



**Hans Jürgen Beins**

[www.psychomotorik-bonn.de](http://www.psychomotorik-bonn.de)

**Anlage zum Vortrag bei der Netzwerkveranstaltung Markenzeichen Bewegungskita  
am 14.11.2008 in Georgsmarienhütte**

Das Spiel (v. althochdt.: spil für „Tanzbewegung“) ist eine Tätigkeit, die ohne bewussten Zweck zum Vergnügen, zur Entspannung, allein aus Freude an ihrer Ausübung ausgeführt wird. Es ist eine Beschäftigung, die um der ihr selbst liegenden Zerstreuung, Erheiterung oder Anstrengung willen und oft in Gemeinschaft mit anderen vorgenommen wird....“

Wikipedia

„Kinderspiel ist das Gegenteil von Einsamkeit und das Spielen eine Fähigkeit, die auch der erwachsene Mensch nie gänzlich verlernen sollte“

Ingeborg Weber-Kellermann

Spiel ist der „unscharfe Rand“ unserer Wirklichkeit. Spiel verbindet Wirklichkeit mit Möglichkeit.

Jürgen Fritz

„Kinder sollten mehr spielen, als viele Kinder es heutzutage tun. Denn wenn man genügend spielt, solange man klein ist – dann trägt man Schätze mit sich herum, aus denen man später sein ganzes Leben lang schöpfen kann. Dann weiß man, was es heißt, in sich eine warme, geheime Welt zu haben, die einem Kraft gibt, wenn das Leben schwer ist. Was auch geschieht, was man auch erlebt, man hat diese Welt in seinem Innern, an die man sich halten kann.“

Astrid Lindgren

## **„Die spielen ja nur!?!“ oder**

### **Wie kommt Bewegung in den Kita-Alltag?**

Kinder wollen toben, rennen, rutschen, klettern, rollen oder schwingen. Bewegung und Spiel sind ihre grundlegenden Ausdrucks- und Betätigungsformen. Über Bewegung be-greifen sie sich selbst und entdecken so die Welt. In Bewegung er-fahren sie viel über sich und ihren Körper und erwerben so grundlegende Kenntnisse. Bewegung im Kindesalter wird von Ärzten, Entwicklungspsychologen und Pädagogen gleichermaßen empfohlen.

Wenn also die Bedeutung der Bewegung für die kindliche Entwicklung allgemein anerkannt wird und Kinder von sich aus Bewegungserfahrungen suchen, scheinen die Bedingungen für eine gesunde kindliche Entwicklung über Bewegung und Spiel geebnet. Nachrichten über Bewegungsmangel bei Kindern oder Übergewicht im Kindesalter lassen leider Anderes vermuten.

Halten Sie einen Moment inne und überlegen Sie, welche bedeutsamen Spiel- und Bewegungssituationen aus ihrer eigenen Kindheit Ihnen in Erinnerung kommen.

Sie haben sich erinnert? Wenn Sie sich spontan erinnert haben, zeigt dies, dass die Erfahrungen, die Sie gemacht haben, für Sie bedeutsam waren. Vermutlich sind es Bewegungsspiele die draußen und wohnortnah auf Straßen, in Wäldern, auf Wiesen, an Bächen oder in Hinterhöfen gespielt wurden. Vielleicht waren es Fang- oder Versteckspiele, Gummitwist, Seilspringen, Ballspiele oder waghalsige Klettereien. Sicher haben Sie mit anderen Kindern aus der Nachbarschaft gemeinsam gespielt und von den Älteren manche Spielidee und Regel übernommen und diese dann später an die Jüngeren weitergegeben. Erwachsene spielen bei Ihren Erinnerungen vermutlich kaum eine Rolle, zumindest nicht als diejenigen, die ihr Spiel angeleitet haben.

Die Rahmenbedingungen für Bewegung und Spiel haben sich deutlich verändert. Heutige Kindheit ist geprägt durch eine zunehmende Verhäuslichung des Kinderspiels, mit einem Verlust von wohnortnahen Bewegungs- und Spielflächen und einer zunehmenden Institutionalisierung von Bewegung durch organisierte Angebote. Das selbstorganisierte Spiel unter freiem Himmel, in dem viele Stunden selbstbestimmte Bewegung und selbst vereinbarte Regeln Platz hatten, ist vielfach weggefallen oder institutionalisierten Spiel- und Bewegungsangeboten gewichen. Der Alltag vieler Kinder ist geprägt durch vereinzelte, bewegungsarme Spielerfahrungen im medial gut ausgestatteten Kinderzimmer, verbunden mit dem Verlust vielfältiger Bewegung- und Sozialerfahrungen. Institutionalisierte Angebote wie Spiel- und Sportgruppen, die unter der Anleitung von Erwachsenen stattfinden, sollen diesen Verlust kompensieren. Die Zeittakte sind eng und die Kinder sehen sich häufig nur zu diesem Anlass, so dass eine Fortführung und Weiterentwicklung selten möglich ist.

Wie kann eine Kindertageseinrichtung auf diese Veränderungen reagieren? Kann sie dazu beitragen, zivilisationsbedingten Bewegungsmangel auszugleichen? Welche konkreten Ansatzpunkte bieten sich für die pädagogische Arbeit?

Einige Anregungen mögen helfen, sich diesen Fragen zu widmen. Dabei sollen die Räume, das Team, die Eltern und konkrete Bewegungsmöglichkeiten für Kinder in den Blick genommen werden.

### **Kinderräume sind Bewegungsräume**

Das Bewegungsbedürfnis vieler Kinder lässt sich nicht auf Turnstunden und Freispielzeiten begrenzen ohne sie massiv einzugrenzen. Also gilt es zunächst zu überlegen, welche Bewegungsräume eröffnet die Einrichtung. Welche Bewegungsaktivitäten sind im Außengelände, welche in den Innenräumen möglich. Gibt es im Außengelände Hügel und Mulden über die Kinder sich bewegen können. Können sie schaukeln, klettern, balancieren und haben sie Möglichkeiten sich selbst passende Bewegungsherausforderungen zu schaffen – z.B. durch eine Bewegungsbaustelle?

Welche Bewegungsmöglichkeiten bieten die Innenräume? Gibt es einen gut ausgestatteten Bewegungsraum, in denen Kinder z.B. Klettermöglichkeiten vorfinden und Sprünge auf eine Weichbodenmatte wagen können? Sind Drehscheiben, Hängematten und Rollbretter vorhanden, die auch in Innenräumen intensive Gleichgewichtserfahrungen eröffnen können? Welche Bewegungsaktivitäten sind in Gruppen- oder Funktionsräumen bzw. Fluren möglich und erwünscht? Hat die provozierende Forderung „Schafft die Stühle ab!“ (Renate Zimmer) schon Wirkungen gezeigt und zu einer Umwandlung von Sitz- in Bewegungsflächen geführt? Die Gestaltung und Nutzung der Innen- und Außenräume ist ein wesentlicher Schlüssel um Kindern vielfältige Bewegungs- und Spielmöglichkeiten zu eröffnen. Wechsel von Ruhe und Bewegung, von großräumiger Bewegung und Entspannung sollten den Kindern durch eine durchdachte Raumplanung ermöglicht werden.

Sofern vorhanden, sollten naturbelassene Räume, die sich in der Nähe der Kita befinden gemeinsam aufgesucht werden. Der amerikanische Journalist Richard Low stellt in seinem Buch „Last Child in the Woods“ bei amerikanischen Kindern eine Natur-Defizit-Störung (Nature-Deficit-Disorder) fest und gibt Hinweise, welchen Wert die Nutzung natürlicher Räume für eine gesunde Kindesentwicklung hat. Im Wald bieten sich den Kindern vielfältige Gelegenheiten, ihre Bewegungsfreude auszuleben. Ein Baumstamm, ein Hügel oder ein kleiner Bach laden die Kinder zu einem bewegten Spiel ein, sie können nach Lust und Laune klettern, springen oder balancieren.

### **Das Team – Bewegungsfreude vorhanden?**

Beschäftigen Sie sich bei einer Teamsitzung mit der Bedeutung von Bewegung für sich und Ihr Team. Bewegen Sie sich selbst gern? Wenn ja, wann und in welcher Form? Nutzen Sie Sportangebote von Vereinen oder anderen Einrichtungen, tanzen Sie gern, wandern Sie oder fahren Sie mit dem Fahrrad zur Arbeit? Bei den Überlegungen sollten nicht nur die normierten Bewegungen der Sportarten, die in einem institutionalisierten Rahmen stattfinden, eine Rolle spielen, sondern die Vielfalt von Bewegung und Motiven anklingen. Aus der Gegenwartsperspektive schauen Sie dann zurück in die eigene Kindheit. Haben Sie sich als

Kind gern bewegt oder ist ihnen die Bewegungsfreude (im Sportunterricht) abhanden gekommen? Die Auseinandersetzung mit solchen Fragen sollte einen Zugang zur eigenen Bewegungsbiographie eröffnen. Die eigene Bewegungsfreude zu erhalten oder neu zu entdecken ist ein guter Ausgangspunkt für Überlegungen zur Bedeutung von Bewegung in der Kita. Da die Bewegungsbedürfnisse Erwachsener häufig recht unterschiedlich zu denen der Kinder sind, gilt in einem zweiten Schritt zu überlegen, welche Bedürfnisse die Kinder der Kita zeigen und wie ein vielfältiges, kindgemäßes Angebot gestaltet werden kann.

### **Die Eltern waren auch mal Kinder**

Die Bedeutung von Bewegung für die gesunde Entwicklung ihres Kindes ist vielen Eltern heute grundsätzlich bewusst. Auch sie lesen und hören einiges über die gesundheitlichen Risiken von Bewegungsmangel oder die Bedeutung einer „gesunden Sinneskost“ (Hurrelmann) für die Entwicklung der Kinder. Dies führt aber nicht unbedingt dazu, dass die Kinder sich in Begleitung mit dem Laufrad oder Roller zur Kita bewegen. Vielmehr werden Sie auch bei kürzesten Wegen mit dem Auto gebracht. Auch sind die Erwartungen an den Bildungsauftrag der Kindertageseinrichtung nicht immer mit der Überzeugung verknüpft, dass eine gute Bewegungserziehung und vielfältige Wahrnehmungsförderung die beste schulische Vorbereitung sind. Aber genau dies ist der Fall, denn Kinder lernen in Bewegung. Was z.B. ein Baum ist, erschießt sich den Kindern nicht im Fernsehen oder PC. Sie müssen ihn mit den Händen erfassen, von seinen Früchten kosten, ihn zu verschiedenen Jahreszeiten betrachten, dem Rauschen der Blätter lauschen und auf ihn klettern. Die Kita als lebendigen Bewegungs- und Spielraum ihrer Kinder wertzuschätzen und sich über eine dreckige Hose mehr zu freuen als über langweilige Bastelaktivität gelingt Eltern leichter, wenn Sie z.B. an einem Elternabend überlegen, welche Spiel- und Bewegungsaktivitäten ihnen selbst als Kind große Freude gemacht haben. Sie werden feststellen, dass die Abenteuer, an die sie sich erinnern, nicht im von Erwachsenen bereiteten Zahlen- und Buchstabenland erlebt wurden, sondern mehr mit Freiraum und Selbstbestimmung zu tun hatten. Z.B. bietet die Einbeziehung von aufgeschlossenen Eltern in die Gestaltung einer Kletter- oder Matschlandschaft in der Kita viele Ansatzpunkte, um auf die Bedeutung von Bewegung aufmerksam zu machen. Ein bewegter Elternabend, der Bewegungs- und Spielfreude vermittelt, ist ein idealer Anlass, um den Zusammenhang von Bewegung und Bildung zu thematisieren.

### **Bewegung im Kita-Alltag**

Auf der Grundlage einer bewegungsfreundlichen Innen- und Außenraumgestaltung und der Aufgeschlossenheit des Teams und der Eltern gegenüber Bewegungsaktivitäten bieten sich vielfältige konkrete Ansatzpunkte. Eine lebendige Bewegungserziehung in der Kita ist heute vielfältig psychomotorisch ausgerichtet. „Psychomotorische Erfahrungen sind Erfahrungen, die das Kind mit seinem Leib und seiner Seele, seiner ganzen Person macht“ (Zimmer (1), S. 187). Der Zusammenhang von Motorik und Psyche findet in der Psychomotorik umfassend

Berücksichtigung. Auf kindgemäße Weise werden Bewegungsaktivitäten eröffnet, die offen sind und eigene Entscheidungsmöglichkeiten betonen. Nicht gleichförmige Bewegungsformen für alle Kinder sondern die freiwillige Teilnahme an erlebnisorientierten Angeboten, in denen die Kinder selbsttätig handeln sind beabsichtigt. Die Stärken des einzelnen Kindes werden gesehen und bieten den Ausgangspunkt für Motivation und Bewegungsfreude. Eine Haltung, die Vertrauen in die Kinder setzt und ihnen eigenwillige, originelle Lösungen zugesteht, lässt Raum für die Entwicklung von Kreativität und Selbstbewusstsein. Dies sind wichtige Ressourcen der Kinder, um ihre Zukunft optimistisch anzugehen. Die beobachtende Wahrnehmung der Kinder trägt dazu bei, ihnen anregende und passende Bedingungen zu schaffen, so dass sie sich entwickeln können.

So lassen abwechslungsreiche Bewegungslandschaften den Kindern die Wahl, ob sie einen Mattenberg erklimmen, sich in der Höhle verstecken oder mit Kleingeräten, Schaumstoffblöcken und Tüchern die Landschaft verändern oder erweitern. Die klassische Bewegungsbaustelle (Miedzinski), auf der die Kinder im Außengelände mit Brettern, Tonnen, Reifen und Schläuchen ständig wechselnde Bewegungssituationen schaffen, eröffnet wichtigen Gestaltungsspielraum. Im Unterschied zu den fest verschraubten Geräten vieler Spielplätze, können die Kinder auf der Bewegungsbaustelle ihre Räume verändern. Sie entwickeln eigene Ideen wie Brücken oder Wippen, sie bauen selbsttätig, helfen sich gegenseitig beim Transport eines Brettes und sind stolz, wenn sie ihre Bauwerke erproben.

Bewegungslandschaften und Bewegungsbaustellen können mit spannenden Angeboten ergänzt werden. So schafft ein Zirkusprojekt die Chance sich in den Bewegungskünsten wie Akrobatik, Tuchjonglieren, Tellerdrehen oder turnerischen Bewegungen zu versuchen. Beim Angebot zum Ringen und Raufen (vgl. Beudels) können die Kinder eigene Kräfte spüren und lernen Grenzen und Rücksichtnahme. Die Entwicklung von Spielen und Aufgaben mit dem Rollbrett und der Erwerb eines „Rollbrettführerscheins“ verbindet Bewegungsfreude mit Regelbewußtsein. Eine Erzieherin, die sich an ihre Begeisterung für Gummitwist oder das Seilspringen erinnert kann interessierte Kinder hiermit „infizieren“. Eine tänzerisch, rhythmische Aktion kann Kinder zu individuellen Bewegungen und Ausdrucksformen einladen. Ein Angebot zur Körperwahrnehmung und kindgemäßen Entspannung, bei dem die Kinder mit Seilen, Zollstöcken oder Steinen die Körperformen nachlegen oder sie sich gegenseitig mit Igelbällen und Malerrollen massieren, wird auch von vielen Kindern gern genutzt.

Vielfältige Kompetenzen des Teams, die in Fortbildungen regelmäßig erweitert werden, sind eine gute Basis, um selbst beweglich zu bleiben und die Kinder für sinnvolle, spielerische Bewegung zu begeistern. Nur vielseitige Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen schaffen die Grundlage für eine gesunde Persönlichkeitsentwicklung. Die Orientierung an einseitigen Bewegungsformen der Sportarten mit dem Ziel „schneller-höher-weiter“ ist für die Kita ungeeignet. Einer freudvollen, psychomotorischen Bewegungserziehung, die selbsttätiges Handeln eröffnet, erobert die Gegenwart und gehört die Zukunft in der Kita.

## **Literatur:**

- Beins, H.J.(Hrsg.): Kinder lernen in Bewegung . Dortmund 2007 (Buch mit DVD)
- Beins, H.J./ Cox, S.: „Die spielen ja nur!?“ Psychomotorik in der Kindergartenpraxis. Dortmund 2001
- Beudels, W.: Gegen Gewalt ankämpfen: Ringen und Raufen als präventives Angebot im Kindergarten. In: Motorik 1/2008
- Beudels, W./ Lensing, R./ Beins, H.J.:...das ist für mich ein Kinderspiel. Dortmund 1994
- Gebauer,K./Hüther, G.: Kinder brauchen Spielräume. Perspektiven für eine kreative Erziehung. Düsseldorf 2003
- Low, R.: Last Child in the Woods. Saving Our Children from Nature-Deficit-Disorder. New York 2006
- Miedzinski, K.: Die Bewegungsbaustelle. Dortmund 1996
- TPS – Leben, Lernen und Arbeiten in der Kita (Zeitschrift). Themenheft „Bewegung!“. Ausgabe 5/2008
- Zimmer, R.: Handbuch der Bewegungserziehung. Freiburg 1993 (1)
- Zimmer, R.: Handbuch der Psychomotorik. Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung von Kindern. Freiburg 2005
- Zimmer, R.: Schafft die Stühle ab! Bewegungsspiele für Kinder. Freiburg 1995

## **Anschrift des Verfassers:**

Hans Jürgen Beins  
Rheinische Akademie im Förderverein Psychomotorik  
Wernher-von-Braun Str. 3  
53113 Bonn  
[hans.beins@psychomotorik-bonn.de](mailto:hans.beins@psychomotorik-bonn.de)

**Fortbildungen zum Thema:**  
[www.psychomotorik-bonn.de](http://www.psychomotorik-bonn.de)