Kinderturnstiftung Baden-Württemberg

Sparda-Bank
freundlich & fair

Kinderturnen

Bewegung, Spiel und Sport im frühkindlichen Bereich

Bewegungserziehung in der frühkindlichen Bildung

Lehrmaterialien für die Ausbildung von Erzieherinnen und Erziehern in Baden-Württemberg

Mechthild Fabri
Elisa Grötzinger
Susanne Heinichen
Sabine Hepp
Stefan König
Sandra Lindenmayer
Babette Nething
Kati Schaarschmidt
Petra Wagner
Eva Zepp

STB
Schwäbischer Turnerbund
Turnen · Gymnastik · Sport

Badischer Turner-Bund e.V.

Gefördert von:

Robert Bosch Stiftung

Projektpartner

Stiftung Sport in der Schule in Baden-Württemberg

Universität Konstanz

Baden-Württemberg
MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT

Kinderturnstiftung Baden-Württemberg
Stiftung Sport in der Schule (Hrsg.)

Bewegungserziehung in der frühkindlichen Bildung

Lehrmaterialien für die Ausbildung von Erzieherinnen und Erziehern in Baden-Württemberg

Autoren
Mechthild Fabri, Elisa Grözinger, Susanne Heinichen, Sabine Hepp, Stefan König, Sandra Lindenmayer, Babette Nething, Kati Schaarschmidt, Petra Wagner, Eva Zepp

IMPRESSUM

Herausgeber: Stiftung Sport in der Schule in Baden-Württemberg
Karl Weinmann
Kinderturnstiftung Baden-Württemberg
Geschäftsstelle
Fritz-Walter-Weg 19
70372 Stuttgart
Tel.: 0711/28077-249
Fax.: 0711/ 28077-272
E-Mail: info@kinderturnstiftung-bw.de
www.kinderturnstiftung-bw.de

Projektleitung: Susanne Heinichen (Kinderturnstiftung Baden-Württemberg)
Ulla Seitz (Landesinstitut für Schulsport, Schulkunst und Schulmusik)

Redaktion: Susanne Heinichen, Ulla Seitz, Verena Gebre, Yasmin Baur-Fettah

Autoren: Mechthild Fabri, Elisa Grözinger, Susanne Heinichen, Sabine Hepp, Stefan König, Sandra Lindenmayer Babette Nething, Kati Schaarschmidt, Petra Wagner, Eva Zepp

Layout Peter-M. Zettler (Stiftung Sport in der Schule)

Fotos Klaus-Eckard Jost

Druck

© Kinderturnstiftung Baden-Württemberg

ISBN-Nr.

Das Handbuch ist entstanden im Rahmen des Projekts „Bewegter Kindergarten“ der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg.
Das Projekt wurde gefördert von der Robert Bosch Stiftung und der Stiftung Sport in der Schule.
Die Lehr- und Lernmaterialien entstanden in Zusammenarbeit mit den Autoren, dem Landesinstitut für Schulsport, Schulkunst und Schulmusik (LIS) und dem Arbeitskreis Motorikzentren am LIS sowie der Pädagogischen Hochschule Weingarten.
Unser besonderer Dank gilt allen, die uns bis jetzt bei der Entwicklung der Handreichung unterstützt haben

Grußwort

Baden-Württemberg
MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT

Die Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport für eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung unserer Kinder ist unumstritten. Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote an Kindertageseinrichtungen gleichen den allgemeinen Bewegungsmangel von Kindern und Jugendlichen mit den damit verbundenen negativen Auswirkungen auf Motorik, physische und psychische Gesundheit aus, wirken präventiv und beeinflussen die kognitiven Lernleistungen positiv.

Aus diesem Grund sollen an den Kindertageseinrichtungen alle Kinder von vielfältigen, qualitativ hochwertigen und möglichst täglichen Bewegungs-, Spiel- und Sportangeboten profitieren. Um die Erzieherinnen und Erzieher für diese Aufgaben vorbereiten zu können, wurde dieses Handbuch für die Lehrkräfte an den Fachschulen für Sozialpädagogik erarbeitet.

Wir danken allen, die bei der Entwicklung und Erarbeitung dieses Handbuches mitgewirkt haben. Besonderer Dank gilt der Kinderturnstiftung, welche in besonderem Maße in materieller, personeller und ideeller Weise zum Gelingen beigetragen hat.

Zur Umsetzung für bewegungsfreundliche Kindertageseinrichtungen durch Erzieherinnen und Erzieher wünschen wir den Lehrkräften an den Fachschulen für Sozialpädagogik viel Freude und Erfolg.

Andreas Stoch MdL
Minister für Kultus, Jugend und Sport
des Landes Baden-Württemberg

Marion v. Wartenberg
Staatssekretärin im Ministerium
für Kultus, Jugend und Sport
des Landes Baden-Württemberg

Robert Bosch Stiftung

Sehr geehrte Damen und Herren,

seit 2003 fördert die Robert Bosch Stiftung Frühkindliche Bildung in Deutschland. Unser besonderer Fokus liegt dabei auf der Professionalisierung von frühpädagogischen Fachkräften. Die Bildung, Betreuung und Erziehung von Kindern kann nur langfristig verbessert werden, wenn die Aus- und Weiterbildung auf die aktuellen Veränderungen in unserer Gesellschaft reagiert und neue Bedarfe erkennt. Die Kinderturnstiftung Baden-Württemberg und ihre Partner konnten uns davon überzeugen, dass im Bereich der Bewegungserziehung großer Handlungsbedarf besteht, viele Kinder bewegen sich zu wenig und entwickeln bereits in jungem Alter motorische Defizite. Qualitativ hochwertige und abwechslungsreiche Bewegungserziehung in der Kita umzusetzen erfordert fachliche Kompetenz und stellt hohe didaktische und methodische Ansprüche an die Fachkräfte.

Das vorliegende Handbuch „Bewegungserziehung in der frühkindlichen Bildung“ ist das Produkt der Zusammenarbeit zahlreicher Akteure und Partner aus Wissenschaft und Praxis, es soll Lehrer bei der Vermittlung grundlegender Inhalte zum Thema Bewegung unterstützen und durch zahlreiche Beispiele den Transfer in die Praxis er-leichtern. Die Inhalte wurden bereits im Unterricht erprobt und von der Universität Konstanz evaluiert.

Die ergänzende Praxisbroschüre „Kinder turnen – Bewegungserziehung in der Kita“ fasst praktische Spiel- und Übungsformen zusammen, die die Gestaltung von Bewegungsangeboten im Alltag für Erzieherinnen erleichtern soll.

Die Robert Bosch Stiftung wünscht Ihnen allen viel Erfolg und Freude bei der Umsetzung der zahlreichen Anregungen für einen bewegungsreichen Alltag in Ihrer Kita!

Dr. Ingrid Hamm

Kinderturnstiftung Baden-Württemberg

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Lehrerinnen und Lehrer,

seit ihrer Gründung im Jahr 2007 setzt sich die Kinderturnstiftung Baden-Württemberg dafür ein, allen Kindern im Land eine hochwertige motorische Grundlagenausbildung durch Kinderturnen zu ermöglichen. Kinderturnen bietet vielseitige Bewegungs- und Erfahrungsräume für Kinder von Geburt bis zum 10. Lebensjahr. Im Kinderturnen gewinnen Kinder Selbstvertrauen, erlangen einen sicheren Umgang im helfenden Miteinander, erproben Rollen, lernen Probleme selbständig zu lösen und üben, schulen und festigen grundlegende Bewegungsformen.

Bewegung ist nach wissenschaftlichen Erkenntnissen ein zentraler Bestandteil einer gesunden Entwicklung von Kindern. Höhere Lernleistungen, der Erwerb sozialer Kompetenzen und die Chance trotz unterschiedlicher Herkunft mit einfachen Mitteln die Integration zu fördern, sind weitere Vorteile. Für die Kinderturnstiftung Baden-Württemberg ist es erfreulich, dass der Stellenwert von Bewegung in der frühkindlichen Bildung zugenommen hat. Wir sehen es deshalb als eine unserer wichtigsten Aufgaben, vorhandenes Wissen, Projekte und Materialien zu bündeln und so aufzubereiten, damit möglichst viele Kinder davon profitieren. Da im frühkindlichen Bereich Umfang und Qualität der Bewegung die Entwicklung von motorischen Grundlagen maßgeblich beeinflussen, wollen wir alle Verantwortlichen und die in der Ausbildung tätigen Lehrkräfte flankierend unterstützen und sie für eine Vermittlung von gemeinsamen Grundlagen gewinnen. Das vorliegende Handbuch „Bewegungserziehung in der frühkindlichen Bildung“ ist ein wichtiger Schritt für die praktische Umsetzung einheitlicher Lehrplaninhalte in der Ausbildung von Erzieher/innen in Baden-Württemberg. Auf dieser Grundlage ist ferner ein Praxis-Handbuch für Erzieher/innen entstanden, welches Spiel- und Übungsformen für Kinder beinhaltet, die schnell und einfach im Kindergartenalltag umgesetzt werden können.

Wir erhoffen uns insgesamt eine Bewusstseinsveränderung für mehr Bewegung im Alltag von Kindern bei Eltern, Fachkräften aber auch Entscheidungsträgern aus Kita, Schule, Verein und Kommunen sowie eine Verbesserung der vernetzten Zusammenarbeit Vorort.

Gemeinsam mit den Projektpartnern, dem Landesinstitut für Schulsport, Schulkunst und Schulmusik (LIS) sowie den Turnerbünden wurde außerdem ein Fortbildungskonzept zum Handbuch „Bewegungserziehung in der frühkindlichen Bildung“ entwickelt. Die Rückmeldungen der Teilnehmer/innen haben gezeigt, dass es in diesem Bereich Fortbildungsbedarf gibt und bestätigen die geplante nachhaltige Verankerung dieser Themen in die bestehenden Fortbildungsstrukturen.

Wir bedanken uns bei der Robert Bosch Stiftung und der Stiftung Sport in der Schule für die Förderung dieses Projekts sowie den Projektpartnern Universität Konstanz, Badischer und Schwäbischer Turnerbund, Landesinstitut für Schulsport, Schulkunst und Schulmusik (LIS), dem dort angesiedelten Arbeitskreis Motorikzentren, Pädagogische Hochschule Weingarten, den Autoren sowie allen Personen, die die Umsetzung dieses Projekts unterstützt und ermöglicht haben!

Senator E. h. Dr. h. c. Thomas Renner
Vorsitzender des Stiftungsrates der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg

Inhaltsverzeichnis

Grußwort Kultusministerium 5
Grußwort Robert Bosch Stiftung 6
Grußwort Kinderturnstiftung Baden-Württemberg 7
Kinderturnstiftung Baden-Württemberg 8
Zum Handbuch „Bewegungserziehung in der frühkindlichen Bildung“
Inhaltsverzeichnis 9
1.Bewegungserziehung in der frühkindl. Bildung 10
1.2 Bedeutung der Bewegung in der frühkindl. Bildung 10
1.2 „FESSKom“ – ein Kompetenzmodell auch für Erzieherinnen und Erzieher? 11
1.3 Überprüfung des Modells – Die Studie 12
1.4 Ergebnisse 12
1.5 Zusammenfassung 13
1.6 Literaturhinweis 14
2. Kapitel 1: Unfallverhütung, Sicherheitsaspekte und Erste Hilfe 24
2.1 Allgemeine Hinweise 24
2.2 Helfen, Bewegungsbegleitung und Sichern 24
2.3 Sicherheit durch kompetente Kinder 25
2.4 Alternative Nutzung von Sportgeräten 26
2.5 Erste Hilfe 29
2.6 Literaturhinweis 30
3. Kapitel 2: Motorische Entwicklung von Kindern von der Geburt bis zum 6./7. Lebensjahr 32
3.1 Der Motorikbegriff 32
3.2 Entwicklung von Kindern 33
3.3 Aufgaben für Schüler/innen 37
3.4 Literaturhinweis 39
4. Kapitel 3: Durch Bewegung Entwicklung fördern 40
4.1 Die Bedeutung der Bewegung für die Entwicklung des Kindes 41
4.2 Funktionen der Bewegung 45
4.3 Vorbildfunktion Erwachsener 47
4.4 Bewegungsmangel 48
4.5 Aufgaben für Schüler/innen 51
4.6 Literaturhinweis 59
5. Kapitel 4: Gesunderhaltung fördern 60
5.1 Bewegung und Gesundheit 60
5.2 Aufgaben für Schüler/innen 67
5.3 Literaturhinweis 71
6. Kapitel 5: Planung einer Bewegungsaktivität 72
6.1 Definition 72
6.2 Schritte der Vorbereitung einer Bewegungsaktivität (nach Gärtner, 2003) 72
6.3 Aufgaben für Schüler/innen 78
6.4 Literaturhinweis 79
7. Kapitel 6: Grundformen der Bewegung 80
7.1 Grundformen der Bewegung entwickeln, erproben und verbessern 80
7.2 Aufgaben für Schüler/innen 81
7.3 Spiel- und Übungsformen für Kinder 82
7.4 Literaturhinweis 90
8. Kapitel 7: Motorische Fähigkeiten 91
8.1 Koordination und Kondition 91
8.2 Aufgaben für Schüler/innen 95
8.3 Literaturhinweis 102
9. Kapitel 8: Bewegungsräume 103
9.1 Beweg.freundl. Räume drinnen und draußen 103
9.2 Aufgaben für Schüler/innen 109
9.3 Spiel- und Übungsformen für Kinder 112
9.4 Literaturhinweis 117
10. Kapitel 9: Bewegungsgeräte und Materialien erproben 118
10.1 Kleingeräte und Materialien 118
10.2 Aufgaben für Schüler/innen 121
10.3 Spiel- und Übungsformen für Kinder 123
10.4 Literaturhinweis 149
11. Kapitel 10: Bewegungslandschaften und Bewegungsbaustellen 150
11.1 Bewegungslandschaften 150
11.2 Bewegungsbaustellen 151
11.3 Aufgaben für Schüler/innen 154
11.4 Literaturhinweis 166
12 .Kapitel 11: Psychomotorik 167
12.1 Die Bedeutung der Psychomotorik im Rahmen der Frühpädagogik 167
12.2 Inhalte der Psychomotorik: Körper-, Selbst-, Material- und Sozialerfahrungen 168
12.3 Aufgaben für Schüler/innen 179
12.4 Spiel- und Übungsformen für Kinder 188
12.5 Literaturhinweis 191
13. Kapitel 12: Bewegungsspiele 192
13.1 Erfahren und Begreifen durch spielen 193
13.2 Aufgaben für Schüler/innen 202
13.3 Spiel- und Übungsformen für Kinder 204
13.4 Literaturhinweis 253
14. Kapitel 13: Bewegungsgeschichten 256
14.1 Bewegungsgeschichten 256
14.2 Aufgaben für die Schüler/innen 258
14.3 Spiel- und Übungsformen für Kinder 259
14.4 Literaturhinweis 265
15. Kapitel 14: Sprache und Bewegung 266
15.1 Sprachförderung über Bewegung 266
15.2 Aufgaben für die Schüler/innen 276
15.3 Spiel- und Übungsformen für Kinder 278
15.4 Literaturhinweis 293
16. Kapitel 15: Rhythmik in der Bewegungserziehg. 295
16.1 Musik und Bewegung 295
16.2 Aufgaben für Schüler/innen 308
16.3 Spiel- und Übungsformen für Kinder 309
16.4 Literaturhinweis 311
17. Kapitel 16: Kindertanz 313
17.1 Erlernen von Tanzformen 313
17.2 Aufgaben für Schüler/innen 325
17.3 Spiel- und Übungsformen für Kinder 326
17.4 Literaturhinweis 328
18 Kapitel 17: Erlebnispädagogik 330
18.1 Erlebnispädagogik für 3 – 6 -Jährige 330
18.2 Aufgaben für Schüler/innen 331
18.3 Spiel- und Übungsformen für Kinder 332
18.4 Literaturhinweis 337
19. Abbildung-, Tabellen- und Bildverzeichnis 339
20. Kinderturnen – Was ist das? 340
20.1 Was ist Kinderturnen? 340
20.2 Kinderturnen in den Turnerbünden 341
20.3 Kinderturnen im Kindergarten 341
20.4 Projekte und Kooperationsmöglichkeiten 341

1. Bewegungserziehung in der frühkindlichen Bildung

1.1 Bedeutung der Bewegung in der frühkindlichen Bildung

Bewegung ist eine zentrale Ausdrucksform des Kindes. Durch sie setzt sich ein Kind mit seiner personalen und materialen Umwelt auseinander, wirkt auf sie ein und versucht die Welt zu verstehen. Somit stellt Bewegung ein Medium der Erfahrung und Aneignung der Wirklichkeit dar und bietet vielfältige Gelegenheiten für eine ganzheitliche Bildung und Erziehung (vgl. Zimmer, 2006, S. 26). Bewegung wird deshalb als ein leitender Bildungsbereich betrachtet und nimmt im Rahmen der kindlichen Entwicklung eine bedeutsame Rolle ein. Bewegung, Spiel und Sport sind anerkannt wichtige Bestandteile des frühkindlichen Bildungsprozesses, die sowohl die körperliche und motorische, als auch die kognitive, psychische und soziale Entwicklung eines Kindes fördern (Dietrich, 2007, S. 128).

Da Kindertageseinrichtungen die am meisten genutzte Form der Kinderbetreuung in Deutschland darstellen, ist in diesen Institutionen eine optimale Bewegungsförderung notwendig. Deutlich wird dies, wenn man sich folgende Zahlen vor Augen führt: 2005 wurden Kindertageseinrichtungen von 96 Prozent der fünf- bis sechsjährigen Kinder und von knapp 60 Prozent der Drei- bis Vierjährigen besucht (Henry-Huthmacher, 2005, S. 9). Das Schaffen von bundesweit mehr Betreuungsplätzen und die gesetzliche Regelung, auf Anspruch eines Kindertageseinrichtungsplatzes bzw. Tagespflegeplatzes eines jeden Kindes nach Vollendung seines ersten Lebensjahres ab 2013, wird eine weitere Erhöhung dieses Prozentsatzes mit sich bringen (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, 2011). Da Kinder in der Regel viel Zeit in diesen Einrichtungen verbringen, beeinflussen dort gewonnene Erfahrungen ihre Entwicklung nachhaltig (Zimmer, 2002, S. 7); gerade im Vorschulalter muss deshalb der Bewegungsbereich eine zentrale Säule der Erziehung darstellen. Die Stärkung der motorischen Fähigkeiten und des Wohlbefindens, sowie die Gewährleistung einer gesunden Entwicklung, gelten in diesem Altersbereich folglich als Hauptziele (vgl. Krombholz, o. J.).

Dies ist auch im "Orientierungsplan für Bildung und Erziehung für die baden-württembergischen Kindergärten und weiteren Kindertageseinrichtungen" unter dem Bildungs- und Entwicklungsfeld „Körper“ festgeschrieben: „In keinem Lebensabschnitt spielt Bewegung eine so große Rolle wie in der Kindheit und zu keiner Zeit sind körperlich-sinnliche Erfahrungen so wichtig. Bewegung, ausgewogene Ernährung und ein positives Selbst- und Körperkonzept sind Motoren für die gesamte körperliche, soziale, psychische und kognitive Entwicklung des Kindes“ (Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden- Württemberg, 2009, S. 78). Da fast alle Kinder eine Kindertageseinrichtung besuchen, muss folglich eine frühzeitige Bewegungsförderung hier ansetzen (vgl. Quante, Eisenbarth, Popp, Thieme, Wolf & Ungerer-Röhrich, 2010, S. 212) und gleichzeitig eine hohe Qualität gewährleistet werden. Nur auf diese Weise kann es zur Verbesserung von gesundheitlichen Aspekten kommen, familiäre Defizite können ausgeglichen, die alltäglichen Lebensbedingungen der Kinder beeinflusst und einer frühkindlichen Fehlentwicklung vorgebeugt werden (vgl. Zimmer, 2002, S. 7).

Das Setzen von „altersgemäßen Wachstums- und Entwicklungsreizen“ (Krombholz, o. J.) sowie der Ausgleich von Bewegungsmangel sind hierbei von enormer Wichtigkeit. Durch vielfältige Bewegungserfahrungen kommt es zu einer Verbesserung und Erweiterung der Fähigkeiten und Fertigkeiten im motorischen Bereich und in Bezug auf soziale Verhaltensweisen (vgl. Krombholz, o. J.). Einerseits ist dabei das Potenzial der Bewegung für das einzelne Kind von Bedeutung, andererseits rücken die Bildungsinstitutionen in das Blickfeld, „wenn es darum geht, mit Bewegung, Spiel und Sport einen Ansatzpunkt für die Gesundheitsförderung zu nutzen und/oder die Bildungsqualität zu verbessern“ (Dietrich, 2007, S. 128). Die Umsetzung dieses Erziehungs- und Bildungsauftrages allerdings lässt die Anforderungen an das Fachpersonal in Kindertageseinrichtungen drastisch steigen und fordert eine hohe fachliche Kompetenz. Die Umsetzung der festgeschriebenen Bildungsbereiche bringt relativ hohe didaktische und methodische Ansprüche mit sich. Zudem wird eine „Prüfung, Sicherung und Dokumentation der Entwicklungswirksamkeit der pädagogischen Arbeit“ (Krüger, zit. nach Krüger & Haas, 2010, S. 163) verlangt, was eine Verbesserung der Qualität der Ausbildung im Bereich Körper, Bewegung, Gesundheit erfordert, da pädagogische Fachkräfte „erweiterte und profilierte Handlungsfähigkeit[en]“ (Krüger & Haas, 2010, S. 163) aufweisen müssen. Solche steigenden Anforderungen und Erwartungen bringen die Notwendigkeit mit sich, die Ausbildung von Erzieherinnen und Erziehern auf ein höheres Niveau anzuheben, was mit einer „generellen Professionalisierung des gesamten Berufsfeldes“ (Gerstberger, 2008, S. 6) einherzugehen hat, zumal Bildung und Sozialisation, die ein Kind in einer Kindertageseinrichtung erfährt, eine nachhaltige Wirkung auf seine Schul- und Ausbildungsbiographie haben. Aus diesem Grund wird ein qualifiziertes pädagogisches Personal in vorschulischen Bildungsinstitutionen gefordert (König & Pasternack, 2008, S. 6). Die Personalentwicklung stellt eine immer wichtiger werdende Funktion in der Qualitätsentwicklung dar und muss somit auch in Kindertageseinrichtungen vollzogen werden, was eine Professionalisierung der Ausbildung unumgänglich macht (vgl. König, 2008, S. 8).

1.2 „FESSKom“ – ein Kompetenzmodell auch für Erzieherinnen und Erzieher?

Überlegungen und Verbesserungsvorschläge zur Ausbildung von pädagogischen Fachkräften haben seit vielen Jahren und Jahrzehnten Hochkonjunktur, wobei aber stets die Lehrerausbildung im Mittelpunkt stand. Oben angestellte Überlegungen zeigen aber deutlich, dass dies auch für den Bereich der Erzieherinnen und Erzieher gelten sollte. Orientiert man sich bei diesem Vorhaben dennoch zunächst an der Ausbildung von Sportlehrkräften, dann sind folgende Punkte festzuhalten:

- Man geht heute in der Erziehungswissenschaft zunehmend von sogenannten Output-Modellen aus, die anstelle von vorgeschrieben Ausbildungsinhalten Kompetenzen formulieren (vgl. Oelkers, 2003; Oser, 1997), die Lehramtsanwärter am Ende ihrer Ausbildung beherrschen sollten.
- Solche Vorschläge existieren auch in der Sportpädagogik und zeigen deutlich, dass Sportlehrkräfte breite und differenzierte Kompetenzen für den Berufsalltag benötigen.
- Unabhängig davon sind bei der Entwicklung eines solchen Kompetenzmodells, neben den klassischen Bereichen wie der Fach- oder der Erziehungskompetenz, auch Entwicklungen zu berücksichtigen, die den aktuellen bzw. zukünftigen Berufsalltag deutlich stärker berücksichtigen.

Abbildung 1 zeigt vor dem Hintergrund dieser Überlegungen, dass neben verschiedenen sportwissenschaftlichen Vorschlägen zu Sportlehrerkompetenzen, insbesondere Belastungsanalysen, Eignungsdiskussion, Berufsrelevanz und allgemeine Überlegungen zur Qualitätsdiskussion an Schulen die in der Ausbildung angestrebten Kompetenzen mitbestimmen sollten.

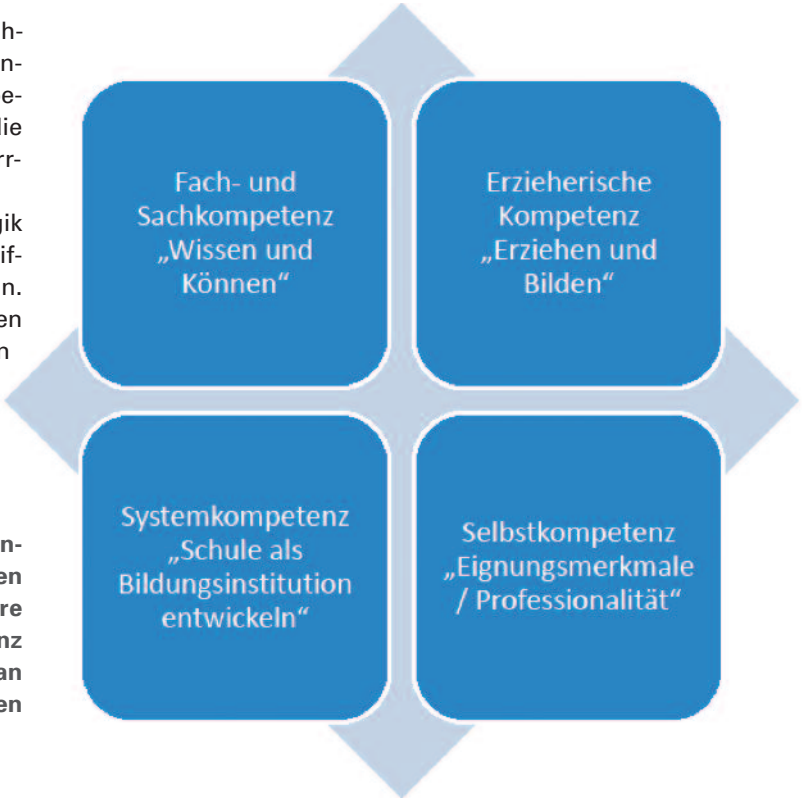

Abb. 1: Einflussfaktoren auf das Kompetenzmodell FESSKom (König, 2008, S. 291)

Hieraus ergibt sich dann, auch unter Berücksichtigung von Kompetenzmodellen aus der Erziehungswissenschaft, ein Modell, das aus vier Säulen besteht und in Anlehnung an die Anfangsbuchstaben der einzelnen Kompetenzbereiche als FESSKom bezeichnet wird (vgl. Abb. 2)
Mit Blick auf das Schulfach Sport und dessen Studium subsumiert das Modell die folgenden Kompetenzen:
Fachkompetenz:

- Grundlagenwissen in den schulrelevanten Disziplinen der Sportwissenschaft.
- Vertiefung dieses Wissens in verschiedenen Disziplinen mit Schulbezug, wobei die Sportpädagogik ein zentraler Inhalt zu sein hat.
  - Vermittlung einer breiten Palette an Bewegungsfeldern und Sportarten.
  - Enge Verzahnung von Theorie und Praxis.
  - Relativierung der Leistungsansprüche im Bereich der Eigenrealisation.

Erziehungskompetenz:

- Grundlagenwissen in den Bereichen der Schulpädagogik und der Pädagogischen Psychologie sowie eine Vernetzung dieser Disziplinen mit der Sportpädagogik und der Sportdidaktik.
- Pädagogische Handlungskompetenz.
- Reflexionsfähigkeit pädagogischen Handelns.

Systemkompetenz:

- Schule als Bildungsinstitution und Arbeitsplatz.
- Modelle und Felder von Qualitätsentwicklung.
- Schnittstellen von Schule und anderen Institutionen.

Selbstkompetenz:

- Kennen bzw. kennen lernen der individuellen Eignung für den Lehrberuf.
- Reflexion über die Passung der eigenen Persönlichkeitsstruktur für das Anforderungsprofil des Lehrberufs.
- Bereitschaft eine eigene Professionalität zu entwickeln, d. h., dass zukünftige Lehrerinnen und Lehrer sich ihres gesellschaftlichen Mandats für Erziehung und Bildung bewusst werden.

• Individuelle Beratung statt frühzeitiger Auslese.

Die Frage, die sich am Ende dieser Analyse stellt, ist die Frage, ob FESSKom ein Modell sein kann, das auch für die Ausbildung von Erzieherinnen und Erziehern angemessen ist. Dies wurde im Rahmen einer Studie überprüft, über die im folgenden Abschnitt berichtet wird.

1.3 Überprüfung des Modells – die Studie

Da kaum Vorstellungen darüber bestehen, welche Kompetenzen Erzieherinnen und Erzieher im Bereich der Bewegungserziehung haben sollten, existiert kein eigenes Theoriemodell, auf dessen Basis zukünftig Ausbildungsgänge bzw. Ausbildungsabschnitte strukturiert werden können. Insofern war ein spezifisches Untersuchungsdesign angesagt, das in der Literatur als „Mixed Method Research" (Creswell & Plano Clark, 2009) bezeichnet wird. Im Einzelnen bestand die durchgeführte Untersuchung aus zwei aufeinander folgenden Stufen:

- **Stufe 1**: Ziel war, mittels Leitfadeninterviews mit Erzieherinnen, die sich bereits mehrere Jahre im Beruf befanden, Kompetenzen zu analysieren, die für eine erfolgreiche Bewegungserziehung in der vorschulischen Bildung von diesen Personen als wichtig angesehen werden. Hierbei erfolgte in der Gestaltung der Interviews eine Orientierung entlang des in Abbildung 2 dargestellten Kompetenzmodells. Ein solches qualitativ-empirisches Vorgehen erlaubt durch Textanalyse und Zusammenfassung theoretische und didaktische Bausteine zu entwickeln, die ein erstes Kompetenzprofil darstellen und auf der Stufe der Exploration anzusiedeln sind.
- **Stufe 2** wurde als empirisch-quantitative online-Befragung durchgeführt, deren einzelne Items aus den in Stufe 1 analysierten Kategorien gebildet wurden. Sie mussten auf einer vierstufigen Skala (1 = stimmt völlig – 4 = stimmt gar nicht; 1 = stimme voll zu – 4 = stimme gar nicht zu; 1 = sehr wichtig – 4 = gar nicht wichtig) beurteilt werden. Zur Datenerhebung wurden sämtliche Lehrkräfte der Fachschulen für Sozialpädagogik, die im Bewegungsbereich unterrichten per E-Mail angeschrieben (n=160), verbunden mit der Bitte den Fragebogen online auszufüllen. Insgesamt kamen 66 Fragebogen zurück, was einer Rücklaufquote von 41,25% entspricht. Mittels statistischer Verfahren konnten dann die in Stufe 1 erarbeiteten Kompetenzen validiert werden. Abbildung 3 stellt die gesamte Untersuchung im Überblick da

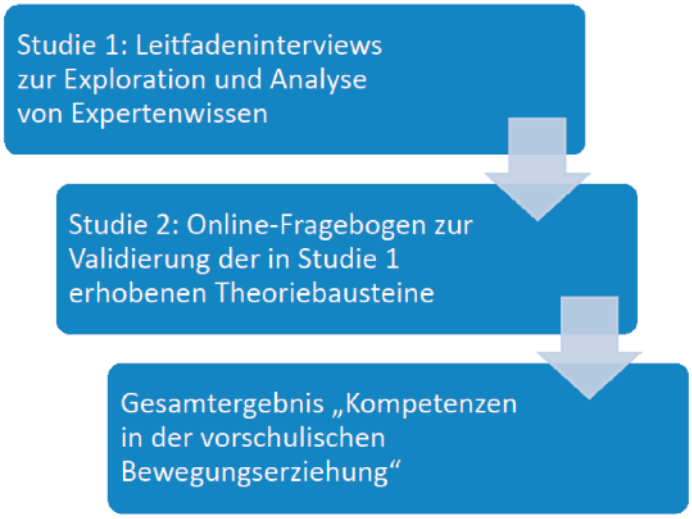

Abb. 3: Untersuchungsdesign

1.4 Ergebnisse

Studie 1 „Exploration und Analyse von Expertenwissen"

In der qualitativen Studie zur Professionalisierung von Erzieherinnen und Erziehern im Bereich "Bewegung, Spiel und Sport" konnte herausgearbeitet werden, dass der Bewegungsbereich in Kindertageseinrichtungen heutzutage einen enorm hohen Stellenwert einnehmen sollte. Dabei steht ein kompetentes Handeln von Seiten der pädagogischen Fachkräfte im Fokus. Nur dadurch ist eine optimale Entwicklung von Kindern durch Bewegung möglich. Bewegung, Spiel und Sport stellen in immer mehr institutionellen Einrichtungen einen konzeptionell verankerten Schwerpunkt dar. In Kindertageseinrichtungen finden regelmäßige Bewegungsangebote mit den Kindern statt, wobei es sich sowohl um angeleitete Angebote, als auch um freie Bewegungsmöglichkeiten handelt. Hauptgründe hierfür sind eine veränderte, bewegungsarme Kindheit in unserer Gesellschaft, in der Haltungsschäden und motorische Defizite kompensiert werden müssen, sowie die hohe Bedeutung von Bewegung in der kindlichen Entwicklung. Bewegung, Spiel und Sport bieten vielfältige Gelegenheiten zur ganzheitlichen Bildung und Erziehung; indem ein Kind sich bewegt, setzt es sich mit seiner Umwelt auseinander, wirkt auf sie ein und lernt die Welt selbständig zu verstehen.

Um eine altersangemessene Handlungskompetenz im Bereich Bewegung Spiel und Sport zu bekommen und den Bildungsauftrag erfüllen zu können, ist das Erlangen folgender Kompetenzen der pädagogischen Fachkräfte während der Ausbildung notwendig, wobei die Aussagen der Experten in die vier bereits genannten Kompetenzbereiche (vgl. Abb. 2) eingeordnet werden.

(1) Im Bereich der Systemkompetenz wird die Kindertageseinrichtung als Bildungsinstitution gesehen, in der themenübergreifendes Arbeiten eine wesentliche Rolle spielt. Das Aufgreifen und Bearbeiten eines zentralen Themas in Bezug auf alle Bildungsbereiche muss Grundlage der Ausbildung sein. Außerdem ist eine gut ausgebildete Lehrperson notwendig, um Qualitätsentwicklung garantieren zu können. Praxisnahen Fachschullehrern wird hierbei die Fähigkeit einer optimalen Vermittlung des Lehrstoffes zugeschrieben. Hinzu kommt die Bedeutung eines breiten Angebotsspektrums an Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten. Die Ausbildung zum Übungsleiter wird hierbei als empfehlenswert erachtet und sollte möglicherweise als Teil der Fachschulausbildung integriert werden. Kooperationen mit anderen Bildungsinstitutionen, wie beispielsweise Sportpädagogen (vgl. auch Thieme, 2012), Fachschulen oder den Turnerbünden, gelten als sinnvoll und wichtig.

(2) Unter die erzieherische Kompetenz fällt die pädagogische Handlungskompetenz. Zu dieser zählt auch ein professioneller Umgang mit Hindernissen. In der Ausbildung

geplante Übungsstunden müssen zukünftig besser in Bezug auf mögliche Schwierigkeiten und Probleme im praktischen Tun mit den Kindern diskutiert und erörtert werden. Zudem wird die Fähigkeit differenzierte Bewegungseinheiten aufbauen zu können als Voraussetzung für kompetentes Handeln gesehen. Weiter ist ein Aufgreifen der intrinsischen Motivation der Kinder während der Ausbildung zu thematisieren, wozu auch gehört, gezielte und altersentsprechende Impulse setzen zu können. Wesentliche Kompetenzfaktoren für den Bewegungsbereich sind eine entwicklungsgerechte Anpassung der Inhalte und ein gutes Repertoire in Form zahlreicher Praxisbeispiele, wobei eine Vermittlung derselben ein an den Fachschulen unerlässlich ist.

(3) Im Bereich der Selbstkompetenz ist ein Anspruch auf eine eigene Professionalität hervorzuheben. Dabei kommt es auf eine gute Selbstreflexions- und Selbstmanagementfähigkeit sowie die Bereitschaft zur eigenen Weiterbildung und zum eigenen Lernen an. Die Grundhaltung dieser Bereitschaft, Neues lernen zu wollen, muss bereits während der Ausbildung geschaffen werden. Des Weiteren gilt Erfahrung als Kompetenzfaktor. Zudem muss stets eine Reflexion der Passung zwischen Beruf und Persönlichkeit stattfinden. Dabei wird auch der Umgang mit eigenen Ängsten in Zusammenhang mit Bewegungserziehung gebracht. In Hinblick auf den Bewegungsbereich muss eine pädagogische Fachkraft lernen, die Kinder ausprobieren zu lassen, um sie in ihrem Explorationsverhalten nicht einzuschränken. In Bezug auf die individuelle Eignung des Berufs spielen die Persönlichkeit der Erzieherinnen und Erzieher sowie Einfühlungsvermögen und das Erkennen von Gefahren eine wesentliche Rolle. Ein weiterer Faktor ist die eigene Freude an der Bewegung; kompetentes Handeln ist nur dann möglich, wenn eine Person selber Spaß an der Bewegung hat.

(4) Die Verzahnung von Theorie und Praxis kann der Fach- und Sachkompetenz zugeordnet werden. Die Vermittlung von Theorie während der Ausbildung gilt als wichtig, aber bereits gut und ausreichend in der jetzigen Ausbildungsstruktur vermittelt. Hingegen werden mehr Praxiseinheiten gefordert. Dabei wird zwischen allgemeinen Praxiseinheiten im Klassenverband und Praxiseinheiten „direkt am Kind“ unterschieden. Dies kann in Form von Praxistagen oder Praxiswochen umgesetzt werden. Praxiseinheiten sollten während der Ausbildung mindestens 50% einnehmen. Zu vermittelnde Bewegungsfelder sind Bewegungsspiele, Bewegung ohne Material, Sinneserfahrungen, Gymnastik, der Bewegungsraum im Freien, Alltagsbewegungen, Bewegen an und mit Geräten, Bewegungen auf engem Raum, Bewegungsbaustellen, der Einsatz von Alltagsmaterialien, Bewegungslandschaften und Entspannung. Hinzu kommt der ausdrückliche Wunsch nach einer Vermittlung von sportwissenschaftlichem Grundlagenwissen, wozu insbesondere Wissen über die Bedeutung von Bewegung, über die Entwicklung des Kindes und speziell über die motorische Entwicklung von Kindern gehören. Ein solches theoretisches Hintergrundwissen dient als Basis für optimales, praktisches Handeln. In diese Sparte ist auch das didaktische und methodische Grundlagenwissen einzuordnen, wobei speziell die richtigen Sicherheitsvorkehrungen, eine optimale Hilfestellung und der Aufbau von Bewegungseinheiten eine wesentliche Rolle spielen. Hinzu kommen die Bedeutsamkeit der verschiedenen Bewegungsgrundlagen, wie beispielsweise der Ausdauer oder der Koordination, sowie der Anatomie.

Fasst man die Ergebnisse der ersten Studie zusammen, kann festgehalten werden, dass eindeutige Tendenzen sichtbar werden, die laut Expertenaussagen ein kompetentes Handeln im Bereich Bewegung ausmachen. Auch wenn es sich um qualitative und damit explorative Forschung handelt, deren Ergebnisse erst zu belegen sind, taugt das Modell FESSKom als Ausgangspunkt weiterer Überlegungen zur Professionalisierung von Erzieherinnen und Erziehern im Bereich Bewegung, Spiel und Sport. Zu ergänzen ist aber abschließend, dass alle befragten Experten regelmäßig auf ein Zusammenspiel bzw. eine Vernetzung der vier in Abbildung 2 dargestellten Kompetenzblöcke hingewiesen haben; dies sollte während der Ausbildung stets berücksichtigt und vermittelt werden, da ein Zusammenspiel zu einem wesentlich professionelleren praktischen Umgang mit Kindern im Bereich von Bewegung, Spiel und Sport führt.

Studie 2 „Validierung des Expertenwissens durch Online-Fragebögen“

An der Studie 2 nahmen insgesamt 65 Personen teil, wovon 11 männlich und 53 weiblich waren. Ein Teilnehmer machte hierzu keine Angabe. Die absolute und prozentuale Verteilung der Probanden ist in Tabelle 1 dargestellt.

Altersgruppe	Häufigkeit	Prozent
< 25	1	1,5
25 – 34	8	12,3
35 – 44	19	29,2
> 45	37	56,9
Gesamt	65	100.0

Tab. 1: Altersstruktur der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Anzumerken ist, dass die Gruppe der unter 25-Jährigen zu vernachlässigen war, da sie nur aus einer Teilnehmerin bestand und folglich von verschiedenen statistischen Rechenoperationen nicht berücksichtigt wird.

Exemplarisch werden im Folgenden Ergebnisse vorgestellt, die sich auf die Bewertung zu erwartender Kompetenzen (vgl. Tab. 1) sowie auf inhaltliche Aspekte der vorschulischen Bewegungserziehung (vgl. Tab. 2) beziehen.

Betrachtet man die Ergebnisse im Überblick, dann fällt auf, dass mit Ausnahme von zwei Frage-Items ausschließlich hohe (1,5 < x < 1,99) bis sehr hohe (1,0 < x < 1,49) Zustimmungsfaktoren vorliegen, was einer Bestätigung der Ergebnisse aus Studie 1 entspricht. Eher neutral (2,0 < x 3,0) werden lediglich die Items „Bedeutung sportwissenschaftlichen Grundlagenwissens“ und „Bedeutung von Kooperationen“ gesehen. Ebenfalls kann festgehalten werden, dass es zwischen den Geschlechtern keine unterschiedli-

Tab. 2: Altersstruktur der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Kompetenzen	Zustimmung	Minimum	Maximum
Grundsätze motorischer Entwicklung kennen	1,12	1	4
Anatomie des Körpers kennen	1,91	1	3
Bewegungseinheiten kindgerecht aufbauen	1,13	1	4
Repertoire an Ideen zur Bewegungsförderung besitzen	1,23	1	4
Sportwissenschaftliches Grundlagenwissen haben	2,46	1	4
Auswirkungen von Bewegungen kennen	1,22	1	3
Ursachen und Auswirkungen von Bewegungsmangel kennen	1,38	1	4
Didaktisch-methodisches Grundlagenwissen haben	1,29	1	4
Nach angemessenen Sicherheitsvorkehrungen handeln können	1,25	1	4
Materialien angemessen einsetzen können	1,44	1	4
Mit eigenen Ängsten umgehen können	1,34	1	3
Fortbildung als wichtiges berufliches Prinzip verstehen	1,45	1	4
Den Kindern einfühlsam gegenüber treten können	1,15	1	4
Bewegungsfreude der Kinder aufgreifen können	1,26	1	4
Bewegungsverhalten mit den Kindern reflektieren können	1,30	1	4

chen Ansichten gibt, gleiches gilt mit einer relativ interessanten Ausnahme für die verschiedenen Altersgruppen. Die Ausnahme bezieht sich auf die Bedeutung bzw. Wichtigkeit von Fortbildungen, die von der Gruppe der über 45-Jährigen als am höchsten eingeschätzt wird; dies war nicht unbedingt zu erwarten, scheint aber einen wichtiger Teil der Selbstkompetenz darzustellen.

Blickt man in einem zweiten Schritt auf die in Studie 1 analysierten Bewegungsfelder vorschulischer Bewegungserziehung, die insbesondere den Bereich der Sach- bzw. Fachkompetenz konkretisieren, dann kann man ebenfalls sehr hohe Zustimmungsfaktoren für die folgenden Bereiche feststellen, was letztendlich klare Vorschläge für die konkrete Gestaltung entsprechender Ausbildungsmodule ermöglicht (Tab. 3):

Tab. 3: Altersstruktur der Teilnehmer/innen

Bewegungsfelder	Zustimmung	Minimum	Maximum
Bewegungsspiele	1,18	1	4
Bewegungen mit Alltagsmaterialien	1,17	1	4
Vielfältige Sinneserfahrungen	1,18	1	4
Bewegungsaktivitäten im Freien	1,23	1	4
Alltagsbewegungen	1,38	1	3
Bewegen mit und an Geräten	1,48	1	4
Bewegen auf engem Raum	1,41	1	4
Bewegungsbaustellen	1,37	1	4
Bewegungslandschaften	1,29	1	4
Stille- und Entspannungsübungen	1,37	1	3

1.5 Zusammenfassung

Ziel dieses einleitenden Kapitels war, zu prüfen, ob ein Kompetenzmodell der Sportlehrerausbildung auf das Handlungsfeld „Bildung und Entwicklung fördern“ in der Ausbildung von Erzieherinnen und Erziehern übertragen werden kann und dieses inhaltlich zu füllen bzw. zu konkretisieren. Zu diesem Zweck wurde eine zweistufige Studie durchgeführt, bei der ausnahmslos Experten und Expertinnen für den Bereich frühkindliche Erziehung befragt wurden. Als Ergebnis kann festgehalten werden, dass das Modell FESSKom (König, 2008) einerseits auch für das Handlungsfeld „Bildung und Entwicklung fördern“ in der Ausbildung von Erzieherinnen und Erziehern angewendet werden kann und andererseits viele inhaltliche Bausteine gewonnen werden konnten.

Im folgenden Handbuch finden Sie Lehr- und Lernmaterialien für die bestehenden Lernfelder aus dem Handlungsfeld „Bildung und Entwicklung fördern“ der bestehenden Lehrpläne für die Ausbildung von Erzieherinnen und Erziehern sowie Themen, die ergänzt bzw. mit anderen Handlungsfeldern verknüpft werden können. Notwendig wird allerdings eine Überprüfung des gesamten Ansatzes in Theorie und Praxis sein; d. h. sowohl das Modell als auch die zugeordneten Inhalte müssen nach einer intensiven Praxisphase evaluiert werden.

1.6 Literaturhinweis

Printmedien:

Creswell, J. W. & Plano Clark, V. L. (2009). Mixed Methods Research. Thousand Oaks: Sage.

Dietrich, S. (2007). Bewegte Bildungsarbeit im Kindesalter- Individuelle und institutionelle Perspektiven für Bildungsqualität und Gesundheitsförderung. In: I. Hunger & R. Zimmer (Hrsg.), Bewegung- Bildung- Gesundheit. Entwicklung fördern von Anfang an (S. 128- 130). Schorndorf: Hofmann.

König, S. (2008). FESSKom- oder: ein Konzept für die Ausbildung zukünftiger Sportlehrkräfte. DSLV- Info, Heft 3, S. 6- 9.

Krüger, F. & Haas, R. (2010). Der Bildungsbereich Bewegung in der Ausbildung von Erzieherinnen an Fachschulen für Sozialpädagogik und an Fachhochschulen. In: I. Hunger & R. Zimmer (Hrsg.), Bildungschancen durch Bewegung- von früher Kindheit an! (S. 163- 166). Schorndorf: Hofmann.

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg (2009). Orientierungsplan für Bildung und Erziehung in baden-württembergischen Kindergärten und weiteren Kindertageseinrichtungen (unveröffentlichte Neufassung).

Oelkers, J. (2003). Wie man Schule entwickelt. Eine bildungspolitische Analyse nach PISA. Weinheim, Basel, Berlin: Beltz.

Oser, F. (1997). Standards in der Lehrerbildung Teil 1. Beiträge zur Lehrerbildung 15 (1), 26–37.

Quante, S., Eisenbarth, I., Popp, V., Thieme, I., Wolf, S. & Ungerer-Röhrich, U. (2010). „Schatzsuche im Kindergarten“ – Ressourcen stärken durch Bewegung. In: I. Hunger & R. Zimmer (Hrsg.). Bildungschancen durch Bewegung- von früher Kindheit an! (S. 212- 219). Schorndorf: Hofmann.

Thieme, I. (2012). „Bewegung macht stark für die Schule“

Was sagt der Lehrplan?

BKPR:

LF 3: Durch Bewegung die Entwicklung fördern

Die Schüler/innen erläutern die Bedeutung von Bewegung für die Entwicklung der Kinder. Sie stellen das Phänomen Bewegungsmangel umfassend dar und diskutieren Ursachen und Auswirkungen. Die Schülerinnen und Schüler s.o. reflektieren eigene Bewegungserfahrungen sowie ihre eigene Sportsozialisation und finden über die eigene sportliche Betätigung eine positive Grundeinstellung zu Bewegung.

Bewegung – Bedeutung – Sozialisation

- körperliche/gesundheitliche, kognitive, emotionale und soziale Entwicklung, Vorbildfunktion Erwachsener (Eltern und Erzieher/innen), Erfahrungen von Fähigkeiten und Grenzen
- Entwicklung des Selbst, Soziale Entwicklung, Kognitive Entwicklung, Gesundheit und Wohlbefinden/ Bedeutung der Bewegung für die physische, psychische, soziale und kognitive Entwicklung von Kindern, Pädagogische Grundlagen der Bewegungserziehung

4.1 Die Bedeutung der Bewegung für die Entwicklung des Kindes

4.1.1 Die Bedeutung der Bewegung für die körperlich-gesundheitliche Entwicklung und das Wohlbefinden

Bewegung regt das Herz- Kreislaufsystem an, vertieft die Atmung und sorgt so für ausreichende Sauerstoffversorgung, den funktionierenden Stoffwechsel und für ein aktives Immunsystem. Nur über Bewegung erwirbt das Kind die Kontrolle über seinen Körper. Es erlernt neue Bewegungsformen und lernt seinen Körper gezielt einzusetzen, um etwas zu erreichen. Wenn das Kind sich bewegt, spürt es den eigenen Körper und übt, dessen Signale zu verstehen – eine wesentliche Voraussetzung, um z. B. Erschöpfungszustände und Ruhebedürfnisse zu erkennen und zur Regulierung zentraler Steuerungsvorgänge (z. B. Ernährungsverhalten, Schlaf-/Wachzyklen). Bewegung sorgt dafür, dass Muskulatur aufgebaut wird, der Körper sich stabil entwickelt, belastbar und leistungsfähig wird. Durch regelmäßige Bewegungsaktivitäten erholt sich der Körper deutlich schneller und ist nach Belastungen früher wieder einsatzbereit.

Gesundheit wird heutzutage nicht mehr nur als Abwesenheit von Krankheit definiert, sondern ebenso als allgemeines Wohlbefinden und als die Fähigkeit sein Leben positiv zu gestalten . Die Anregung des Herz-Kreislaufsystems durch intensive Bewegungen wirkt sich auch auf das psychische Empfinden aus. Nach Belastungen entspannt sich der Körper leichter, in der Bewegung werden so genannte „Glückshormone“ aktiviert, im „Sich-Selbst-Spüren“ kommen Kinder „zu sich“ und haben so eine Chance den Überforderungen ihres Nervensystems durch die Reizüberflutungen des heutigen Alltagslebens zu entgehen. Auf dieser Basis fällt es Kindern leichter, Wahrnehmungsprozesse (unbewusst) zu bewerten und zu verarbeiten – eine wesentliche Voraussetzung für die Fähigkeit zu Aufmerksamkeit, Ruhe und Entspannung. Bewegungs- und Spielformen, in denen Kinder sich mit der Selbstwahrnehmung auseinandersetzen unterstützen diese Prozesse (vgl. Kapitel Psychomotorik 1.2.1).

Das allgemeine Wohlbefinden hängt sehr stark davon ab, welches Bild man von sich selbst hat, ob anstehende Anforderungen und Aufgaben auf eine Art und Weise bewältigt werden, die Zufriedenheit auslöst und davon, wie allgemein die Persönlichkeitsentwicklung und die soziale Einbindung gelingt (s. u.).

4.1.2 Die Bedeutung der Bewegung für die emotionale Entwicklung

Kinder zeigen ihre momentane Befindlichkeit, ihre Stimmungen und Emotionen in der Regel durch Körper- und Bewegungsäußerungen, sie hopsen und schreien vor Begeisterung, sinken frustriert in sich zusammen, stampfen und schlagen vor Wut um sich etc. Haben sie diese Gelegenheiten nicht, werden wesentliche Lebensäußerungen der Kinder unterdrückt, was sich schädlich auf die weitere Entwicklung auswirken kann.

Kreative Bewegung ermöglicht Kindern, erlebte Situationen ihres Alltags und ihrer Lebenswirklichkeit in spielerischem und damit vor Konsequenzen geschütztem Rahmen nachzuspielen und so gerade auch durch Medien vermittelte Eindrücke zu verarbeiten. Sie erleben sich z. B. selbst als die großen und starken Monster, die gefahrenfrei Türme (z. B. aus Schaumstoffbausteinen) einreißen und andere Kinder (oder Erwachsene) im Fangspiel verfolgen, oder sie erleben sich als von allen bewunderte schöne Artistin, die Kunststücke vorführt. Im Erleben unterschiedlicher Möglichkeiten des Verhaltens erwerben Kinder Kompetenzen und Strategien, um einen positiven Umgang mit ihren Emotionen und den an sie gestellten Anforderungen der Umwelt zu finden.

4.1.3 Die Bedeutung der Bewegung für die kognitive Entwicklung

Bewegung ermöglicht es einem Kind, Dinge in die Hand zu nehmen, auszuprobieren, wie diese „funktionieren“, festzustellen, wie Gegenstände auf Einwirkungen des Kindes reagieren und welche Unterschiede es dabei gibt. Durch und in der Bewegung ergeben sich Wahrnehmungseindrücke – sensorische Informationen werden provoziert, wiederholt, variiert, sortiert und Ergebnisse gespeichert. Das Kind lernt mit all seinen Sinnen. Um alle Sinne nutzen zu können braucht es Bewegungsaktivität.

Zunächst erfasst das Kind im „Be-greifen“ die äußeren Eigenschaften eines Objektes. Indem es dieses in Bewegung versetzt und mit ihm experimentiert erfährt es nach welchen Gesetzmäßigkeiten das Objekt funktioniert (Rollt es? Lässt es sich zusammendrücken? Kann man etwas darauf stellen? Fliegt es? Macht es Geräusche? …). Schließlich macht sich das Kind ein Bild, baut sich eine innere Vorstellung von dem Objekt und dessen Möglichkeiten. Diese Vorstellung braucht das Kind um voraussehen zu können, wie ein Objekt sich in bestimmten Situationen verhält. Erst mit diesem Wissen, mit inneren Vorstellungsbil-

dern kann das Kind Handlungen, Aufbauten und Verhaltensweisen planend entwickeln und Absichten verfolgen. Im Variieren von Bewegungshandlungen erlebt das Kind physikalische Phänomene wie z. B. Schwerkraft, Gleichgewicht oder Beschleunigung am eigenen Körper. Im körperlich-bewegten Experimentieren in unterschiedlichen Situationen (z. B. Höhe, Untergrund, Konsistenz) entdecken Kinder Zusammenhänge, lernen Ursachen und Wirkungen zu unterscheiden. Je vielfältiger und abwechslungsreicher die materielle Umwelt gestaltet wird, je mehr verändert werden kann, desto mehr Wissen und Erkenntnisse wird sich das Kind aneignen.

Über das Bild vom eigenen Körper und Erfahrungen mit diesem entwickelt das Kind sein räumliches Vorstellungsvermögen, lernt sich in verschiedenen Umgebungen zu orientieren und erwirbt Voraussetzungen zum Erwerb von Kulturtechniken, etwa dem Schreiben oder mathematischen Fähigkeiten. Der eigene Körper dient als Ausgangspunkt für das Verstehen von Begriffen wie vorne und hinten, oben und unten etc. Die Aufrichtung des Körpers und die Fortbewegung lassen Kinder große Objekte und räumliche Zusammenhänge aus verschiedenen Perspektiven erleben. Beziehungen wie weit und nah, aufwärts und abwärts, vor und hinter etc. werden erworben. Auch hier dient zunächst der eigene Körper als Bezugspunkt, erst später werden Beziehungen von Objekten untereinander unabhängig vom eigenen Standpunkt verstanden (*vgl. auch AYRES (1984), ZIMMER (2004), PIAGET (nach FLAMMER (1988/2009*).

Wie auch die Sprachentwicklung durch Bewegung unterstützt werden kann, wird in Kapitel 11: „Sprache und Bewegung“ erläutert.

4.1.4 Die Bedeutung der Bewegung für die soziale Entwicklung

Bewegung bietet in Kitas vielfältige Möglichkeiten soziale Erfahrungen zu sammeln. Allein schon durch den Aufenthalt in einem gemeinsamen Spiel- und Bewegungsraum ergeben sich häufig Notwendigkeiten zu Kommunikation und Absprachen. Wird etwa ein Spielgerät oder Material, z. B. ein Ball gemeinsam genutzt müssen Regeln vereinbart werden. Es müssen Vorschläge zur Nutzung gemacht werden, wobei sich immer wieder Konflikte ergeben können – auch hier gilt es Lösungen zu finden, die für alle akzeptabel sind. Im gemeinsamen Bewältigen einer Aufgabe, etwa der Herstellung eines Bauwerkes oder einer Bewegungslandschaft, lernen Kinder sich gegenseitig zuzuhören, eigene Ideen einzubringen, diese aber auch zurückzustellen wenn eine praktikablere - oder interessantere - Idee vorgeschlagen wird.

In der Beobachtung erfahrenerer Kinder lernen sie Möglichkeiten kennen, Probleme anzugehen. Ältere Kinder lernen auf schwächere Kinder Rücksicht zu nehmen. Sie suchen nach Möglichkeiten, diese ins Spiel einzubinden und erfahren sich in der Rolle des Stärkeren und des Helfenden. In solchen Situationen stellen Kinder fest, wie andere Kinder auf sie reagieren, sie erhalten eine von Erwachsenen unabhängige Rückmeldung über ihr Tun und Verhalten. Ebenso geben sie Rückmeldung, indem sie sich bestimmten Kindern zuwenden und sich von anderen abwenden.

Kleine Bewegungsspiele enthalten oft Anreize zur Zusammenarbeit – können aber auch Wettbewerbscharakter haben und sind dann mit Vorsicht anzubieten, um unnötige Frustrationen zu vermeiden. Durch den hohen motivationalen Aspekt (Spaßfaktor) der kleinen Spiele, der nur entsteht, wenn mehrere Kinder zusammenspielen, erleben sich Kinder als Bestandteil einer Gemeinschaft – sie fühlen sich der Gruppe zugehörig und in der Gruppe geborgen.

Kooperation kann sehr gut in Bewegungssituationen mit Partner/innen geübt werden. Gerade auch der Umgang mit Handgeräten und Alltagsgegenständen erleichtert das „In-Kontakt-Kommen“ der Kinder und fordert zu Situationen des Führens und Folgens heraus (vgl. Kapitel 16: „Rhythmik“). Erfolgserlebnisse, die in der ganzen Gruppe gemacht werden und Spielformen, die das Gemeinschaftserlebnis in den Mittelpunkt stellen, wie Kreisspiele, Tänze und kooperative Spiele, stärken das Zugehörigkeitsgefühl und vermitteln Sicherheit.

4.1.5 Die Bedeutung der Bewegung für die Entwicklung des Selbst

Der Begriff „Selbst“ beschreibt das „Ich-Sein“, das Bewusstsein für die eigenen Empfindungen, Wünsche und Hoffnungen, das Gefühl bezüglich der eigenen Fähigkeiten und Fertigkeiten und deren Grenzen. Er umfasst ebenso die Art und Weise Kommunikations- und Interaktionsmöglichkeiten zu nutzen, um sich mit der Umwelt abzustimmen und allgemein seine Wirklichkeit zu (er)leben. Wie ein Mensch sich selbst sieht und was er von sich selbst hält wird Selbstbild oder Selbstkonzept genannt. Dieses Selbstbild ergibt sich aus den Erfahrungen, die ein Mensch macht im wechselseitigen Umgang von Selbst und Umwelt: Wie weit gelingt es dem Kind, sich verständlich zu machen? Hat es Erfolg oder Misserfolg in seiner selbst bewirkten Auseinandersetzung mit Wünschen und Bedürfnissen, in der Verfolgung eigener Ziele? Erlebt es eine Wirkung seiner Handlungen an Gegenständen und eine Wirkung seiner Verhaltensweisen gegenüber Bezugspersonen? Empfindet es sich selbst als Ursache dieser Wirkungen? Sieht es, dass es etwas erreichen kann?

Informationen darüber bekommt das Kind aus seiner Sensorik, der Beobachtung des eigenen Verhaltens, aus der Beobachtung ihrer Wirkungen, aus dem Vergleich mit anderen und durch Rückmeldungen anderer Menschen seiner Umgebung.

Vor allem in der frühen Kindheit sind Körpererfahrungen prägend für die weitere Entwicklung. Der Körper bildet das erste Experimentierfeld für Wahrnehmungen. Über das Spüren des eigenen Körpers wird sich das Kind überhaupt erst seiner selbst als eigenständiger, von der Umwelt getrennter Person bewusst. Gleichzeitig ist sein Körper das einzige Mittel, um mit der Umwelt in Kontakt zu treten.

Da nahezu jede kindliche Eigenleistung durch Bewegung entsteht, ist bei Kindern das Selbstwertgefühl oft an körperlich-motorische Fähigkeiten geknüpft. Eine zentrale Stellung in der Selbstbewertung nimmt die Vorstellung

4.4.2 Ursachen, Veränderung der Bewegungswelt

Die jetzige (Groß-)Elterngeneration erinnert sich wahrscheinlich an eine Kindheit, in der man sich auf der Straße mit anderen Kindern traf, über Wiesen rannte, im Wald Hütten baute, in Hinterhöfen, zum Teil auch auf Straßen Versteck-, Ball- und Fangspiele u. ä. durchführte. Heutzutage sind Straßen bis ins höchste Kindesalter hinein z. T. zu gefährlich, um sich dort unbeaufsichtigt aufzuhalten, Hinterhöfe werden benötigt, um Autos abzustellen. In städtischen, teilweise sogar in ländlichen Regionen sind Wiesen und freie Spielflächen nicht ohne Gefährdungen zu erreichen oder schlicht nicht vorhanden.

Darüber hinaus wird Kindern oft nicht zugetraut, selbst auf sich aufzupassen – auch wenn es möglich wäre, Plätze zum Spielen selbständig zu erreichen. In bester Absicht werden Kinder von ihren Bezugspersonen in ihren Experimenten mit der Umwelt zu sehr gebremst, z. B. um Verletzungen vorzubeugen. Kinder sollen sich zurückhalten, damit Nachbarn (oder Eltern) nicht durch zu viel Lärm gestört werden. Bezugspersonen haben teilweise kein eigenes Bewegungsinteresse, Wege werden häufig nicht zu Fuß oder mit dem Fahrrad sondern in Autos zurückgelegt, Treppen nicht genutzt, sofern eine andere Möglichkeit besteht und eher unbewegte Freizeitaktivitäten bevorzugt. Nicht nur werden Kinder damit vom sich Bewegen abgehalten, sie erleben auch tagtäglich negative Bewegungsvorbilder und verlieren das eigene Interesse.

Der Kinderalltag ist oft geprägt vom Spielen in kleinen Räumen zuhause, von unterhaltendem, oft auch gut gemeintem pädagogischem Medienkonsum, von Aktivitäten in organisierten Gruppen und Vereinen, statt zufälliger und selbst gewählter Begegnungen. Gerade der häufig berichtete hohe Medienkonsum überfordert die neuronalen Verarbeitungsmöglichkeiten der Kinder. Sie werden mit einer Fülle von optischen und akustischen Reizen in hoher Geschwindigkeit überflutet, wohingegen die auf den eigenen Körper gerichteten Sinnesorgane kaum noch angesprochen werden. Kinder können diese Eindrücke nicht entsprechend schnell „sortieren“ oder gar verarbeiten, sie verlieren den Kontakt zum eigenen Selbst. Bedürfnisse werden nicht klar wahrgenommen und Bewegungsbedürfnisse verkümmern.

Räume für selbstständige Entdeckertouren und Experimente stehen wenig zur Verfügung. Teilweise wird versucht, diese Erfahrungen durch vorgeplante Aktivitäten und gestaltete Umgebungen zu ersetzen.

4.4.3 Wirkung

Da Bewegung, vor allem in der Kindheit alle Entwicklungsbereiche wesentlich beeinflusst, kann Bewegungsmangel auch zu Schwierigkeiten in allen Entwicklungsbereichen führen. Darüber hinaus bedingen und beeinflussen sich diese auch noch gegenseitig. So können Teufelskreise entstehen, die nur schwer wieder zu durchbrechen sind.

Im Orientierungsplan wird im Kapitel „Körper“ verwiesen auf aktuell fehlende oder zu schwach ausgebildete Fähigkeiten selbst von Kindern ohne besonderen Förderbedarf. Hierzu zählen sowohl Defizite im Bereich der Koordination und der Geschicklichkeit (wie Orientierung und Gleichgewicht, aber auch konditionelle Fähigkeiten, die Bereitschaft sich anzustrengen und allgemein das Körpergefühl).

Ein Mangel an konditionellen Voraussetzungen birgt mittel- bis langfristig die Gefahr chronischer Erkrankungen wie Übergewicht, Haltungsschäden oder Schwächen im Immunsystem, da das Funktionieren des Körpers abhängig ist von der Leistungsfähigkeit des Skelett-, Muskel- und Herz-Kreislauf-Systems. Nur regelmäßige Belastungsreize halten die Leistungsfähigkeit der Organe aufrecht oder lassen deren Steigerung zu. Kinder brauchen täglich Möglichkeiten, sich körperlich zu verausgaben, zu rennen und zu toben *(vgl. Zimmer 2004)*.

Der Mangel an koordinativen Fähigkeiten hingegen führt zu Schwierigkeiten, Bewegungsfertigkeiten zu erwerben oder erworbene Fähigkeiten gezielt und gut gesteuert einzusetzen. Kinder wirken dann oft „tollpatschig“, rempeln andere Kinder oder deren Bauwerke an, sind langsamer und weniger leistungsfähig.

Dem Kind fehlt die Sicherheit im Umgang mit Gegenständen und Räumen, es fehlen Erfahrungen mit Eigenschaften und Gesetzmäßigkeiten der Umwelt. Für Kinder besteht Denken aus Handeln. Kann das Kind nicht körperlich handelnd aktiv werden, können sich auch Vorstellungsvermögen, Planung von Aktionen und Abstraktionsvermögen weniger gut entwickeln.

Diese Unsicherheiten im Umgang mit dem eigenen Körper und der Umwelt können dazu führen, dass das Bild von der eigenen Person als unklar oder gar negativ empfunden wird, dass das Kind nicht an seine eigenen Fähigkeiten glaubt und Handlungsmöglichkeiten nicht erkennt. So traut es sich nicht zu, selbst etwas bewirken zu können, hält Erfolge für zufällig, und es mangelt ihm an Durchhaltevermögen.

Da im Kindesalter gerade das Bewegungskönnen oft bestimmend ist für das Selbstbild und die Rolle in der Gruppe sind auch soziale Schwierigkeiten zu befürchten: Leistungsschwache Kinder können bei Bewegungsspielen nicht so gut mitmachen, sie stören durch mangelnde Körperbeherrschung und werden dann eher ausgegrenzt, „tollpatschiges“ Handeln wird nicht verstanden und führt zu Konflikten. Schlimmstenfalls geraten Kinder in soziale Isolation und reagieren dann entsprechend durch Rückzug und/oder Aggressivität.

Hinweis: Zur Vorbeugung vgl. Kapitel 14 „Psychomotorik“ und Kapitel 6: „Bewegung und Gesundheit“

4.5 Aufgaben für Schülerinnen und Schüler

Aufgaben zum Thema „Funktion der Bewegung“

Titel	Was ist Bewegung?
Ziel	Einstieg – Bewegungsbegriff erwerben
Sozialform	Gruppe
Dauer	10 Minuten
Beschreibung	Die Schüler/innen machen ein Brainstorming zu Assoziationen zum Begriff „Bewegung“. Sie diskutieren über die unterschiedlichen Aussagen. Danach erläutern sie den Begriff „Bewegung“ und formulieren eine eigene Definition. Diese kann zustande kommen z. B. aus der Kombination mehrerer der unten vorgeschlagenen Aussagen. Welche sind für die Frühpädagogik am wichtigsten? *Mögliche Aussagen zum Begriff „Bewegung“:* *Menschliche Bewegung ist* *… Ortsveränderung im Raum.* *… Handeln und Tun.* *… die Steuerung von Muskeln und Gelenken durch das ZNS.* *… Ausdruck der Persönlichkeit.* *… emotional.* *… messbar.* *… zielgerichtet und absichtsvoll.* *… Wahrnehmung /Sinneserfahrung.* *… die Antwort auf die Verarbeitung von Reizen.* *… inneres Erleben.* *… Mittel zum Zweck.* *… Antrieb oder Energie.* *… in einen äußeren Zusammenhang eingebettet.*
Material	evtl. Moderationskärtchen und Stifte, Tafel

Titel	Selbstreflexion
Ziel	Erfassen der Funktionen der Bewegung in der Selbsterfahrung
Sozialform	unterschiedlich
Dauer	2 UE
Beschreibung	Unten aufgeführte oder ähnliche Stationen werden in einer Halle oder im Freien aufgebaut und mit Aufgabenkärtchen versehen. Die Schüler/innen führen möglichst viele der Aufgaben aus. Zusatzaufgabe ist es, jeweils die vorherrschende Funktion (Ziel, Zweck) der Bewegung herauszufinden und auf einem Arbeitsblatt zu notieren. Hilfsmittel zur Ergebnissicherung könnte die oben stehende Aufzählung von R. ZIMMER über die Funktionen der Bewegung für die Entwicklung von Kindern sein. In einem Reflexionsgespräch werden Unklarheiten geklärt und evtl. weitere Beispiele aus dem Kinderbewegungsbereich benannt. *Mögliche Stationen können Sie dem Arbeitsblattbeispiel (siehe unten) entnehmen*
Material	40 Bierdeckel, 3 Stepper (alternativ 1-2 Kastendeckel), 6 Luftballons, Markierungshütchen o.ä., 2 Bälle, 9 Chiffontücher, Verkleidungsmaterialien, 3 Wolldecken (oder Schwungtuch, dünne Matten), Matten Aufgabenkarten Arbeitsblatt (Beispiel hierfür siehe unten) Text: „Funktionen der Bewegung“

Arbeitsblatt: Funktionen der Bewegung
Benennen Sie die wichtigste Funktion (jeweils nur eine), die Bewegung in der jeweiligen Aufgabe hat.

(Markieren Sie, ob diese Dimension in Ihrem Alltag ausreichend umgesetzt wird (+) oder zu wenig (-), markieren Sie dasselbe für den Alltag der Kinder an Ihrer Praxisstelle.)

Nr.	Station	Schwerpunkt: Funktion der Bewegung	Ich +/-	Kinder +/-
a)	Bauen Sie mit einer Partner/in ein Gebilde aus 40 Bierdeckeln.			
b)	Steigen/Springen Sie solange auf den Stepper und wieder herunter, bis Sie eine deutliche Beschleunigung Ihres Herzschlages und eine Vertiefung Ihrer Atemfrequenz spüren.			
c)	Transportieren Sie mehrere Luftballons, ohne ihn mit Händen, Armen und Beinen zu berühren.			
d)	Laufen Sie mit einer Partner/in, die Sie für ungefähr gleich schnell halten, um die Wette.			
5	Spielen Sie mit 2 - 3 Partner/innen ein einfaches Fang- oder Ballspiel, zu dem Sie gerade Lust haben.			
6	Finden Sie eine oder mehrere Möglichkeiten, 3 Tücher in der Luft zu halten und stellen Sie einen kleinen Ablauf daraus zusammen.			
7	Verkleiden Sie sich mit den vorhandenen Materialien und finden Sie eine Haltung und Fortbewegung, die zu der von Ihnen in der Verkleidung dargestellten Figur passt.			
8	Heben Sie beide Arme zur Decke, dann kreisen Sie einen Arm nach vorne und gleichzeitig den anderen Arm nach hinten.			
9	Lassen Sie sich in mehrere Decken eng einwickeln.			

MPS, Fabri 2012