

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

Der Regenbogenfisch - eine psychomotorisch orientierte Förderung der elementaren motorischen Fertigkeiten

Zeitblock: *wird nach Erstellung des Zeitplans ausgefüllt*

Ort: *wird nach Erstellung des Zeitplans ausgefüllt*

Referent*in: **Dr. Meike Riedel**

Als elementare motorische Fertigkeiten werden z.B. hüpfen, laufen, klettern, rollen, werfen, fangen oder balancieren bezeichnet (Winter & Hartmann, 2007, 261f.). Diese sogenannten grundlegenden Bewegungsformen spielen vor allem im Verlauf der motorischen Entwicklung von Kindern eine wichtige Rolle. Sie stellen eine elementare Basis für das Erlernen und Bewältigen verschiedener sportartspezifischer Techniken dar und ermöglichen den Kindern eine erfolgreiche Teilhabe an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur. Damit sich die elementaren motorischen Fertigkeiten adäquat entwickeln und ausbilden können, sind regelmäßige, ausgiebige und vielfältige Bewegungsmöglichkeiten und -erfahrungen beginnend vom Kleinkindalter zwingend notwendig und unerlässlich. Viele Kinder erreichen jedoch heutzutage nicht mehr die empfohlene tägliche Bewegungszeit (Breuer, Joisten & Schmidt, 2020, 14). Die Bewegungsempfehlungen liegen laut den nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung für das Vorschulalter bei 180 min pro Tag und mehr, die aus angeleiteter und nicht angeleiteter Bewegung bestehen kann (Rütten & Pfeiffer, 2016, 25). Ein andauernder Bewegungsmangel wirkt sich negativ auf die motorische Leistungsfähigkeit (konditionelle und koordinative Fähigkeiten) und somit auch negativ auf die elementaren motorischen Fertigkeiten von Kindern aus. Diese sind in der heutigen Zeit deutlich geringer ausgeprägt als noch in früheren Generationen (Breuer, Joisten & Schmidt, 2020, 14).

In diesem Workshop wird ausgehend von einer Geschichte vom „Der Regenbogenfisch“ eine psychomotorisch orientierte Förderung der Basisfertigkeiten vorgestellt. In einem Wechsel zwischen Vorlesen, kleinen Spielen und Bewegungssequenzen wird den Teilnehmenden die Möglichkeit gegeben, selber als kleiner Regenbogenfisch die psychomotorisch orientierte Förderung zu erleben und auszuprobieren.

Literatur

- Breuer, C., Joisten, C & Schmidt, W. (2020). Vierte Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht. Gesundheit, Leistung und Gesellschaft. Hofmann.
- Rütten, A. & Pfeiffer, K. (2016): Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung. FAU.
- Winter, R. & Hartmann, C. (2007): Die motorische Entwicklung des Menschen von Geburt bis ins hohe Alter. In K. Meinel & G. Schnabel, G. (Hrsg.), Bewegungslehre Sportmotorik. Abriss einer Theorie der Sportlichen Motorik unter pädagogischen Aspekt (S. 243-373). Meyer & Mey-er.