

Dr. Gabriela Falkenberg-Gurges

GEFÜHL BIS IN DIE FINGERSPITZEN

KÖRPERERFAHRUNGEN IN KINDERGRUPPEN



Burckhardthaus-Laetare

4. völlig neu überarbeitete Auflage 2013

© 2013 by
Burckhardthaus-Laetare, Körner Medien UG, München
www.burckhardthaus-laetare.de

Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe sowie der Übernahme auf Ton- und Bildträgern vorbehalten. Ausgenommen sind fotomechanische Auszüge für den eigenen wissenschaftlichen Bedarf.

Umschlaggestaltung: Patricia Fuchs, München
Titelfoto: © Igor Yaruta / Fotolia.de
Satz und Layout: Patricia Fuchs, München
Fotos: Dr. Anja Lusch, Freiburg
Druck und Verarbeitung: Publikum, Belgrad

ISBN 978-3-944548-10-4

INHALT

Gedanken zum Thema	7
Der Mensch vermag gar manches	9
Die Idee	10

Teil 1

Bewegter Einstieg	11
Bewegung als Grundlage	12
Lernen über die Sinne	14
Die Sinne	16
Zum Umgang mit dem Buch	19

Teil 2

Im Gleichgewicht	21
Gleichgewicht (Fähigkeit) und Balancieren (Tätigkeit)	22
Der Zauberer geht um	24
Jongleure und Akrobaten	25
Im Land der Spuren	26
Seiltänzer und Co.	26
Bänke, nicht nur zum Sitzen	27
Kleine Staffelspiele	28
Pudding in den Beinen	28
Zunächst einige Ideen für die Sport- oder Therapiekreisel	29
Ideen mit den Pedalos	29

Bonbon Nr. 1: Gleichgewichtsparadies	30
Gleichgewichtsgeslegenheiten	30
Gleichgewichtsgeschichte	31
Turngeräte „wackeln“	32
Wackelnder Kastendeckel	32
Wackelnde Bank	32
Die Hängebrücke	33
Die Wippe	33
Beweglicher Weichboden	34
Augen zu	34
Bewegte Rätsel	34

Teil 3

Räume für uns	35
Die räumliche Orientierungsfähigkeit ...	36
Den Raum erkunden	37
Schattenlauf	37
Die Lokomotive	38
Der Zauberkreis	38
Musikstopp	38
Die Tiergeschichte	39
Die Schiffsgeschichte	39
Die Hindernisbahn	40
Der Verkehrspolizist	40
Seilornamente	40

Heiße Reifen!	40
Der Ballon platzt	41
Bonbon Nr. 2: Schwingungen	42
Folien und Tücher	42
Tauschrausch	42
Tanztuch	44
Höhle und Versteck	44
Das Krokodilspiel	44
Folienstreifen	45
Sonnengeflecht	46

Teil 4

Musik im Blut	47
Rhythmusfähigkeit	48
Woher kommt's	49
Das Morsealphabet	50
Namen lernen	50
Rhythmusball	50
Rhythmische Reifen	51
Rhythmische Seile	51
Die Picknicküberraschung	52
Kreiseln	53
Der geheimnisvolle Mister X	53
Bonbon Nr. 3: Doppelklöppel	54
Hoppelmöppel, Stoppelföppel	54

Geklöppeltes	55
Klöppelbalance	56
Klopflöppel	56

Teil 5

Körperecho	57
Bewegungsschulung zur Förderung der Reaktionsfähigkeit	58
Berühren angesagt	59
Der Tiger ist los	60
Fangspiele	60
Formel 1	61
Spiegellauf	61
Reifenspaß und Ballvergnügen	61
Luftikus	62
Ballonrausch	62
Sandsäckchen	63
Lass fallen	63
Bonbon Nr. 4: Wir mit Papier	64
Regenschirm	64
Nicht berühren	64
Falten und flattern	65
Für die Rumpfmuskeln	66
Riesenputz	66
Gute Nacht	66

INHALT

Teil 6

Signale von innen 67

Kinästhetische Differenzierungsfähigkeit oder Muskel-/Bewegungssinn	68
Taktile Wahrnehmung	70
Spüren und berühren	70
Malen/reiben/rollen	71
Körperschema	72
Begrüßung	72
Körperliches	72
Spiegelung	73
Körperwahrnehmung	74
Rollo	74
Roboter und Marionette	74
Führen und Bretter	75
Spannung und Entspannung	76
Spannend und deckend	76
Schwingendes	76
Schläfst Du schon?	76
Ballblick	77
Fantasiereisen	79

Teil 7

Geschick im Blick 81

Geschicklichkeit und Gewandtheit	82
Gereift	82
Gewandt (mit Gerät)	83
Geballt	84
Spielspaß mit vier Beinen	85
Wetterstuhl	86

Teil 8

Bretter, die die Welt bedeuten 87

Spannung und Entspannung	88
Rollbrettsolo	89
Rollbrettduo	91
Nummernwettfahrt	91
1,2,3, Ochs' am Berg	92

Literatur 93

GEDANKEN ZUM THEMA

nes und Jens sind lebhaftige Kinder. Sie können kaum still sitzen und sich schlecht konzentrieren. Am liebsten laufen sie herum. Doch dabei wirken sie oft unkontrolliert oder unachtsam. Sie stoßen ständig irgendwo an, fallen hin, werfen etwas um und finden selten das rechte Bewegungsmaß für ihre Aktivitäten.

1. Beispiel:
Unruhe

Oliver ist eher das Gegenteil. Er kann sich lange Zeit still und ruhig beschäftigen, ist jedoch nur schwer aus der Reserve zu locken. Seine wenigen Bewegungsaktivitäten wirken langsam und zögerlich. Bei Spielen mit dem Gleichgewicht hat er große Schwierigkeiten, er ist sehr ängstlich und traut sich nicht viel zu. Geht es um Bewegung, zieht er sich lieber zurück.

2. Beispiel:
Phlegma

Kiki erscheint dagegen wie eine kleine Bewegungskünstlerin. Werden ihr motorische Aufgaben gestellt, kann sie diese schnell aufnehmen und umsetzen. Sie probiert gern Neues aus und kann nicht genug Bewegungsanreize bekommen. Ungeduldig wartet sie auf jede Gelegenheit, aktiv etwas zu tun und daraus zu lernen. Doch selbst Kiki hat ein großes Problem. Denn ihre räumliche Bewegungsfreiheit zu Hause ist sehr begrenzt.

3. Beispiel:
Aktivität

Ganz unterschiedliche Kinder werden hier charakterisiert, die jedoch eines gemeinsam haben: Sie brauchen gelenkte, geleitete, häufige und regelmäßige Bewegungsangebote. Es ist nicht Sache dieses Buches, die vielfältigen Gründe und Ursachen zu untersuchen.

Vieles fehlt

Obwohl spontan ein ganzer Katalog solcher Faktoren zusammengetragen werden könnte, wie etwa das lange Stillsitzen und Lernen in der Schule, die fehlenden Spielräume, die vielen Reglementierungen im kindlichen Alltag, die Rolle der Unterhaltungsmedien, aber auch die vielfach bewegungsarmen Spiele.

Die Autorin dieses Buches, Dr. Gabriela Falkenberg-Gurges, hat in ihrer langjährigen Tätigkeit als Sportdozentin vielfältige Erfahrungen

GEDANKEN ZUM THEMA

machen können. In ihrer umfassenden Ausbildungstätigkeit stellte sie eines immer wieder fest. Immer mehr Kinder zeigen deutlich, dass es ihnen an Bewegung und dann auch angeleiteter Bewegung mangelt. Sie ist wesentliches Element für Entwicklung und Wachstum, und sie ist ein existenzielles Bedürfnis für die Kinder.

Bewegung heißt
Entwicklung

Deshalb muss unserer bewegungsarmen und reizüberfluteten Welt etwas gegenübergestellt werden, in Form von sinnvollem und sinnvollem bewegten Spielens! Genau damit befasst sich dieser Band. Im ersten Kapitel werden die Vorbedingungen geklärt, die unterschiedlichen Sinnestätigkeiten beschrieben, wird Bewegung als Grundlage menschlicher Entwicklung gekennzeichnet. Danach werden, geordnet nach den verschiedenen beteiligten Sinnen und koordinativen Fähigkeiten, bewährte und neue Spielformen beschrieben. Gefühl bis in die Fingerspitzen haben die Kinder, zumindest die Grundlagen dazu. Was sie daraus für das eigene Leben entwickeln, das liegt sehr stark in unserer, der „erwachsenen“ Verantwortung. Zeigen wir, dass wir diese Verantwortung auch übernehmen und damit notwendige Kulturqualifikationen vermitteln.

Wir haben für dieses Buch durchgehend die männliche Anrede gewählt. Für diese sprachtechnisch notwendige Entscheidung bitten wir unsere Leserinnen um Verständnis.

Berlin, im Juni 2013

Hajo Bücken