

Keine Lust auf Lustlosigkeit

Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen

02/03

Vorbemerkungen/Ziele

Unsere zu betreuenden Kinder und auch wir Erwachsene haben dann Lust auf Bewegung, Spiel und Sport, wenn unsere Anstrengungen ökonomisch oder für uns nützlich sind.

Kinder bewerten ihre Anstrengungen als ökonomisch, wenn die Aufgabenschwierigkeit den eigenen Fähigkeiten entspricht oder sie ihre bisherigen Anstrengungen als lohnenswert erachten.

Kinder strengen sich nicht an, wenn sie sich über- oder unterfordert fühlen bzw. wenn sich die gestellte Aufgabe nur mit zu großer Anstrengung lösen lässt.

Sie bewerten ihre Anstrengungen als nützlich, wenn Aufgaben für sie einsichtig (verstehbar) und zu bewältigen (machbar) sind. Dies ist meist der Fall, wenn Aufgaben weniger monoton oder einseitig sind und Kinder Einflussmöglichkeiten auf den Inhalt besitzen.

Weil sich Kinder nur selbst Wissen und Verhalten aneignen und verändern können, muss es ein Ziel unserer Erziehungsarbeit sein, ihnen Hilfen zur Selbsthilfe zu vermitteln, damit sie u.a. ihr Selbstkonzept entwickeln. Dann fällt es ihnen auch leichter, angemessen mit Misserfolgen umzugehen.

Vorbereitung auf die Bewegungszeit

In der Woche vor der Bewegungszeit werden die Kinder nach ihren Wünschen befragt, mit welchen Gegenständen sie in der nächsten Bewegungszeit experimentieren möchten. Außerdem werden sie eingeladen, selbst ihr Wunschobjekt mitzubringen.

Zeit:

90 Minuten

Teilnehmer/innen:

8- bis 10-jährige Kinder

Geräte/Material:

Selbst mitgebrachte Spiel- (wie Küchenrollen) und Sportgeräte (wie Bälle) oder es werden die von den Kindern gewünschten Gegenstände bereitegelegt.

Ort:

Sporthalle (bei Verwendung anderer Materialien ist eine Übertragung auf andere Bewegungsorte leicht möglich)



Stundenverlauf / Inhalte

● = Inhalt

□ = Organisation

EINSTIMMUNG

● Kinder betreten das Bewegungsfeld und bewegen sich nach Lust und Laune.

● Sitzkreis

Für Geburtstagskinder wird ein Geburtstagslied gesungen.

SCHWERPUNKT I

□ Kinder nehmen ihre selbst mitgebrachten bzw. wählen aus dem Spiel-/Sportgerätekorb die Gegenstände, mit denen sie etwas ausprobieren wollen, z.B. mit dem Fuß einen Ball auf einer Linie dribbeln oder eine Küchenrolle hoch in die Luft werfen und auffangen.

□ Wechsel der Gegenstände z.B. einen Tennisball auf dem Kopf balancieren.

● Anschließend kann jedes Kind sein Ausprobierendes zeigen.



Absichten / Gedanken

● = Absichten / Gedanken

➤ = Hinweis

➤ Ausleben des Bewegungsbedürfnisses.

● Festes Ritual zwecks Orientierung Gewohnheit/Sicherheit.

● Aufbau/Sicherung des eigenen Selbstkonzeptes, seines Selbstbildes (u.a. Bild über seine eigenen Stärken)

➤ ÜL gibt bei einer vom Kind gewünschten Hilfe Hinweise zum Gelingen der Aufgabenstellung bzw. schlägt weitere zu probierende Möglichkeiten vor.

● Vermehrung des Erfahrungsniveaus

➤ ÜL gibt bei Wunsch Unterstützungshilfe

● Aufbau und Stärkung des Selbstvertrauens; Zeigen von Stärken. Vermittlung von Erfolgserlebnissen.

➤ Kinder dürfen, müssen aber nichts zeigen!





**Autor:
Dr. Klaus
Balster**

Stundenverlauf / Inhalt

- Kinder können das bei den anderen Gesehene selbst ausprobieren.

SCHWERPUNKT II

Berücksichtigung eigener Interessen im partnerschaftlichen Handeln

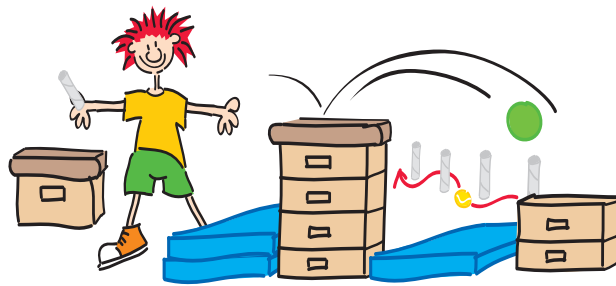
- Partnerweise stellen sich Kinder selbst Aufgaben z.B. eine Küchenrolle zuwerfen und fangen oder diese auf dem Kopf balancieren, dabei zu zweit durch den Raum gehen.

- Anschließend können die Paare ihr Ausprobiertes zeigen.

SCHWERPUNKT III

Berücksichtigung eigener Interessen im gemeinsamen Handeln mit Anderen

- Kinder bauen gemeinsam mit kleinen Kästen, Kastenoberteilen und Bänken eine Bewegungslandschaft auf, in der sie sich anschließend frei bewegen.



AUSKLANG

- Bewegter Ausklang nach eigenen Vorstellungen von Jungen und Mädchen; z.B. üben Jungen einige Tanzschritte ein oder jonglieren, einige Mädchen spielen auf ein selbst aufgebautes Tor Fußball oder experimentieren mit Gleichgewichtsgeräten.

Sitzkreis

- Kurzes Gespräch über die Schwerpunkte der Bewegungseinheit.
Interessen und Bedürfnisse der Kinder für die nächste Stunde erfragen.

Absichten / Gedanken

- *Erfahren ihrer Stärken; Erweiterung ihres Erfahrungsniveaus.*

- *Förderung des individuellen Leistungsniveaus, durch angemessene Aufgaben.*

- *ÜL gibt bei Wunsch weitere Anregungen oder Unterstützungshilfen.*

- *Aufbau und Stärkung des Selbstvertrauens; Zeigen von Stärken, Vermittlung von Erfolgserlebnissen.*

- *Kinder dürfen, müssen aber nichts zeigen!*

- *Förderung der Selbsttätigkeit; Erfahren der Selbstwirksamkeit;*

- *Individuelles Festlegen des Schwierigkeitsgrades.*

Der Aufbau der Landschaft kann auch unter ein Thema gestellt werden, wie Urwald, Kirmes etc.

Falls die Bewegungszeit außerhalb der Sporthalle durchgeführt wird, sind unterschiedliche Kartons statt Kästen, Bretter statt Bänke motivierend.

- *Festes Ritual zwecks Ausleben eigener Bewegungswünsche.*

- *Festes Ritual zwecks Orientierung/Rückschau.*

- *Sammeln von Übertragungsmöglichkeiten in den Lebensalltag.*

Literatur

Balster, K.: Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen Teil 4. 2. Aufl. 2002, Sportjugend NRW (Hrsg.)