

Bewegungslandschaften helfen entwickeln

Kinder mit Bewegungsstörungen leiden meist nicht nur an einer grobmotorischen Entwicklungsverzögerung oder an Bewegungsarmut. Vielfach ist ihr unsicheres Körperverhalten Symptom für mangelnde Selbstwahrnehmung und fehlende Selbstsicherheit. Mit dem Konzept der «Bewegungslandschaften» kann diesen Entwicklungshemmnissen erfolgreich begegnet werden.

Jeden Montag strömen 20 bis 30 Kinder in die Turnhalle und helfen motiviert mit, eine Bewegungslandschaft aufzubauen. Manche Kinder studieren den Plan und die dazugehörigen Fotos. Sie holen dann ohne Aufforderung die notwendigen Geräte aus dem Materialraum. Nach einer kurzen Sammlung auf der Turnmatte kann es losgehen. Kaum ist das O.k. zum Start erfolgt, verteilen sich die Kindergartenkinder innert Sekunden in der Turnhalle auf den verschiedenen Gerätekombinationen. Die einen können nicht schnell genug zuoberst auf der aufgestellten Matte sitzen. Mit stolzem Lächeln schauen sie in die Runde und wagen dann ohne zu zögern den Sprung in die Tiefe auf die gut gepolsterte Matte. Andere Kinder sind am Anfang der Lektion eher zurückhaltend. Sie warten, bis sich das Getümmel auf den neuen Konstruktionen etwas gelegt hat, und tasten sich dann vorsichtig an das Unbekannte heran.

Selbst entscheiden, was man sich zutraut

Ohne Anweisung oder Einmischung der Erwachsenen stehen einige Kindergärtler diszipliniert in einer Warteschlange hinter dem Schwedenkasten. Sie nehmen ohne Probleme die Herausforderung an, sich an den Schaukelringen haltend vom Kasten hinunterzuschwingen. Andere hingegen benutzen lieber die Angebote am Boden. Kinder mit guten motorischen Fähigkeiten haben das Körpergefühl bereits so weit entwickelt, dass sie beim Schwingen die Schaukelringe im richtigen Augenblick loslassen und dadurch kontrolliert auf der weichen Matte landen können. Als zusätzliche Erschwernis ziehen sich die Sportskanonen mit grossem Krafteinsatz an den Ringen hoch und schwingen in dieser beachtlichen Höhe noch mehrere Male hin und her, hie und da sogar die Beine über den Kopf gestreckt oder zu einem «Päckli» zusammengerollt. Andere sind diesen Schwierigkeiten noch nicht gewachsen und machen es auf ihre Art und Weise, indem sie wiederholt

vom Schwedenkasten springen, ohne die Ringe einzusetzen.

Die Bälle werden vielseitig eingesetzt. Auch Kinder mit feinmotorischen Schwierigkeiten haben beim Prellen mit den Physiobällen ein Erfolgserlebnis. Die Kraft kann gut dosiert und der Ball so besser getroffen werden. Die Kinder legen sich gerne über die Rundung des Balles und wippen sanft hin und her. Dabei werden sie ruhig und entspannt. Eine Verfolgungsjagd quer durch die ganze Halle ist im Gange. Die Bälle dienen gleichzeitig als Wurfobjekt und Schild. Da wird gelaufen, gestossen und geworfen, bis die Kleinen nass geschwitzt sind. Eine Pause, die jederzeit eingelegt werden darf, wird aber nur von wenigen Kindern gemacht. Die Kleinen bewegen sich während zweier Lektionen mehr oder weniger pausenlos und sind nach 1½ Stunden überrascht, dass die Stunde fertig ist.

Das theoretische Konzept

Ein Kind, das in einem wachstumsfördernden Rahmen aufwächst, in dem seine emotionale und soziale Entwicklung unterstützt wird, ist fähig, sich frei und autonom zu entscheiden. Unter diesen Voraussetzungen will und kann es in der Regel lernen, Verantwortung für sein Denken und Handeln zu übernehmen. Seine schöpferischen Anlagen, die sich in ständigem Austausch mit der Umwelt entfalten, gelten als grundlegende Antriebskraft. Dieser Entwicklungsprozess wird auch durch körperlich-motorische Erfahrungen unterstützt.

Das im Buch «Bewegungslandschaften» dargestellte psychomotorische Konzept bietet Kindergarten- und Schulkindern im Alter von fünf bis zehn Jahren die Möglichkeit, ihre motorischen Fähigkeiten auf spielerische und lustvolle Art und Weise zu entwickeln. Die Selbstaktivität und



das damit verbundene Gefühl der Selbstwirksamkeit sind wichtige Faktoren in diesen Bewegungsstunden.

Die Kinder haben dadurch die Möglichkeit, das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu stärken. Das Konzept legt deshalb Wert darauf, dass sich jedes Kind in seinem eigenen Tempo und seinem Können entsprechend ohne Druck und Zwang bewegen kann. Die Kinder sollen auf spielerische Art und Weise ihre motorischen Fähigkeiten entwickeln und ihre eigenen Möglichkeiten und Grenzen kennen lernen. Die Lehrpersonen haben die Rolle von aufmerksamen Beobachtern des Geschehens, sollen aber keine Anweisungen geben und normalerweise keine Hilfestellung anbieten. Sie intervenieren nur, wenn die anfangs festgelegten Vereinbarungen nicht eingehalten werden.

Das Lehrmittel «Bewegungslandschaften»

Das Lehrmittel beinhaltet 28 Lektionen, die systematisch aufgebaut sind und Anreiz geben, eigene Bewegungsmuster und Bewegungsabläufe zu finden und auszuprobieren. Jede einzelne Lektion ist so gestaltet, dass sowohl Kinder mit guten Bewegungsfähigkeiten wie auch solche mit unsicherer Motorik angesprochen und ermutigt werden, das Angebot zu nutzen.

Der Schwierigkeitsgrad nimmt kontinuierlich zu, so dass die Kinder immer wieder vor neue Herausforderungen gestellt werden. Wichtige Elemente, vor allem die Basisfunktionen der Motorik (Wahrnehmung, Koordination, Gleichgewicht, Orientierung im Raum und Feinmotorik) ziehen sich wie ein roter Faden durch alle Lektionen und können auf diese Weise immer wieder geübt und vertieft werden.

In diesen Stunden geht es um ein ganzheitliches Erleben, in dem körperliche, emotionale, soziale und kognitive





Kompetenzen entwickelt werden können. Dabei spielt die Wahrnehmung eine wichtige Rolle. Jedes Kind kann durch die Erfahrung mit verschiedenen Materialien, durch Körperkontakt bei kleinen Kämpfen oder durch gemeinsames Rollen über Matten seine taktil-kinästhetische Wahrnehmung vertiefen. Das Kind arbeitet spontan am System der Eigenwahrnehmung, indem es zum Beispiel einen schweren Mattenwagen stösst, Geräte herumträgt oder beim Seilziehen mitmacht.

Das regelmässige Arbeiten auf der Grundlage des in diesem Buch dargestellten Konzeptes hat sich mit Kindern im Kindergarten auch als präventive Massnahme bewährt. Die meisten Kinder mit leichteren motorischen Entwicklungsrückständen erzielen in diesen Stunden solche Fortschritte, dass sie keine Therapie mehr brauchen. Die Therapiezeit jener Kinder, bei welchen trotzdem noch eine psychomotorische Therapie indiziert ist, verkürzt sich in der Regel.

Jean Ayres beschreibt in ihrem Buch «Bausteine der kindlichen Entwicklung» (1984) die oben erwähnten Erfahrungsmöglichkeiten folgendermassen: «Am intensivsten kommt eine Integration von Sinneseindrücken zustande, wenn das Kind von sich aus einen bestimmten Reiz wünscht und eine Tätigkeit einleitet, durch die es die gewünschten Empfindungen erhalten kann.»

Erica Zeberli-Sigrist
Psychomotorik-Therapeutin ASTP, Lehrerin



Erica Zeberli
Bewegungslandschaften
Anleitung zum systematischen Aufbau nach psychomotorischem Konzept

1. Auflage 2004, 28 Karteikarten A4 laminiert, Broschüre A4, 8 Seiten; 1 Materialliste, in Plastikbox, ISBN13: 978-3-292-00372-0



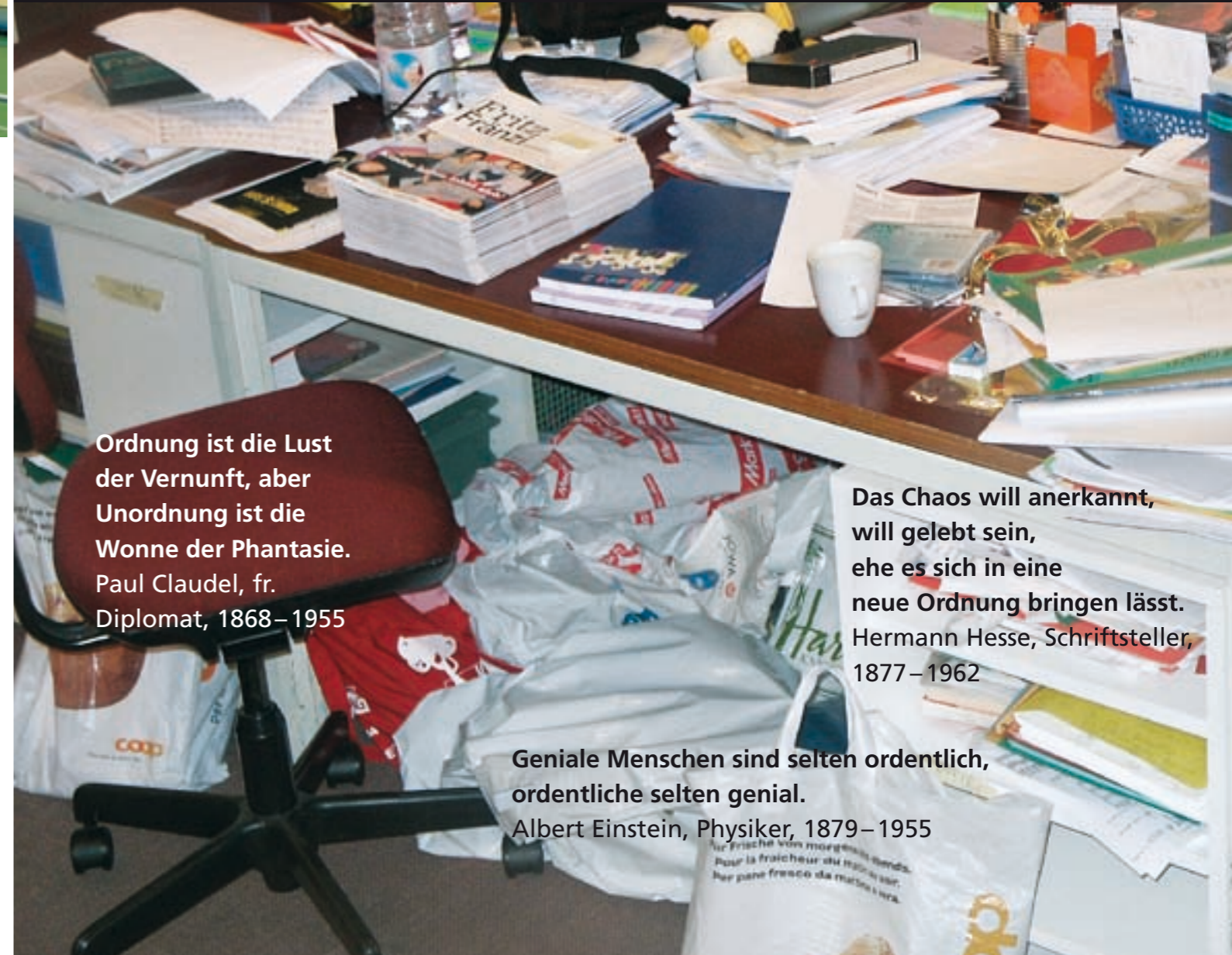
Jean Piaget,
Entwicklungspsychologe
1896–1980



«Ich habe es gern, wenn alles um mich herum durchsichtig ist. Ein gutaufgeräumter Schreibtisch verschafft mir Seelenfrieden.»
Alfred Hitchcock, Filmregisseur, 1899–1980

Die Ordnung in der Unordnung

Zeiten der Ordnung sind die Atempausen des Chaos. Walter Hilsbecher (*1917), dt. Aphoristiker



Ordnung ist die Lust der Vernunft, aber Unordnung ist die Wonne der Phantasie.
Paul Claudel, fr. Diplomat, 1868–1955

Das Chaos will anerkannt, will gelebt sein, ehe es sich in eine neue Ordnung bringen lässt.
Hermann Hesse, Schriftsteller, 1877–1962

Geniale Menschen sind selten ordentlich, ordentliche selten genial.
Albert Einstein, Physiker, 1879–1955