

Fachtagung „Kleine Schritte, große Sprünge – Kindheit in Bewegung“

Entwicklung und Förderung der Selbstwahrnehmung im Sport im Kindesalter

Referent*in: Annalena Veltmaat & Prof. Dr. Dennis Dreiskämper

Kinder sollen vielfältige Bewegungserfahrungen in Kita, Schule, Ganzttag, Familie und anderen Settings erleben. Hierbei sammeln sie verschiedenste Eindrücke, zum Beispiel, was ihnen Spaß macht, was sie gut oder weniger gut können oder wie sie sich in bestimmten Übungsformen und Spielen verbessern. Diese bewusste Wahrnehmung der Bewegungserfahrungen zu fördern, ist wichtig für die Entwicklung des Selbstkonzepts im Kindesalter. Das Selbstkonzept, also das Wissen um eigene Stärken und Schwächen, um Vorlieben und Interessen, entwickelt sich im Laufe der Kindheit von einem basalen Selbstverständnis hin zu einer realistischen Selbstwahrnehmung (Dreiskämper et al., 2022). Diese Entwicklung zu fördern ermöglicht es Kindern, sich in der Welt von Bewegung, Spiel und Sport wohlfühlen und zurechtzufinden. Ein realistisches und positives Selbstkonzept im Kindesalter zu entwickeln trägt daher maßgeblich zu lebenslangem Sport- und Bewegungsverhalten bei. Darüber hinaus wird ein Blick auf die Einflussfaktoren auf die Selbstwahrnehmung geworfen, insbesondere auf die Rollen von Bezugsnormen vermittelnden Akteuren wie Eltern, Erzieher:innen, Trainer:innen, Peers, aber auch Medien. Der Workshop beinhaltet daher drei Teilbereiche: Die Wissensvermittlung zur Selbstwahrnehmung und deren Entwicklung und Bedeutung im Kindesalter, die Erarbeitung von Möglichkeiten der Förderung der Selbstwahrnehmung in Settings wie Kita oder OGS sowie die praktische Erprobung dieser Methoden in Beispielaufgaben.