen neben größeren und kleineren Mehrzweckfeldern auch ein Beach-Volleyball-Feld sowie Boule- und Boccia-Bahnen – eine riesige Spielwiese (im wahrsten Sinne des Wortes), die offen ist für jedermann/-frau, für Bürgerinnen und Bürger, für Sportvereinsmitglieder ... und natürlich für unsere Kinder.

Wirksamkeit für die Sicherung einer „kindlichen Bewegungswelt“

Die grünen Freiflächen in den Städten werden zunehmend einer anderen Nutzung zugeführt: dort, wo früher „Bolzplätze“, Felder, Büsche, Wäldchen standen, stehen heute oft Häuser, Gewerbebetriebe usw. Kinder brauchen Bewegung! – nicht nur im organisierten Schul- und Vereinssport in Sporthallen oder auf Sportplätzen, sondern auch auf grünen Freiflächen.

Recklinghausen versucht, mit dem hier beschriebenen Projekt eine offen zugängliche Bewegungsmöglichkeit für jedermann/-frau anzubieten. Hier können sich „Groß und Klein“ verabreden oder zufällig treffen, um sich zu bewegen.

Weitere Programme/Initiativen/Projekte/Planungen

- ▶ Gymnastik-, Spiel- und Sportwiese „Leusberg“
- ▶ „Zukunftspark Blumenthal“
- ▶ Sportanlage „Preston Barracks“

Auskunft

Stadt Recklinghausen, Fachbereich Schule und Sport, Sportverwaltung, Werner Metz, 45655 Recklinghausen, Tel. 02361/90426-2273, Fax 02361/90426-2272, werner.metz@recklinghausen.de

Eine Initiative der Kinderanwältin „Bibi Buntstrumpf“ in Kooperation mit den SpielplatzpatInnen der Stadt Herne

Projekt: Spielräume statt Alpträume – SpielplatzpatInnen werden aktiv

Vorstellen der Initiative

Die Aktion „Spielräume statt Alpträume“ wird in Kooperation mit den Herner SpielplatzpatInnen seit dem Herbst 1997 regelmäßig durchgeführt. Dabei finden auf verschiedenen Spielplätzen, Straßen und Schulhöfen Spielplatzparties statt.

Dabei geht es um drei Bereiche, die mit diesen Aktionen erreicht werden sollen.

- ▶ Zum einen geht es darum, dass wir darauf hinweisen wollen, dass die vorhandenen Spielräume bei weitem nicht ausreichen, um allen Kindern den Raum zu bieten, den sie für eine gesunde Entwicklung brauchen.
- ▶ Gleichzeitig wollen wir die Arbeit der PatInnen vor Ort einer breiteren Öffentlichkeit vorstellen, denn hier wird viel Gutes geleistet.
- ▶ Und last but not least geht es natürlich darum, mit den Kindern vor Ort an diesen Tagen besonders viel Spaß und Freude zu haben.

Dabei stehen zwei Dinge im Vordergrund der Aktion:

- ▶ Es soll darauf aufmerksam gemacht werden, dass Kinder für Spiel und Spaß keine kostspieligen Materialien brauchen, sondern einfach gute Ideen, ein Seil, etwas Kreide und vor allen eine Freifläche.
- ▶ Bewegungsspiele machen nicht nur Spaß, sie fördern auch die Fähigkeiten der Kinder im Lesen, Rechnen und Schreiben und wirken sich somit positiv auf die Schulleistungen aus. Sprich. Wer nicht rückwärts laufen kann, hat auch Schwierigkeiten beim 1 x 1!

Wirksamkeit für die Sicherung einer „kindlichen Bewegungswelt“

Die Auswertung der bisherigen Aktionen hat ergeben:

- ▶ Die Beteiligten waren einstimmig der Meinung, dass die Aktion als voller Erfolg zu bewerten ist.
- ▶ Dies gilt auf allen oben genannten Ebenen. Vor allem die Bedeutung der Bewegung für die ganzheitliche Entwicklung der Kinder konnte den Erwachsenen verdeutlicht werden. Durch das Ansprechen unterschiedlichster Sinne konnten zahlreiche Erfahrungen gemacht werden, zu denen die Kinder im Alltag kaum noch Gelegenheit haben (Feuerstelle).
- ▶ Für die Kinder vor Ort waren es herrliche Erlebnistage. Vor allem aber haben sich viele Erwachsene an der Aktion beteiligt, so dass es zu vielen „Nachbarschaftsfesten“ kam, was sicherlich die Stimmung vor Ort im Sinne von mehr Kinderfreundlichkeit verbessert hat.
- ▶ Dank der hervorragenden Zusammenarbeit mit der lokalen Presse und der positiven Berichterstattung über das Engagement der Paten/PatInnen konnten zusätzliche Erfolge verbucht werden.

Weitere Programme/Initiativen/Projekte

Die Aktionen haben sich in der Stadt etabliert und werden fortgesetzt.

Auskunft

Kinderanwältin „Bibi Buntstrumpf“, Dorstenerstr. 260, 44649 Herne
Tel. 02325/77737 oder 0177/7773737, Fax 02325/795301
eMail: bibi.buntstrumpf@cityweb.de



Eine Initiative des Herner Kinder- und Jugendparlaments

Projekt: Gewinnung neuer Spielflächen – Sperrung eines Straßenabschnitts

Vorstellen der Initiative:

Kinder und Jugendliche der Eschstraße in Herne haben sich an das Kinder- und Jugendparlament (KIJUPA) gewandt, da sie die fehlenden Spielmöglichkeiten in diesem Bereich kritisierten.

Im Oktober 1993 wurde eine Befragungsaktion des KIJUPA im Bereich der Eschstraße vorgenommen und mit Spielgeräten nutzten die Kinder die Straße als Spielfläche. Der größte Teil der Autofahrer war mit der Nutzung der Straße als Spielfläche einverstanden. Auch eine Anwohnerbefragung ergab eine volle Unterstützung der Kinder.

In der 3. Sitzung des KIJUPA im November 1993 wurde die Idee vorgestellt, die Straße im Bereich der Häuser vom laufenden Straßenverkehr zu beruhigen.

Die Stadt Herne stellt unbürokratisch 20.000,- DM zur Verwirklichung der Maßnahme zur Verfügung.

Im Oktober 1994 wurde dann ein Straßenstück von 25 m vom fließenden Verkehr abgesperrt und aufgepflastert, so dass ein neuer Spielraum für Kinder entstanden ist. Ein eingelegter Widerspruch einer dort ansässigen Firma wendete die Herner Politik im September 1995 zum Wohle der Kinder ab.

Wirksamkeit für die Sicherung einer „kindlichen Bewegungswelt“

Seitdem nutzen die anwohnenden Kinder diese Fläche zum Inlinen, Fußballspielen, Malen und Bewegen. Im Sommer zierte ein Planschbecken die Straße.

Weitere Programme/Initiativen/Projekte/Planungen

- ▶ Darüber hinaus hat das KIJUPA auf einem brach liegenden Kirmesplatz Basketballständer errichtet, die lediglich zur Kirmeszeit abgebaut werden.
- ▶ Ein Spielcontainer mit Pausenspielgeräten wurde ebenfalls angeschafft und kann kostenlos von den Schulen ausgeliehen werden, um die Bewegung in den Schulpausen zu fördern.

Auskunft

Herne Kinder- und Jugendparlament, Olaf Kleffmann
Friedrich-Ebert-Platz 2, 4463 Herne
Tel. 02323/162398
olaf.kleffmann@herne.de



???

??? – Zum Selbermachen

Programm/Initiative/Projekt

Vorstellen der Initiative

Wirksamkeit für die Sicherung einer „kindlichen Bewegungswelt“

Weitere Programme/Initiativen/Projekte

Auskunft:



Weil Menschen verschieden wahrnehmen und sich unterschiedlich ausdrücken, werden Botschaften besser verstanden, wenn man über sie nachdenkt. Dabei können folgende Fragen helfen.

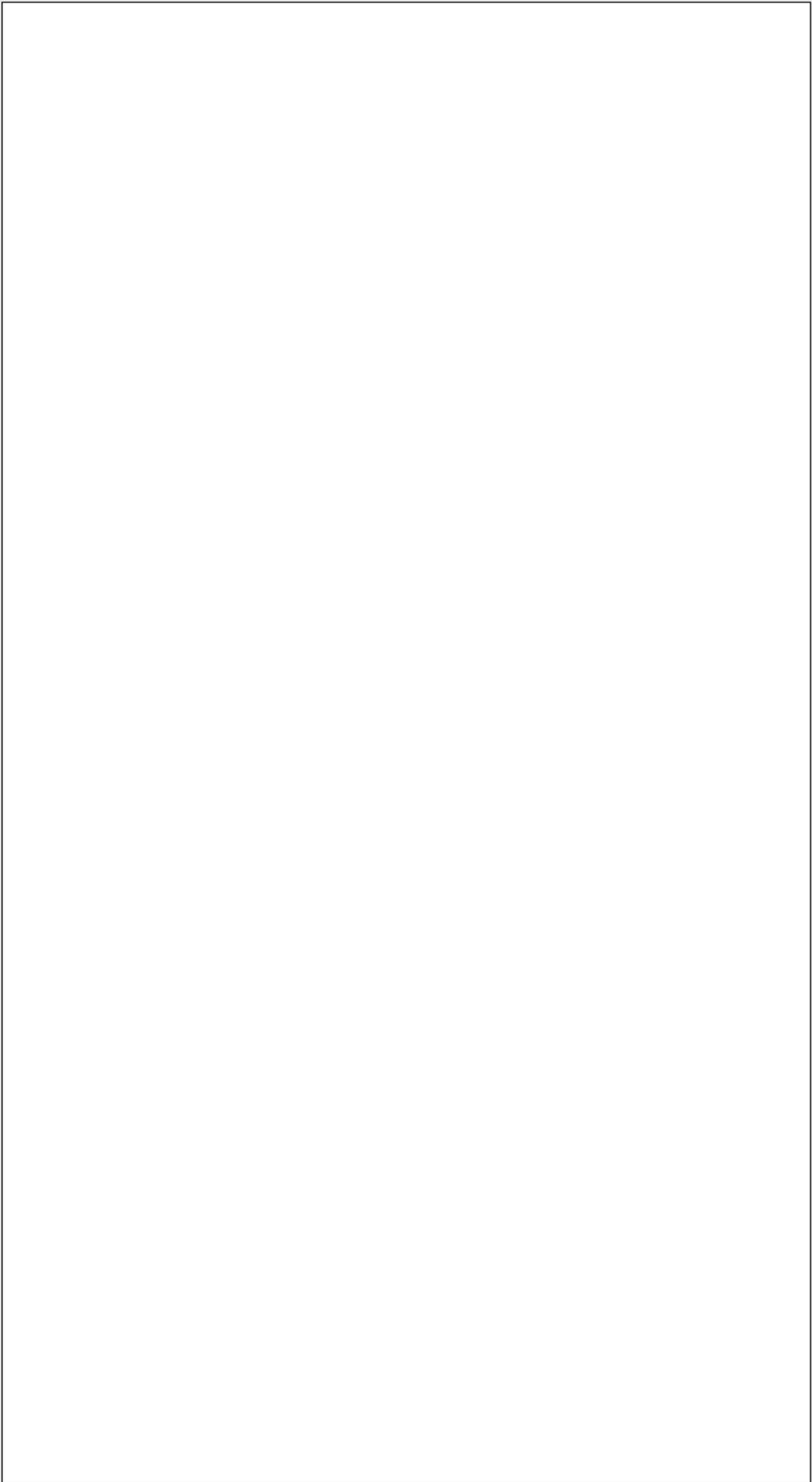
Fragen

- Welche Netzwerke kennen Sie?
- Welche Partner arbeiten dort zusammen?
- Welche Programme und Initiativen kennen Sie?
- Welche sind besonders empfehlenswert?
- Was muss sich noch verbessern?
- Gibt es in Ihrem Umfeld ein Netzwerk „kindgerechte Bewegungswelt“?
- Was möchten Sie ergänzen?

Verstehen von Bewegungen führt immer über das Kennen und das Können (zumindest in einer groben Qualitätsstufe). Darum sind ein Selbst-Erfahren und Selbst-Ausprobieren sehr sinnvoll.

Eigene Bewegungsvorschläge (für drinnen und draußen):







Nur eine bewegte Auseinandersetzung mit einer Sache verhilft zu einer inneren und äußeren Bewegtheit, die für die Sicherung von Bewegungswelten von Kindern Voraussetzung ist! Kinder haben ein Recht auf angemessene und ausreichende Bewegung. Kinder brauchen vor allem Erwachsene, die ihre Interessen und Bedürfnisse sehen und verstehen und aktiv für sie Partei ergreifen und die in eine bewegte kindgerechte Zukunft investieren! Es muss sich mehr bewegen, damit sich Kinder (wieder) mehr bewegen!



Hoffentlich hat die Ausstellung bewirkt:

- ⊗ *Verstehensprozesse zu unterstützen*
- ⊗ *Erinnerungslücken zu schließen*
- ⊗ *Achtsamkeiten zu erhöhen*
- ⊗ *Argumentationshilfen zu liefern*
- ⊗ *Begeisterung zu wecken*
- ⊗ *Nachhaltigkeit zu sichern*

um

- ▶ *sich weiter bewegt zu engagieren*
- ▶ *selbst wieder beweglich zu sein*
- ▶ *andere weniger Bewegte zu bewegen*

denn

- ◆ *Kinder brauchen Bewegung!*
- ◆ *Erwachsene brauchen Bewegung!*
- ◆ *Kinder brauchen bewegte und bewegliche Erwachsene!*
- ◆ *Erwachsene brauchen bewegliche Kinder!*

damit

**Kinder eine Zukunft haben,
denn sie brauchen Zukunft mit ausreichender Bewegung!
Bewegung ist Leben, wie umgekehrt Bewegung Leben ist!**

Programmausschuss und Projektgruppe wünschen über die Eröffnungs-Ausstellung hinaus mit allen Interessierten im Dialog zu bleiben und bieten für Rückmeldungen, Ergänzungen, Vorschläge, Fragen oder für die Übersendung von Materialien wie Fotos, Zeichnungen, Zeitungsartikel oder entwickelte Projekte eine Ansprechadresse an!

Auf jede Nachricht freut sich die
Sportjugend Nordrhein-Westfalen e.V.
Friedrich-Alfred-Str. 25
47055 Duisburg
Referat 5 • ☎ 0203/7381-953 • birgitt.alefelder@lsb-nrw.de



KURZER BEWEGUNGS-CHECK FÜR KLEINE UND GROßE LEUTE

Will ich andere bewegen, muss ich selbst bewegt sein! Erst wenn ich mich selbst ausreichend bewege, verstehe ich überhaupt Bewegungen und das bewegte Tun anderer Leute. Also – Hand aufs Herz – wie oft habe ich Lust, mich zu bewegen und wie häufig bewege ich mich? Gehöre ich zu den Bewegungsmuffeln oder nicht?

Der kurze Check hilft hoffentlich aufzuklären.

Der Check kann gerne um eigene Fragen erweitert werden.

Kreuze das Zutreffende an!	ja	ja/nein	nein
<i>Ist mir Bewegung wichtiger als Fernsehen, Radio, Video?</i>			
<i>Erinnere ich mich an ein Bewegungserlebnis, bei dem ich außer Atem war und geschwitzt habe?</i>			
<i>Bewege ich mich (Wandern, Spaziergehen, Laufen, Radfahren, Schwimmen, Gymnastik) täglich mindestens 30 Minuten?</i>			
<i>Bewege ich mich lieber selbst als anderen Leuten beim Bewegen zuzusehen?</i>			
<i>Schätze ich mich als Bewegungsvorbild ein?</i>			
<i>Bewege ich mich auch bei schlechtem Wetter, wie Regen, regelmäßig draußen?</i>			
<i>Falls es doch mal draußen nicht klappt, bewege ich mich dann mindestens 30 Minuten in der Wohnung?</i>			
<i>Fallen mir Bewegungen zum Ausprobieren ein?</i>			
<i>Wenn ich die Wahl habe, benutze ich dann die Treppe statt der Rolltreppe?</i>			
<i>Gehe ich Strecken bis 1 km zu Fuß?</i>			

Auswertung*

- Wenn Du dieses Symbol 9 – 10-mal angekreuzt hast, kannst du dich als sehr bewegt und bewegungsfreudig bezeichnen! Bleib weiter so bewegt!
- Wenn Du dieses Symbol 3 – 8-mal angekreuzt hast, musst du aufpassen, dass du nicht zum Bewegungsmuffel wirst. Also – suche mehr Bewegung!
- Hast Du dieses Symbol 9 – 10-mal angekreuzt, kann man dich als Bewegungsmuffel bezeichnen! Aber – du kannst leicht bewegungsreicher werden! Die Broschüre bietet bereits einige Bewegungspfade und Anregungen!

* Bei körperlichen und gesundheitlichen Einschränkungen ist diese Auswertung nicht zu verwenden!



KINDERFREUNDLICHKEITS-CHECK FÜR ERWACHSENE

„KINDERWELT IST BEWEGUNGSWELT“

Kinderfreundlich zu sein, heißt, Jungen und Mädchen entsprechend ihrer Individualität (u.a. Ressourcen, Erfahrungen, Kompetenzen) eine angemessene Persönlichkeitsentwicklung unter kindgerechten Lebensbedingungen zu ermöglichen!

Nur Mut – nehmen Sie sich selbst einmal unter die Lupe!

Denn erst eine ehrliche Selbsteinschätzung ermöglicht u.a.:

- ▶ *Verstehens- und Sensibilisierungsprozesse bei sich selbst in Gang zu bringen*
- ▶ *Erinnerungslücken zu schließen*
- ▶ *eigene Zielmaßstäbe, Haltungen und Einstellungen zu überdenken*
- ▶ *Wissensdefizite zu kompensieren*
- ▶ *über die Vorbildwirkung nachzudenken*
- ▶ *Verantwortung zu übernehmen*
- ▶ *für ein kinderfreundliches Bewegungsumfeld zu sorgen*
- ▶ *Lobbyist/Lobbyistin (Anwalt/Anwältin) für Kinder zu werden*
- ▶ *neue Wege zu gehen*
- ▶ *beweglicher für die Sache „Kinderwelt ist Bewegungswelt“ zu werden*

Bewerten Sie sich selbst!

Kreuzen Sie an

- „ja/trifft zu“
- „weiß nicht“
- „nein/trifft nicht zu“

Die Fragen spiegeln den Erfahrungsprozess eines Erwachsenen wider, der mit Hilfe von Selbstreflexion Lobbyist für Kinder und ihre Bewegungswelt wurde!

Zu Ergänzungen wird ausdrücklich eingeladen!

Wiederholende Antwortbeispiele sind gewollt!



Treffen alle Aussagen über den Wert der Bewegung zu?

- Bewegung ist das einzige integrative Medium in Kindertagesstätten und Schulen und für alle anderen Lernbereiche und Fächer essentielle Voraussetzung
- Bewegung ist für einen ganzheitlichen Entwicklungsprozess unverzichtbar
- Bewegung baut die sensomotorische Intelligenz in den frühen Entwicklungsstufen mit auf
- Bewegung ermöglicht erst eine mimische und gestische Verständigung
- Bewegung ermöglicht erst eine sprachliche Verständigung
- Bewegung ist die Grundlage für alle Arbeitstätigkeiten, künstlerischen Tätigkeiten
- Bewegung fördert maßgeblich die Ich-, Sach- und Sozial-Kompetenz
- Bewegung fördert die sensorische, körperliche, motorische, geistige, psychische und soziale Entwicklung
- Bewegung unterstützt die Erarbeitung von Entwicklungsvorsprüngen
- Bewegung ist die Grundlage für alle Lernbereiche, u.a. für das Sprechen, Schreiben und Rechnen oder für handwerkliche Prozesse
- Bewegung trägt Denken nach außen
- Bewegung kann mehr ausdrücken als Worte
- Bewegung inszeniert und reproduziert Interaktionsformen
- Bewegung unterstützt die sensorische Entwicklung, z.B. Synapsenbildung, Informationsaufnahme, den konzentrativen Wachheitsgrad, das Erleben des eigenen Körpers, die Handhabung von Materialien
- Bewegung unterstützt die motorische Entwicklung, z.B. Reaktionsmuster für Alltagshandlungen, Handlungsplanung, -steuerung und -kontrolle
- Bewegung unterstützt die körperliche Entwicklung, z.B. Herz-Kreislauf-System, Atemapparat, Bewegungsapparat, Wachstum, Durchblutung, Immunsystem
- Bewegung unterstützt die geistige Entwicklung, z.B. Vorstellungsvermögen, Bewegungsgedächtnis, Informationsverarbeitung
- Bewegung unterstützt die psychische Entwicklung, z.B. Selbstvertrauen, Selbsttätigkeit, Bewegungsfreude, Motivation, Stimmungen
- Bewegung unterstützt die soziale Entwicklung, z.B. Kontakte, Kooperationsfähigkeit, Regelverständnis, soziale Sensibilität
- ...

Leistet Bewegung für die folgenden überfachlich vernetzten Erziehungsaufgaben einen besonderen Beitrag?

- Gesundheitserziehung
- Sicherheitserziehung
- Verkehrserziehung
- Koedukative Erziehung
- Interkulturelle Erziehung
- Umwelterziehung
- ...



Spielt Bewegung für Kinder eine besondere Rolle?

- Kinder wollen sich lustvoll und mit Freude bewegen
- Kinder wollen etwas können
- Kinder wollen mit anderen Kindern spielen
- Kinder wollen, dass Erwachsene sie sehen und verstehen
- Kinder wollen mit Erwachsenen spielen
- ...

Brauchen Kinder vielfältige Bewegungsorte und Bewegungsgelegenheiten?

- Die räumlich nicht einengen, die zur Kreativität anregen und in denen sich der Bewegungsdrang spontan und frei ausleben lässt
- Die ihnen ausreichend Zeit zum Spielen lassen
- Die ihnen ein eigenständiges, unangeleitetes und aktives Agieren ermöglichen
- Die viele gemeinsame Bewegungen mit anderen Kindern oder Erwachsenen erlauben
- Die sicher zu erreichen und zu nutzen sind
- ...

Welche Bewegungsorte und Bewegungsgelegenheiten möchten Kinder vornehmlich nutzen?

- Natürliche Bewegungsorte wie Grünflächen, kommunale Grünanlagen, Parkanlagen, Wälder, Felder, ...
- Bewegungsorte in Wohnanlagen, wie verkehrsberuhigte Straßen, Spielstraßen, Innenhöfe, Grünflächen vor dem Haus, Garten, Mauern, Schulwege, ...
- Bewegungsort Wohnung
- ...

Treffen folgende Aussagen zu, was Kinder negativ bewegt?

- Kinder-Bewegungsgeräusche werden nicht selten als Belästigung gerichtlich angeklagt
- Kindheit mutiert immer mehr zu einer veranstalteten Kindheit
- Stadtplanerische Überlegungen orientieren sich häufig an der Anzahl vorhandener Autos
- Lebensräume werden zunehmend spezialisiert
- Nischen, Lücken und unbebaute Flächen sind verloren gegangen
- ...

Wie und wo werden Bewegungsansprüche von Kindern behindert?

- Durch triste Hinterhöfe
- Durch öde Parkanlagen
- Durch asphaltierte Schulhöfe
- Durch zubetonierte Hinterhöfe
- Durch beengte Wohnverhältnisse
- Durch zugeparkte Gehsteige
- Durch dichten Straßenverkehr
- Durch künstliche Anregungsräume
- Durch technische Gehhilfen wie Rolltreppen



- Durch Verbote wie „Ballspielen verboten!“
- Durch defekte Spielgeräte
- Durch fantasielose und normierte Spielplätze, wo Kinder bespielt, gespielt, gerutscht werden
- ...

Was vermissen Kinder durch die Einschränkungen von Bewegungsansprüchen?

- Vielfältige Sinnangebote
- Altersgemischte Erfahrungen
- Soziale Beziehungen unter Gleichaltrigen
- Zusammenhängende Lebensräume, Erfahrungs- und Handlungsspielräume
- Eine Kontrolle, die sie vor einer starken Vereinnahmung schützt wie Moden, Kinderserien, unkontrollierter konsumierter Überfrachtung
- Partizipation am öffentlichen Leben
- Erfahrungen aus erster Hand wie körperlich-sinnlicher Umgang mit den Dingen des Lebens; Eigentätigkeit
- Hilfen gegen eine mediale Überfütterung/einen Mediendruck
- Zeit und Terminübersicht
- Auflösung einer beängstigenden Einschränkung von Spielerfahrungen wie Reduzierung auf Betätigen von Knöpfen, Tasten oder Hebeln
- Ausreichende Räume und keine gefährlichen Spielstraßen
- Natürliche Lebensräume
- ...

Welche Konsequenzen mangelnder Bewegungserfahrungen bewegen Kinder?

- Sie sind häufiger nervöser, ungeordneter, gestörter, streitbereiter
- Sie können sich weniger aneignen, erobern, initiieren, verändern, kreativ sein
- Sie trauen sich weniger zu, sind entmutigter
- Sie sind häufiger lustlos, übersättigt, gelangweilt
- Sie leiden mehr unter chronischen Krankheiten und zunehmenden Gesundheitsbeeinträchtigungen wie motorischen Defiziten
- Sie zeigen häufiger Lernstörungen, emotionale, soziale Auffälligkeiten
- Sie leiden mehr unter einer instabilen Gemütsverfassung, einem geringeren Spektrum sozial-emotionaler Erfahrungen
- Sie sind häufiger unkonzentriert, wenig ausdauernd und vermeiden zunehmend Anstrengung
- Sie streben immer mehr nach einem konsumierten Verhalten und einer grenzenlosen Bedürfnisbefriedigung
- Sie besitzen eine geringere Frustrationstoleranz und ein stets größer werdendes Enttäuschungsempfinden
- Sie offenbaren zunehmend mangelnde Organleistungsfähigkeiten und eine verringerte körperliche Belastbarkeit
- Ihre motorische Koordinationsfähigkeit ist beeinträchtigt
- Sie werden zunehmend übergewichtig
- Sie haben vermehrt Haltungsschwächen und -schäden
- ...



Was bewegt viele Erwachsene, wenn sie hören, was Kinder bewegt?

- Zu viele Erwachsene können und wollen sich nicht in Kinderwelten einfühlen
- Zu viele Erwachsene setzen sich nicht für das kindliche Grundrecht auf Bewegung ein
- Zu viele Erwachsene haben Erinnerungslücken an ihre Kindheit
- Zu viele Erwachsene sind bewegungslos geworden
- Zu viele Erwachsene verstehen den Wert der Bewegung nicht
- Zu viele Erwachsene sind nicht bereit, weiter zu lernen
- ...

Verfüge ich über Kompetenzen, auf Kinder einzugehen, um sie zu verstehen?

- Finde ich ihre Pfade und Spuren und kann ich ihnen folgen
- Gelingt es mir durch sorgfältiges Zuhören und genaues Hinsehen Pfade zu lesen
- Kann ich herausfinden, welche realen Bewegungsbedürfnisse Jungen und Mädchen haben
- Kann ich mich in Kinderwelten einfühlen, um herauszufinden was Kinder vorhaben, welche Motive sie antreiben
- Weiß ich, was sie bewegt und verstehe ich ihr Bewegungsverhalten
- Weiß ich, wie ich ihrem Tun einen Sinn gebe, ob ich ihr Tun wertschätze, wie ich sie unterstütze, damit sie ihr Tun realisieren können
- Weiß ich möglichst viel von ihrer Individualität wie Alter, Erfahrungsniveau (Wissen und Können), Interessen und Neigungen, personale Eigenschaften/Haltungen (emotionale, motivationale und soziale Kompetenzen), Lernverhalten und Arbeitsweisen, von der aktuellen Befindlichkeit und Lebensumwelt des Kindes
- ...

Bin ich mir meiner Haltung und Einstellung im Umgang mit Kindern bewusst?

- Ist mir bewusst, dass eine unausgeglichene Emotionalität das Verhalten der Kinder nachteilig beeinflussen kann?
- Entwickle ich ausreichende Empathie für die Kinder; akzeptiere ich z.B. ihre Angst, spreche ich mit ihnen darüber?
- Bin ich mir bewusst, dass meine eigene Sportsozialisation z.B. Ängstlichkeit verstärken kann? Kann ich meine eigenen Ansprüche den Interessen der Kinder unterordnen?
- Bin ich geduldig genug mit z.B. ängstlichen Kindern und biete ich ihnen ausreichende angstfreie Erfahrungsmöglichkeiten?
- Wähle ich stets eine angstfreie Körpersprache und Sprache; z.B. nicht „du musst“, sondern „du darfst“?
- Berücksichtige ich ihre Lebenshintergründe, so weit ich sie kenne?
- Bin ich bereit, Kindern z.B. meine eigene Ängstlichkeit zu zeigen und mit ihnen darüber zu reden?
- Beteilige ich sie an der Wahl der Inhalte? Gebe ich ihnen genügend Zeit, Raum und Materialien?
- Stelle ich häufig zu viele Forderungen und setze sie damit unter Druck z.B. Wettkampfdruck?
- Bin ich bereit, mir Zeit zu nehmen, ihre individuellen Ansprüche zu fördern und gemeinsam mit ihnen etwas zu machen?
- Bin ich zu ängstlich und verhindere aktives Erleben?
- ...



Ist mir bewusst, wodurch ich individuelle Ressourcen (Motivation und Lernfähigkeit) von Kindern aktiviere?

- Wenn sie Situationen verstehen und durchschauen können
- Wenn sie Ereignisse aus eigener Kraft bewältigen, wenn sie selbst wirksam und eigenständig sein können
- Wenn sie Sinn in ihrem Tun sehen und es für den Alltag gebrauchen können
- Wenn sie über ein positives Selbstkonzept verfügen und sich ihr Handeln aus den eigenen Fähigkeiten, dem eigenen Können begründet
- Wenn sie Wertschätzung erfahren, sich auf soziale Unterstützung verlassen können und Vorbilder in Erwachsenen haben
- Wenn sie vorhandene Fähigkeiten erkennen und eigenständig nutzen können
- Wenn sie durch Anstrengung selbstständig Ziele erreichen können
- ...

Bin ich Anwalt/Anwältin von Kindern?

Treffen für mich die folgenden Leistungen zu?

- Ich schaue nicht weg
- Ich ergreife Partei für sie
- Ich trete für ihre Autonomie ein
- Ich schränke sie nicht ein
- Ich bringe Nachteile für sie zur Sprache
- Ich garantiere ihnen Erfahrungen aus erster Hand
- Ich wehre mich gegen Normen, Regeln, Gesetze, die Kinder krank machen
- Ich setze mich gegen das Anwachsen von Gesundheitsbeeinträchtigungen der jungen Generation ein
- Ich halte Kontakt zu den Kindern und suche mit Kindern gemeinsam Lösungen gegen Bewegungseinschränkungen
- Ich identifiziere mich mit der Sache „Kinderwelt als Bewegungswelt“ und mache mich sachkundig, lasse mich informieren und beraten
- Ich verhalte mich kinderfreundlich, z.B. umfahre ich möglichst Spielstraßen oder übernehme eine Spielplatzpatenschaft
- Ich setze mich für die Rückgewinnung von verloren gegangenen Bewegungsräumen ein
- Ich bin offen für Neues
- Ich beteilige mich mit anderen Erwachsenen daran, für Kinder unterstützende Netzwerke aufzubauen und zu sichern
- ...



Können die folgenden konkreten Handlungen helfen, die Kinderwelt wirklich zu einer Bewegungswelt zu machen?

- Gemeinsam mit anderen Erwachsenen alte Bewegungsorte zurückgewinnen oder neue schaffen
- Spielplatz-Patenschaften übernehmen
- Vermehrt Straßen als Spielstraßen einrichten
- Mit Nachbarn gemeinsam bei Kinderlärm kinderfreundliche Lösungen suchen
- Mit anderen Erwachsenen wie Eltern oder Partnern in Einrichtungen (Schulen, Sportvereinen, Kindertagesstätten, Horten und Heimen) zusammenarbeiten
- ...

Verfüge ich über folgende didaktisch-methodischen Fähigkeiten, die für den Umgang mit Kindern wichtig sind?

- Kinder wertfrei beobachten
- Erziehende Prinzipien des Lernens berücksichtigen wie Mehrperspektivität, Erfahrungsorientierung/Handlungsorientierung, Reflexion, Verständigung, Wertorientierung
- Grundsätze der Gestaltung von Bewegungsangeboten und -vorhaben berücksichtigen wie Individualisieren und Integrieren, Öffnen und Anleiten, Üben und Anwenden, Erfahren und Begreifen
- Didaktische Handlungsprinzipien berücksichtigen wie Offenheit, Anforderungscharakter, Freiwilligkeit, Zwanglosigkeit, Wahlmöglichkeit, Entscheidungsmöglichkeit, Initiativmöglichkeit
- Motivationshilfen geben wie spannende, abwechslungsreiche, erlebnisreiche und sinnhafte Anregungen, die in alltagsnahen, nachvollziehbaren Bezügen für Kinder stehen
- Differenzierungsmöglichkeiten nutzen wie Variation von Gerätearrangements/Bewegungsbaustellen/Bewegungslandschaften, Materialien
- Integrationshilfen berücksichtigen wie einführendes, nicht wertendes Verhalten, keine Über-/Unterforderung; druckfreie Situationen anbieten, Vermeidung zu frühen Eingreifens in den Lernprozess; Impulse gehen vom Kind aus, Schutz vor Außenseiterstellung
- ...

Sind die folgenden Aspekte Voraussetzungen, um ein kindgerechtes Bewegungs-Vorbild zu sein?

- Innerlich bewegt sein
- Über vielfältige Bewegungserfahrungen verfügen
- Sich selbst täglich ausreichend bewegen
- Bewegung wichtiger als Fernsehen, Radio, Video einschätzen
- Fast immer Bewegung vor „bewegt werden“ vorziehen, Treppe statt Rolltreppe
- Sich auch bei regnerischem Wetter bewegen; auch in der Wohnung
- Kürzere Strecken häufiger zu Fuß gehen
- ...



Wie werde ich Lobbyist/Lobbyistin für Kinder

- Indem ich versuche, meine Wissensdefizite über den Wert der Bewegung auszugleichen
- Indem ich versuche, Kinderbedürfnisse zu sehen
- Indem ich bereit bin, mich Verstehens- und Sensibilisierungsprozessen zu stellen
- Indem ich meine innere und äußere Bewegtheit, meinen Einsatz für mehr Bewegung für Kinder unter die Lupe nehme
- Indem ich regelmäßig ausprobiere, wieder mehr selbst zu erfahren, selbst zu erleben
- Indem ich mich für die Realisierung von Bewegungsrechten für Kinder einsetze
- Indem ich mich als Vorbild verhalte
- Indem ich den Zielmaßstäben folge, die ich auch an Kinder anlege
- Indem ich Beziehungen zum Kind sichere
- Indem ich Verantwortung übernehme
- Indem ich weiter lerne
- ...

Selbst-Auswertung

Kinder werden Ihnen danken, dass Sie bereits bewegt genug sind, um darüber nachzudenken, was Kinder bewegt!

Wenn Sie nicht alle Fragen mit „ja/trifft zu“ beantwortet haben, so kann das beispielsweise daran liegen

- ▶ dass diese Antworten für Ihren Verstehens- und Sensibilisierungsprozess „Kinderwelt ist Bewegungswelt“ nicht bedeutsam sind.
Empfehlenswert ist es, eigene Antworten zu suchen!
- ▶ dass Sie noch beweglicher für die Sache werden könnten!
Empfehlenswert ist es, noch weiter an sich zu arbeiten, weiter zu lernen, um noch kinderfreundlicher zu werden!

Nur kinderfreundliche Erwachsene können Kindern ihre Bewegungswelt sichern, die sie unbedingt für die Entwicklung ihrer Zukunft brauchen!

Kinder sind auch für Erwachsene die Zukunft!



Abbildungsnachweise/Quellen/Literatur

- ▶ **Antonovsky A.** (1997): *Salutogenese*.
Tübingen
- ▶ **Balster, K.** (1999): *Kindheit ist Bewegungszeit*.
Zeitschrift: Sport-Praxis, Heft 1. Limpert-Verlag. Wiebelsheim
- ▶ **Balster, K.** (1999): *Uns bewegt, was Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen bewegt*
In: Dokumentation zur Auftaktveranstaltungen der SJ NRW zum Projekt „Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen. Hachen, 30.7.-1.8.99
- ▶ **Balster, K.** (1999a): *Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen – Teil 3*.
Sportjugend NRW (Hrsg.). Duisburg
- ▶ **Balster, K.** (2000): *Was Kinder bewegt, sollte auch uns Erwachsene bewegen!*“
Einführungsvortrag beim Kongress „Spielraum und Bewegung“. Hannover, 6.4.2000
- ▶ **Balster, K.** (2000a): *Was Kinder bewegt, muss auch Erwachsene bewegen! – oder „Manchmal möchte ich lieber ein Auto sein!“ – Aphorismen, Gedichte und Geschichten*
LSB/Sportjugend NRW (Hrsg.). Duisburg
- ▶ **Balster, K.** (2000b): *Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen – Teil 1*.
Sportjugend NRW (Hrsg.). 5. Auflage Duisburg
- ▶ **Balster, K.** (2000c): *Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen – Teil 2*.
Sportjugend NRW (Hrsg.). 2. Auflage Duisburg
- ▶ **Balster, K.** (2001): *Man sieht Kinder – versteht man sie auch? Oder von den nachhaltigen Erinnerungslücken der Erwachsenen von ihrer Kindheit*
In: Dokumentation des KSB Viersen – Fachtagung „Kindheit in Bewegung“
8.9.2001
- ▶ **Balster, K.** (2002): *Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen – Teil 4*.
Sportjugend NRW (Hrsg.). 2. Auflage Duisburg
- ▶ **Behnken, I./Zinnecker, J.** (Hrsg.) (2001): *Kinder, Kindheit, Lebensgeschichte*.
Seelze
- ▶ **Bös, K.** (1999): *Das Bewegungstagebuch eines durchschnittlichen Grundschülers - Abbildung*.
Aus dem Referat von Völker, K.: Zur Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen aus Sicht der Medizin
In: LSB NRW : Lobby für den Schulsport. Duisburg 2001
- ▶ **Brinkhoff, K.-P.** (1994): *Kinder wie die Zeit vergeht – Über den Wandel der modernen Kindheit*
In Olympische Jugend 2/94 der DSJ. Frankfurt
- ▶ **Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend** (1999):
Die Rechte der Kinder von logo einfach erklärt. Berlin
- ▶ **Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend** (2002):
11. Kinder- und Jugendbericht des Bundes – Zusammenfassung. Berlin
- ▶ **Detting, W.** (2001): *Die Stadt und ihre Bürger*.
Gütersloh

- ▶ **Deutscher Bundestag** (ohne Datum): *Kinderkommission im Deutschen Bundestag.*
Bonn
- ▶ **Eccles, E.** (1979): *Plastizität dendritischer Spine-Synapsen.*
In: Völker, K. (2000): Zur Bedeutung der Bewegung aus medizinischer Sicht. Dokumentation der Auftaktveranstaltung der Sportjugend NRW „Uns bewegt, was Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen bewegt! Duisburg 2000
- ▶ **Ehni, H. u.a.** (1982): *Kinderwelt: Bewegungswelt.*
Velber
- ▶ **Funke-Wieneke, J.** (2000): *Die pädagogische Bedeutung des Judo für Kinder und Jugendliche.*
in: Pöhler, R. (Hrsg.)/Schladt, H. (Red.): Judo und Pädagogik – Workshop 1999
Frankfurt 2000
- ▶ **Graichen, J.** (1988): *Neurologische Aspekte von Bewegung und Sprache.*
In: Irmischer, T./Irmischer, E.: Bewegung und Sprache. Schorndorf
- ▶ **Grundgesetz BRD** (1998).
Bonn
- ▶ **Hurrelmann, K.** (2001): *Entwicklungs- und Gesundheitsprobleme von Jugendlichen.*
In: Jugendarbeit in Sportvereinen – Anspruch und Wirklichkeit
LandesSportBund NRW, S. 20-35, Duisburg
- ▶ **Israel, S.** (1976): *Die Bewegungskoordination frühzeitig ausbilden.*
In: Körpererziehung 26 (1976) 11, 501-505
- ▶ **Kiphard, E. J.** (1982): *Bewegungs- und Koordinierungsschwächen im Grundschulalter*
Schorndorf
- ▶ **Kultusministerium Nordrhein-Westfalen** (1985): *Richtlinien und Lehrpläne für die Grundschule NRW – Sprache und Mathematik.*
Düsseldorf
- ▶ **Landesverfassung NRW** (29.1.2002): *Aufnahme von Kinderrechten – Änderung des Artikels 6: Kinder und Jugendliche.*
Düsseldorf
- ▶ **Lorenz, K.-H./Stein, G.** (1988): *Eltern-Kind-Turnen.*
Celle
- ▶ **Ministerium für Frauen, Jugend, Familie und Gesundheit des Landes Nordrhein-Westfalen** (1999): *7. Kinder- und Jugendbericht der Landesregierung NRW.*
Düsseldorf
- ▶ **Ministerium für Schule und Weiterbildung, Wissenschaft und Forschung des Landes Nordrhein-Westfalen** (1999): *Grundschule – Richtlinien und Lehrpläne Sport.*
Düsseldorf
- ▶ **Peiffer, L./Wolf, N.** (2000): Partner für eine bewegte Kindheit.
Celle
- ▶ **Prohl, R./Seewald, J.** (Hrsg.) (1995): *Bewegung verstehen.*
Schorndorf



- ▶ **Roth, G.** (1994): *Das Gehirn und seine Wirklichkeit.*
Frankfurt
- ▶ **Roth, G.** (2001): *Fühlen, Denken, Handeln*
Frankfurt
- ▶ **Schacter, Daniel L.** (1999): *Wir sind Erinnerung.*
Hamburg
- ▶ **Schilling, F.** (2000): *Kindliche Motorik und Lesenlernen.*
In: Haase, P.: Schreiben und Lesen lehren und lernen. S. 243 - 253. Dortmund
- ▶ **Schipperges, H.** (2001): *Modell der gesunden Lebensführung*
in: LSB-NRW Konzept – Handlungsfeld „Sport und Gesundheit“, Duisburg
- ▶ **Singer, W.** (1990): *Hirnentwicklung und Umwelt. Gehirn und Kognition.*
Heidelberg
- ▶ **Spitzer, M.** (2001): *Wie unser Gehirn lernt.*
In: Forum Schule 2 (2001) 1, 14-15, Landesinstitut für Schule und Weiterbildung
NRW
- ▶ **Sportjugend NRW** (1995): *Kinderpolitische Plattform der Sportjugend NRW.*
Duisburg
- ▶ **UNICEF** (2000): *Für alle Kinder.*
Limburg-Kevelaer
- ▶ **Weineck, J.** (2000): *Bewegung und Sport – wozu?*
Forchheim
- ▶ **Zimmer, R.** (2001): *Was Kinder stark macht.*
Freiburg
- ▶ **Zimmer, R./Hunger, I.** (Red.) (2001): *Kindheit in Bewegung.*
Schorndorf

Übersicht der Bewegungsvorschläge zu den Tafeln

Tafel 1 Ihr seid ein Luftballon, der aufgeblasen wird. Atmet ganz tief ein und lasst dann die Luft langsam aus Euch herausströmen.

Tafel 2 Hüpf ein- und zweibeinig von der Tafel weg und zu ihr zurück.

Tafel 3 Spaziert in Zeitlupe vor der Tafel hin und her.

Tafel 4 Macht die Bewegungen von einem Menschen nach, der zuhört, der schimpft, der laut lacht, der pfeift.

Tafel 5 Geht rückwärts von der Tafel weg und zu ihr zurück.

Tafel 6

- Hüpf den Hampelmann
- Wäscht symbolisch Eure Hände – erst schnell, dann langsam
- Berührt mit der rechten Hand hinter dem Rücken den linken Fuß und umgekehrt

Tafel 7 Orientiert euch, wo die Tafel 7 A steht. Geht mit geschlossenen Augen dorthin.

Tafel 7A *Tasten*

Im blauen Sack sind Gegenstände zum Fühlen. Greift hinein und ertastet im Sack die glatteste und die raueste Oberfläche.

Hören

Im roten Sack sind Gegenstände, die klingen. Probiert und findet den höchsten und tiefsten Ton.

Sehen

Stellt euch ruhig vor die Tafel und bewegt nur die Augen. Verfolgt mit den Augen die grüne Linie – einmal hin und wieder zurück. Springt mit den Augen von Zahl zu Zahl (von 1 nach 2 nach 3 usw., von 10 zurück zu 1).

Empfinden

Seht euch die Bilder an und probiert es nachzumachen.

- Macht euch ganz klein und richtet euch dann auf, bis ihr ganz groß seid.
- Seid eine Marionette, deren Körperteile nach und nach die Spannung verlieren und ganz kraftlos werden. Spannt dann den Körper wieder an.
- Nehmt eine Körperstellung ein und verbleibt darin einige Augenblicke – wie ein Denkmal.

Riechen

Auf dem Tisch stehen 10 Dosen. Riecht an den Dosen und versucht herauszufinden, welcher Geruch das ist.

Gleichgewicht halten

Seht euch die Bilder an und probiert es nachzumachen.

- Dreht euch zweimal um die eigene Achse und bleibt wie versteinert stehen, ohne den Platz zu verlassen.
- Steht eine Zeit lang auf einem Fuß, dann auf dem anderen Fuß. Könnt ihr dabei auch für eine kurze Zeit die Augen schließen?
- Balanciert etwas, was ihr in den Taschen habt, auf dem Kopf oder der Schulter. Könnt ihr die Gegenstände auch im Gehen balancieren?

Hinweis für örtliche Aussteller:

Bei entsprechender Raumgröße können die Tafeln zu einem erlebnisreichen Sinnesangebot aufgebaut werden. Eine Aufbaumöglichkeit befindet sich auf S. 109.



- Tafel 8** Spielt ohne Worte, wie ihr euch zu Hause bewegen könnt (Treppe steigen, auf einen Stuhl setzen, auf dem Bett hopsen...)
- Tafel 9** Ahmt eure Lieblingssportarten nach. Zu mehreren könnt ihr daraus ein Quiz machen.
- Tafel 10** Probiert selbst gewählte Kunststücke mit und ohne Materialien.
- Tafel 11** Geht noch einmal durch die Ausstellung. Auf jeder Tafel findet ihr einen farbigen Buchstaben in der Überschrift. Alle Buchstaben hintereinander ergeben zwei Wörter. Den letzten Buchstaben findet ihr auf Tafel 12.
- Tafel 12** Dreizehn Tafeln = dreizehn Buchstaben = BEWEGTE KINDER

Bewegungsvorschläge für drinnen und draußen und für gemeinsames Bewegen kleiner und großer Leute

Drinnen spielen

s. *Kapitel 7, S. 52 - 56*

s. *Kapitel 8, S. 61*



Draußen spielen

s. *Kapitel 7, S. 52 - 56*

s. *Kapitel 8, S. 60 - 62*



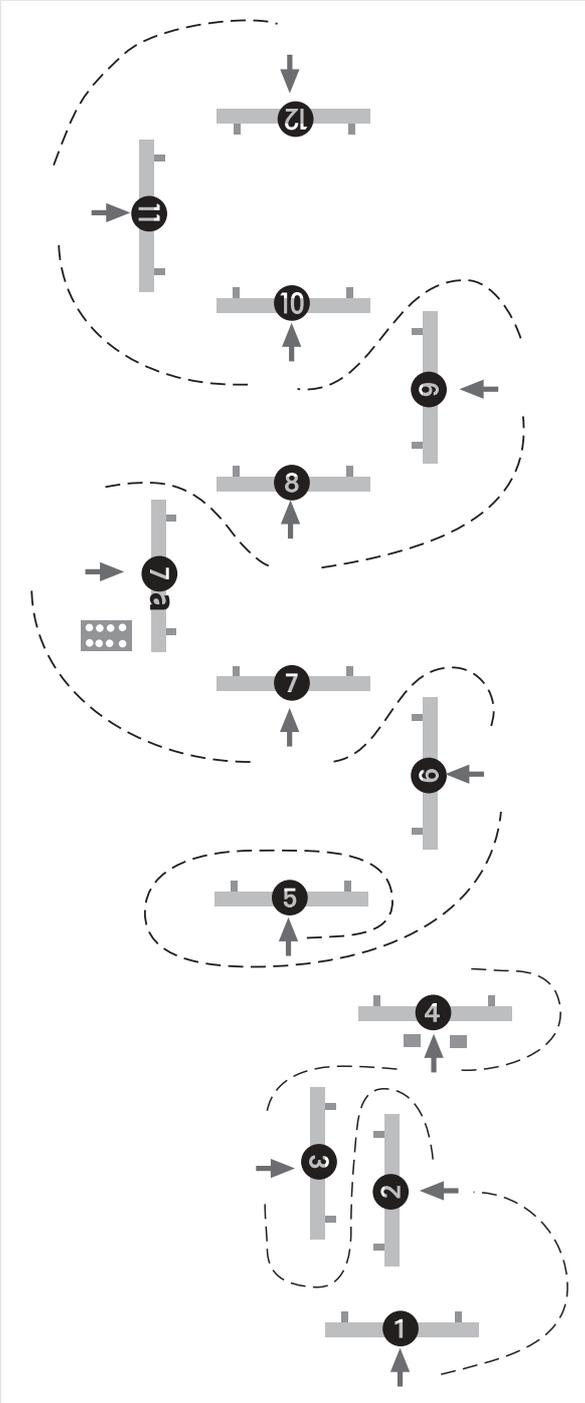
Gemeinsames Bewegen kleiner und großer Leute

s. *Kapitel 7, S. 52 - 56*

s. *Kapitel 8, S. 60 - 62*



Die Ausstellung – Ausstellungsaufbau und Verleihmodalitäten –



Eigentümer und Verleiher:

LandesSportBund Nordrhein-Westfalen,
Friedrich-Alfred-Straße 25, 47055 Duis-
burg.

Auskunft erteilt:

Wolfgang Schneider, Tel. 0203/7381-887
E-mail: wolfgang.schneider@lsb-nrw.de

Form:

Aluminium-Steck-System. Es handelt sich um einzelne Alu-Displays mit rollbaren Grafikpanels in der Größe von 220 cm Höhe und 120 cm Breite. Die Ausstellung besteht aus insgesamt 13 Grafikdisplays. Das System ist sehr ausleihfreundlich. Jedes Motiv ist in einem Transportköcher (Ø 14 cm, 122 cm hoch, ca. 4 kg schwer) verpackt.

Zusätzlich zu Tafel 7A müssen die Aussteller einen Tisch bereitstellen, um die in einer Kiste verpackten Materialien für Sinneserfahrungen auslegen zu können.

Ausleihverfahren:

Die Ausstellung muss schriftlich unter genauer Angabe des gewünschten Ausleihverfahrens angefordert werden. Die Zusage erfolgt nach Reihenfolge der Anfragen. Der Entleiher muss die Ausstellung auf eigene Kosten abholen und zurückbringen.

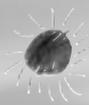
Im Interesse aller Ausleiher bitten wir, die vereinbarten Termine unbedingt einzuhalten.

Kosten:

Für die Entleihe entstehen Tageskosten von 3.50 € plus MwSt.

Ein Beispiel, wenn die Ausstellungsform zum ausgiebigen Wahrnehmen – Bewegen – Denken – Spüren – Erleben – Verstehen einladen soll.

Um die Ausstellung in dieser Form aufzustellen, bedarf es einer Raumgröße von ca. 15 x 5 m. Es empfiehlt sich, den Ausstellungsweg z.B. durch Pfeile auf dem Boden zu markieren. Natürlich kann die Ausstellung auch in anderer Form (im Kreis, an einer Wand entlang ...) aufgebaut werden.



Die Ausstellung – Impressum –

Herausgeber: Woche des Sports, Ruhrfestspiele Recklinghausen

Projektleitung: Dr. Klaus Balster

Projektteam: Birgitt Alefelder
Jürgen Driever
Michael Heise
Joachim Lehmann

Gestaltung: media team Duisburg

Illustrationen: Claudia Richter

Fotos: media team und LandesSportBund NRW

Woche des Sports

Schirmherr: Dr. Michael Vesper, Minister für Städtebau und Wohnen,
Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen

Träger: Deutscher Gewerkschaftsbund
Deutscher Sportbund
Ministerium für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport
LandesSportBund Nordrhein-Westfalen
StadtSportVerband Recklinghausen
Stadt Recklinghausen

Programmausschuss:

Bernd Sillenberg, Ministerium für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport
Klaus Brings, Ministerium für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport
Gisbert Aluttis, Ministerium für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport
Günther Dvôrák, Bezirksregierung Münster
Andreas Klages, Deutscher Sportbund
Michael Heise, LandesSportBund Nordrhein-Westfalen
Jochen Laux, Deutscher Gewerkschaftsbund
Hans Josef Bjon, Stadt Recklinghausen
Hans Timmermann, Stadt Recklinghausen
Werner Fimpeler, Stadt Recklinghausen
Werner Metz, Stadt Recklinghausen

Informationen und Auskunft:

Koordinationsbüro Woche des Sports, Ruhrfestspiele Recklinghausen,
Fachbereich Schule und Sport (40/3)
Hubertusstraße 44, 45657 Recklinghausen
Telefon (02361) 90426-2273 und 90426-2274
E-mail: werner.metz@recklinghausen.de / brigitte.kenter@recklinghausen.de

