

DIE BEWEGUNGSENTWICKLUNG

Heidi Spiess, 2008

„Bewegung ist der Motor der Gehirnentwicklung und zugleich ihr Ergebnis.“

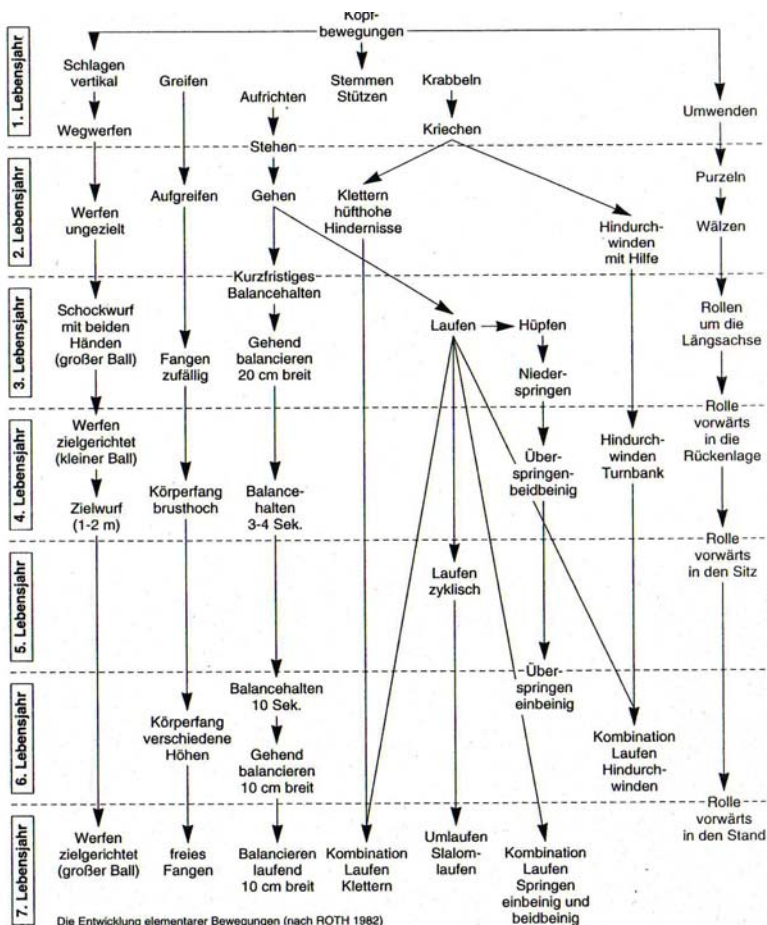
Lensing-Conrady 1996

Im Zentrum der Entwicklung steht die Bewegung.

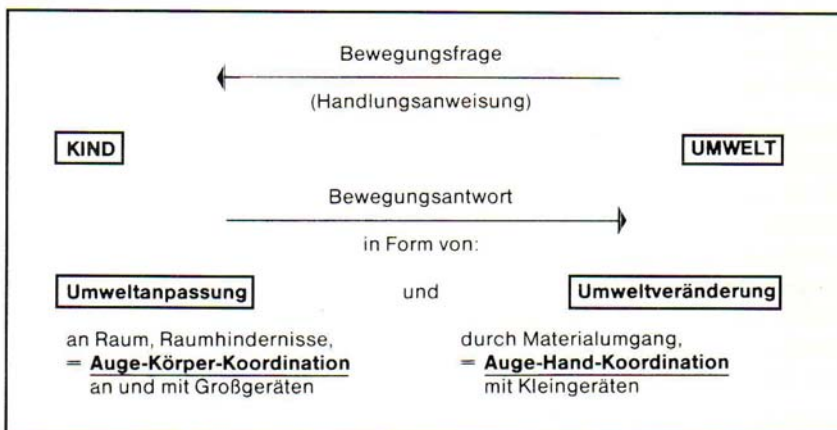
Nach der Auffassung von Motologie und Psychomotorik bilden Bewegungs- und Wahrnehmungstätigkeit, Erleben und Kognition eine untrennbare Einheit (Schilling 1990). Durch die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und mit der Umwelt wird das Kind handlungs- und kommunikationsfähig. Durch Herausforderungen entwickeln die Kinder neue Bewegungsmuster, durch ihre Neugier erfahren und entdecken sie die Welt. Mit geschickten Bewegungsangeboten können wir die Entwicklung positiv unterstützen. Die Bedeutung der Bewegung zum Aufbau von Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl ist heute erwiesen.

Der Bewegungsunterricht soll zur Persönlichkeitsentwicklung beitragen.

Die Bewegungsentwicklung verläuft von oben nach unten, von innen nach aussen und von groben, unbeholfenen Bewegungen hin zu präzisen verfeinerten Bewegungen.



Nach den Erkenntnissen von E.J.Kiphard eignet sich das Vorschulalter zum Erlernen von neuen Bewegungsmustern. Durch den natürlichen Bewegungsdrang der Kinder werden Aufgaben mit Aufforderungscharakter mit viel Eigeninitiative und grosser Kreativität gelöst. Durch das Anpassen bekannter Bewegungsmuster an neue Situationen werden die Bewegungsmuster einerseits gefestigt, andererseits entstehen neue Muster. So erlernen die Kinder spielend neue Bewegungen und erweitern ihren Bewegungsschatz. Auf Basis des Bewegungsrepertoirs werden neue Bewegungen erworben – je mehr Bewegungserfahrungen ein Kind in seiner Entwicklung gemacht hat und je besser die Grundfähigkeiten (Primärbedürfnisse) ausgebildet sind, desto leichter können später komplexe Bewegungsabläufe angepasst und erlernt werden.



Ernst J. Kiphard
Motopädagogik
Seite 18
2001

Lernvorgang durch Bewegungshandlungen

Abb. 2



Ernst J. Kiphard
Motopädagogik
Seite 23
2001

Abb. 3

Merkmale der Psychomotorik: *Gefühlserleben / Kognition*

- Enge Wechselbeziehung zwischen Seelischem und Körperlichem
- Gefühle und Affekte drücken sich in Haltung und Bewegung aus.
- Natürlicher Bewegungsdrang
- Aufgaben zum Experimentieren, zum Lösen suchen
- Vorhandene Bewegungsmuster vielfältig anpassen und variieren, spielen mit der Bewegung

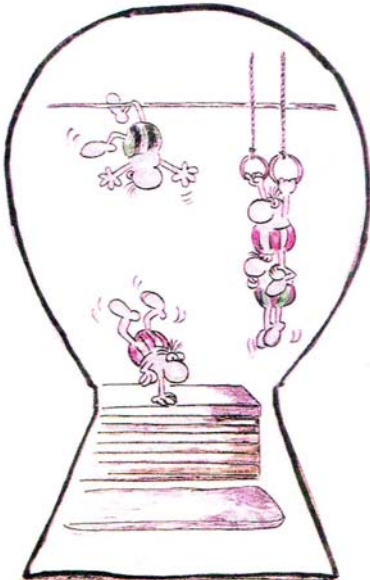
Merkmale der Soziomotorik: *Sozialwahrnehmung / Kommunikation*

- Bewegungsmässige Begegnung mit dem DU und Wir.
- Sozialkontakt, Kooperation und emotionale Kommunikation.

Zu beachten bleibt, dass die Entwicklung nicht linear verläuft und somit die Unterschiede zwischen Gleichaltrigen gross sein kann (heterogene Gruppen).

GROBMOTORIK

ungefähre Richtlinien ab 3 Jahren (Script J. Sägesser, IHP Bern)



3-4 Jahre:

- Geht Fuss vor Fuss setzend die Treppe hinunter
- Springt über ein ruhig gehaltenes Seil
- Turnt auf einfachen Klettergerüsten
- Ist unternehmungslustig und braucht viel Bewegungsraum
- Freude an Gleichgewichtsspielen

4-5 Jahre

- Bewegungen werden gezielter und kräftiger
- Wechselt häufig die Lage => Sitzen, Stehen, Kauern, am Boden liegen
....
- Lläuft, klettert und springt gerne.
- Versucht sich im Seilspringen, Roller oder Laufrad fahren, Rollschuh und Schlittschuh laufen => je nach Typ draufgängerisch oder eher vorsichtig und zurückhaltend
- Bewegt sich gerne zu Musik

5-6 Jahre

- Ist unternehmungslustig und in fast ständiger Bewegung
- Überschätzt sein Können oft und stürzt
- Sein Körper ist beim Schaukeln, bei Kreisspielen oder beim Hüpfen zu Musik gut ausbalanciert

6-7 Jahre

- Zeigt im Bewegungsverhalten grössere Vorsicht => kann gedanklich Bewegungsabläufe vorwegnehmen
- Bewegung und Ruhe wechseln sich ab
- Wiederholen komplizierte Bewegungen von sich aus immer wieder
- Üben und lernen mit Begeisterung Bewegungstätigkeiten wie Radfahren, Rollschuhlaufen, Seilspringen ...
- Achtet vermehrt bei sportlichen Tätigkeiten auf seine Leistungen, beginnt sich mit anderen zu messen.

BEDEUTUNG FÜR DEN BEWEGUNGS- UND SPORTUNTERRICHT

- Vielfältige Bewegungsangebote
- Viel Bewegungsraum, viel Bewegung erlauben und einplanen
- Bewegungen verändern anpassen, variieren => Spiel mit der Bewegung
- Differenzieren, Individualisieren => jedes Kind soll auf seinem Niveau üben können
- Von offenen Bewegungsaufgaben zu strukturierten Bewegungsabläufen

ÜBERSICHT ENTWICKLUNG VORSCHULKIND UND SCHULKIND

5/6 jährig	7/8 jährig	9/10 jährig
Egozentrische Haltung	Kontaktstreben, positive oder negative Zweierkontakte; Partner wechseln rasch	Bewusstsein von Gruppenzugehörigkeit. Streben nach Prestige
Eigenwilligkeit	Aufgabenwilligkeit	Bewegungslernalter
Emotional gefärbte Identifikation mit dem Lehrer	Sachlich distanzierte Haltung	Identifikation mit der Gruppe Erwarten absolute Gerechtigkeit
Nimmt Stimmung anderer wahr aber kann sich noch nicht ins Gegenüber versetzen.	Können mögliche Reaktionen und Gefühle anderer vorhersehen und ihr eigenes Verhalten darauf einrichten.	Können sich in Gruppen einfügen und andere Meinungen akzeptieren.
Begrenzte Konzentrationsfähigkeit und Ausdauer	Grössere Ausdauer und Konzentrationsfähigkeit	Grosse Lernbereitschaft und Ausdauerfähigkeit
Rollenspiele, Wahrnehmungsspiele	Regelspiele können variiert werden	Entwicklung von Sportspielen
Spielen vorwiegend nebeneinander	Spielen Miteinander- gegeneinander mit Partner	Spielen in der Gruppe neben-, mit-, für- und gegeneinander.
Lauf- und Fangspiele mit festgelegtem Laufweg	Anspruchsvollere Lauf- und Fangspiele, taktisches Verhalten wird aktuell	Lauf und Fangspiele werden mit Material ergänzt und variiert
Misserfolge können schlecht verarbeitet werden.	Je nach individueller Entwicklung können Misserfolge ertragen werden.	In Spielsituationen können Misserfolge akzeptiert werden
Wettkampfsituationen werden nur selten gesucht	Wettkämpfe gewinnen an Bedeutung	Wettkämpfen und Vergleichen mit Anderen ist wichtig
Erfahren, entdecken sind zentral	Erfahren und entdecken werden von üben und leisten langsam abgelöst	Üben und leisten, herausfordern und wetteifern stehen im Zentrum