

Frühbewegt!



Eine Dortmunder Initiative
für Eltern und Kinder
zur Förderung von Spiel
und Bewegung



IMPRESSUM

Herausgeber/Redaktion:

Stadt Dortmund – Jugendamt, Familien-Projekt, Kordula Leyk (verantwortlich), Ingolf Sinn
Förderverein Bewegungsambulatorium der TU Dortmund e.V. – Prof.in Dr. Stefanie Kuhlenkamp
StadtSportBund Dortmund e.V. – Mathias Grasediek

Autorinnen:

Anika Krüger, Dipl.-Rehabilitationspädagogin
Förderverein Bewegungsambulatorium an der Universität Dortmund e. V.
Kordinatorin und fachliche Begleitung der Bewegungsforscher und der Mobilen Bewegungsbaustelle.
Unter Mitwirkung von Prof.in Dr. Stefanie Kuhlenkamp, 1. Vorsitzende des Fördervereins Bewegungsambulatoriums an der
Universität Dortmund e. V. und Iris Peters, Dipl. Sportlehrerin, Motopädin, StadtSportBund Dortmund e. V.

Fotos:

Anika Krüger und Bettina Teufel

Kommunikationskonzept, Satz, Druck:

Dortmund-Agentur – 05/2016

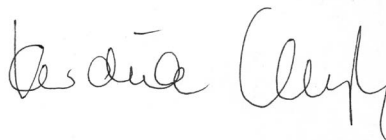
Liebe Leserin, lieber Leser,

Lernen geschieht über Bewegung und Spiel. Sehen Sie das auch so? Dann sind Sie bei Frühbewegt! genau richtig! Denn wir machen Lust auf Bewegung und Begegnung und zwar von Anfang an. Wir wollen das Bewusstsein für die Bedeutung von Bewegung und Spiel stärken. Wir machen uns stark für gleiche Entwicklungschancen aller Kinder.

Frühbewegt! ist das Resultat einer langjährigen Zusammenarbeit des Dortmunder Familien-Projekts, des Bewegungsambulatoriums an der TU Dortmund sowie des StadtSportBund Dortmund e. V. und vieler seiner Sportvereine. Unser Netzwerk steht für ein gemeinsames Ziel: Kleinkinder in Dortmund sollen sich viel bewegen und die Welt selbständig und spielerisch entdecken können. Frühbewegt! bietet daher jungen Familien in Dortmund die Möglichkeit, an wohnortnahen Eltern-Kind-Angeboten teilzunehmen, bei denen die Interessen und individuellen Bedürfnisse der Kinder und Eltern im Mittelpunkt stehen. Dies ist möglich, weil immer mehr Sportvereine, Familienzentren und unterschiedlichste Tageseinrichtungen für Kinder mit uns kooperieren und ihre Bewegungsräume und Übungsleiterinnen und Übungsleiter zur Verfügung stellen.

Diese Broschüre gibt einen Überblick über das zugrundeliegende pädagogische Konzept unserer Bewegungsangebote und informiert über weitere Angebote sowie über Aufgaben der einzelnen Netzwerkpartner.

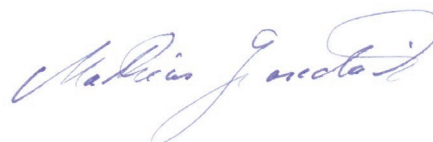
Wir freuen uns über Ihr Interesse und wünschen viel Freude beim Lesen!



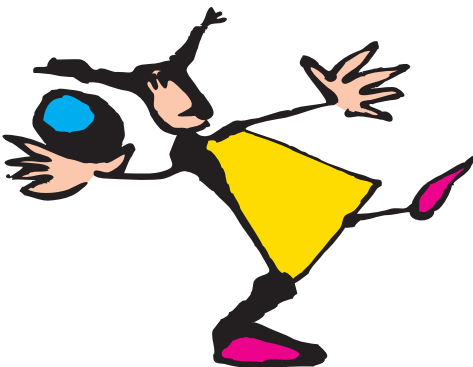
Kordula Leyk
Bereichsleiterin Familien-Projekt



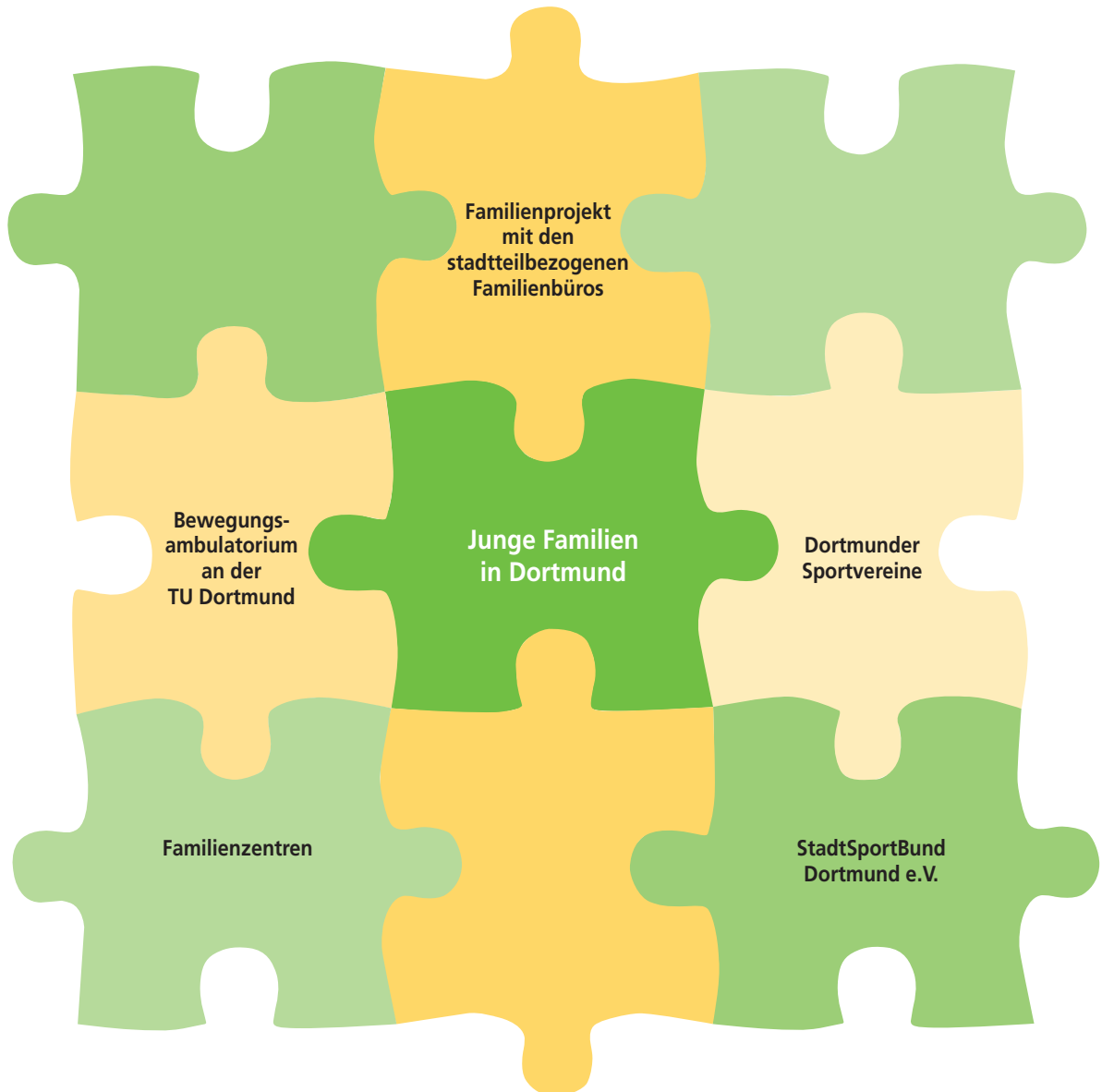
Prof.in Dr. Stefanie Kuhlenkamp
Geschäftsführerin Förderverein
Bewegungsambulatorium der TU Dortmund e. V.



Mathias Grasediek
Geschäftsführer
StadtSportBund Dortmund e. V.

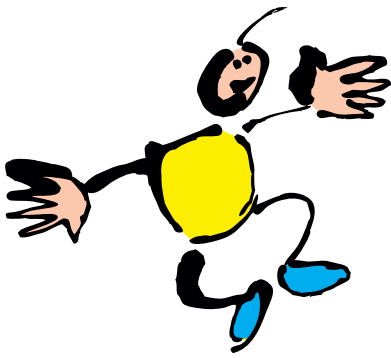


ein Netzwerk mit gemeinsamen Zielen



Unsere Ziele im Überblick

- Bewegungsräume und -angebote schaffen
- Qualität der Bewegungsangebote sichern
- Bildungspartner vor Ort vernetzen
- Ansprechpartner für die frühe Bewegungsförderung sein
- Kursleiter/-innen ausbilden und coachen



Unsere Aufgabe: Bewegungsräume schaffen

Das natürliche Bewegungsbedürfnis von Kindern wird mehr denn je eingeschränkt. Das liegt nicht nur an beengten Wohnverhältnissen oder einem verkehrsreichen Wohnumfeld. Auch vollgepackte Terminkalender sorgen zunehmend dafür, dass schon Kleinstkinder zu viel Zeit im Sitzen verbringen und Kinder immer seltener selbstbestimmt spielen können. Wir wollen deshalb für Alternativen sorgen und Orte schaffen, die jede Menge Erfahrungs- und Entfaltungsmöglichkeiten und vor allem Platz für Bewegung bieten.

Frühbewegt! kooperiert mit wohnortnahen Partnern. So werden immer häufiger Räume in Kindertageseinrichtungen, Kirchengemeinden oder Sportvereinen, aber auch Turnhallen über die eigentliche Nutzung hinaus zu abenteuerlichen Bewegungslandschaften, in denen sich Kleinkinder mit ihren Eltern ausprobieren und über Bewegung nach und nach immer eigenständiger werden.



*Kinder lernen in
Bewegung und
Bewegung ist der
Motor der Entwicklung!*

Wir bringen Familien in Bewegung – unsere Angebote

Unsere Bewegungsangebote sind speziell auf die Bewegungs- und Erfahrungsbedürfnisse von Kindern im Alter von 0–4 Jahren ausgerichtet. Sie werden wöchentlich in vielen Stadtbezirken Dortmunds angeboten. Die Mobilen Bewegungsbaustellen finden an vier aufeinanderfolgenden Terminen statt. Sie sind als eine Art Schnupperkurs zu verstehen, bei dem Familien unser Konzept der frühen Bewegungsförderung kennenlernen können. Im Anschluss können sie sich für eines der fortlaufenden und kostenpflichtigen Eltern-Kind-Angebote anmelden: Die Bewegungsforscher oder Bewegungszwerge!



Dank der Initiative des StadtSportBund Dortmund e. V. bieten immer mehr ortsansässige Sportvereine Bewegungszwerge-Kurse an und füllen damit eine Nische – Bewegungsangebote für Unter-Drei-Jährige. Ebenso ist damit der Zugang für einen aktiven Lebensstil gelegt: denn Sportvereine bieten in der Regel zahlreiche anschließende Bewegungsangebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Wo und wann die nächste Bewegungsbaustelle in Ihrer Nähe stattfindet oder ein fortlaufendes Angebot läuft, wissen die jeweiligen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Familienbüros bzw. des StadtSportBund Dortmund e. V.

Qualifizierungsmaßnahmen und Workshops

Geleitet werden unsere Angebote von qualifizierten Fachkräften. Diese sind und werden im Bereich der frühkindlichen Bewegungsentwicklung fortlaufend geschult. Sie sind immer offen für Ihre Fragen. Das Bewegungsambulatorium der TU Dortmund bietet als Begründer des pädagogischen Konzeptes gemeinsam mit dem StadtSportBund Dortmund e. V. neben den Qualifizierungsmaßnahmen für Kursleiterinnen und Kursleiter auch speziell auf die Bedürfnisse von Kindertageseinrichtungen/Sportvereinen oder Elterninitiativen zugeschnittene Info-Abende oder Workshops an. Wir freuen uns über Ihre Anfragen!

→ Kontaktdaten finden Sie am Ende dieser Broschüre.

Unser Konzept der frühkindlichen Bewegungsförderung

... eigene Erfahrungen machen

Wenn Eltern mit ihrem Kind den Raum betreten, ist stets schon eine Menge aufgebaut zum Klettern, Springen, Rutschen oder Schaukeln. Das Kind wird kleine Materialien entdecken, wie Fühlsäckchen, Alltagsmaterialien oder spannende Bälle. Nach einer kurzen Begrüßungsrunde können die Kinder frei wählen, womit sie spielen – ganz ohne Vorgaben. Das ist für Eltern oft ungewohnt – vielleicht, weil viele es anders kennen. „Einer nach dem anderen!“ ist zum Beispiel eine gelernte Regel, die Sinn macht und die wir gern an unsere Kinder weitergeben. Keine Frage, auch wir haben dieses Ziel vor Augen, doch wählen wir einen anderen Weg dorthin: Den Weg des Begreifens! Es ist doch viel spannender für ein Kind, wenn es feststellt, dass es schwierig ist, wenn es rutschen will und von unten ein anderes Kind hochklettert. Dann kann es sich fürs Warten entscheiden und lernt, sein Bedürfnis zurückzustellen. Beim fünften oder sechsten Mal spürt es aber, dass es keine Lust mehr hat zu warten und lernt, seine Rechte einzufordern: „Nein! Ich bin jetzt dran!“. Und wenn das Kind dann auch noch selbstständig die Rutsche hinaufgeklettert ist, hat es gelernt, sich etwas selbst zu erarbeiten. Das Hinunterrutschen wird auf diese Weise als Erfolg erlebt.



Es geht darum, über das eigene Erleben Zusammenhänge zu erkennen und eigene Erfahrungen zu machen, auf die das Kind in seiner weiteren Entwicklung zurückgreifen kann.

„Wesentlich ist, dass das Kind möglichst viele Dinge selbst entdeckt. Wenn wir ihm bei der Lösung aller Aufgaben behilflich sind, dann berauben wir es gerade dessen, was für seine geistige Entwicklung das Wichtigste ist.“

Emmi Pikler

Ein Zuviel an Angeboten kann das Kind überfluten und seine Entwicklung eher hemmen, weil es sich zurückzieht. Es schützt sich damit vor einer Reizüberflutung. Oder aber es verlernt, wichtige von unwichtigen Reizen zu unterscheiden, wird unruhig und unkonzentriert. Deshalb soll das Kind bei uns immer mitbestimmen können, was es gerade lernen möchte.

... sich als Erwachsener selbst zurücknehmen

Wir Erwachsene haben dabei eine wichtige Aufgabe: Wir lassen den Kindern Zeit und ziehen uns zurück, sobald wir nicht gebraucht werden. Wir sorgen zunächst für eine vertrauensvolle Umgebung, die genügend Gewohntes, aber auch Spannendes und Neues bietet. Generell vermeiden wir Situationen, in denen bestimmte Bewegungen gezielt und unter Anleitung geübt werden. Die Aufbauten und Materialien sind immer Angebote, aus denen das Kind auswählen darf.

Es geht darum, über das eigene Erleben Zusammenhänge zu erkennen und eigene Erfahrungen zu machen, auf die ich zurückgreifen kann.



Ein Kind mit einer solch sensiblen und einfühlsamen Umwelt wird ganz sicher zu einem selbstbewussten Menschen heranwachsen, der seine Bedürfnisse und seine Fähigkeiten sehr gut einschätzen lernt. Denn es ist sicher, dass Sie als Eltern dabei sind und aufmerksam beobachten. Das Kind wird stolz sein, ganz allein Lösungswege entwickelt zu haben. Und – ganz wichtig! – es erfährt, dass es ein Mitbestimmungsrecht hat und nach und nach auch Verantwortung für das eigene Handeln übernehmen muss.

... psychomotorische Begegnungen schaffen

Louisa traut sich etwas!

Das folgende Beispiel zeigt Ihnen sehr anschaulich das zugrundeliegende Konzept unserer Arbeit: die Psychomotorische Bewegungsförderung.



Wir sehen hier ein Mädchen, dessen Neugierde für das Bewegungsangebot ganz offensichtlich geweckt wurde. Wahrscheinlich wird es den Aufbau als ein Wagnis einstufen: Es ist schräg, wackelig und sicher auch ein wenig dunkel in der Rolle. Mit etwas Zuspruch seitens der Mutter und ihrem Wissen, dass in schwierigen Situationen immer jemand für sie da ist, wird Louisa sich vielleicht überwinden – wenn auch vielleicht nicht beim ersten Mal – und das Wagnis eingehen. Wenn sie es allein geschafft hat und Freude dabei hatte, wird ihr Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten wachsen. Erlebt sie dies auch in anderen Situationen immer wieder, geht sie neuen Dingen optimistisch entgegen und wird neugierig auf Neues. Sie wird Freude am Lernen entwickeln, frei nach dem Satz: „Ich habe schon so vieles geschafft, dann werde ich das auch schaffen!“ Es lässt sich also festhalten, dass allein die Annahme neuer Herausforderungen Entwicklung ermöglicht. Und nicht nur das! Denn Kinder, die über einen sicheren Umgang mit Gefahren und Risiken verfügen, genießen ein hohes Ansehen unter Gleichaltrigen. Sie werden zum Vorbild für andere Kinder.

... über Bewegung lernen

Beim Klettern, Rutschen, Bauen oder Schaukeln kommt bei den Kindern immer auch gedanklich einiges in Bewegung! In jeder neuen Situation werden sie herausgefordert und zum Denken angeregt, wenn es darum geht, eine Lösung für ein Problem zu finden: Wie komme ich da runter? Ob ich das schon alleine kann oder brauche ich Hilfe? Wie kann ich deutlich machen, dass ich den Ball jetzt mal ganz allein haben will? Kinder nehmen Dinge in ihrer Umgebung wahr und wollen alles erforschen. Sie lernen nach einem einfachen Prinzip:



Denn entweder das Kind sieht einen Ball und krabbelt sofort hin oder aber es lernt krabbeln und sieht dabei plötzlich einen interessanten Ball, dessen Eigenschaften es dann erforscht. Das Kind schult beim Spielen die Fähigkeit, sich lange auf eine Sache konzentrieren zu können – eine wichtige Fähigkeit für die Schule und fürs Lernen allgemein.

Im gemeinsamen Spiel lernen Kinder, eigene Gefühle auszudrücken sowie die Gefühle anderer zu deuten. Zudem haben Kinder die Möglichkeit, sich selbst als wichtiges Mitglied der Gruppe zu erfahren. Die Kinder erfahren, dass sie Hilfe bekommen oder selbst jemandem helfen können. Sie lernen, wie es sich anfühlt, warten zu müssen oder vorgelassen zu werden. Sie können sich als wilder Tiger oder zarte Maus erleben und sie stellen fest, dass andere Kinder ganz andere Dinge mögen oder eben die gleichen Dinge. All diese Erfahrungen sind wichtig für den Aufbau eines guten Sozialverhaltens.

**„Ohne Bewegung keine Wahrnehmung.
Ohne Wahrnehmung keine Bewegung!“**

Melchior Palágyi

Sozialerfahrungen sammeln





**„Wenn man das
Wagnis des
Ungewissen nicht
auf sich nimmt,
bleibt man auf
der Stelle stehn.“**

Hugo Kükelhaus



... bewegend zur Sprache kommen

Auch der Erwerb der Sprache gelingt nur über die Bewegung. Denn alle Erfahrungen, die das Kind mit dem Körper, also über die Bewegung, macht, werden in Verbindung mit der Sprache der Erwachsenen zu Begriffen. Fachleute nennen dies „Vom Greifen zum Begriff“. Das Wort „Ball“ bekommt nur im gemeinsamen Spiel mit Geschwistern oder Eltern eine Bedeutung. Denn erst wenn das Kind erfährt, dass ein Ball rollen, wegspringen und wieder gefangen werden kann und es ertasten kann, wie der Ball sich anfühlt, wird es seine Erlebnisse mit diesem „runden Ding“ mit dem gehörten Wort „Ball“ in Verbindung bringen. Wenn es den Ball haben will, wird es einen ersten sprachlichen Versuch wagen: „Ba!“. Nach und nach wird das Kind weitere Wörter erlernen, und das eigene Sprachverständnis sowie der eigene Wortschatz werden immer weiter ausdifferenziert.

... gelöst ablösen

Der Aufbau eines stabilen Selbstvertrauens ermöglicht Ihrem Kind, sich gut von Ihnen ablösen zu können. Und auch Sie werden leichter loslassen können. Dazu brauchen Sie und Ihr Kind das Wissen darüber, dass es sich selbst helfen und den eigenen Körper gut beherrschen kann, dass es jede Menge Fähigkeiten erlernt hat und selbständig Probleme lösen kann. Es braucht das Gefühl, mit beiden Beinen fest auf dem Boden zu stehen. Wie wichtig das Spielen auf dem Weg zur Selbständigkeit ist, können Sie beobachten, wenn Sie ein etwa einjähriges Kind beim Spielen mit Bauklötzen beobachten. Mit Freude bringt es einen Turm zu Fall und beobachtet begeistert, wie aus den Klötzen wieder ein neuer Turm entsteht. Es lernt auf diese Weise, dass etwas, das zu Boden gefallen ist, wieder aufgebaut werden kann. Und genau zu dieser Zeit lernt es, sich selbst immer wieder aufzurichten, wenn es hingefallen ist. Wenn das Kind Freude am Fallen auf eine Matte oder am Schaukeln entwickelt hat, dann hat es bereits die Trennung auf spielerische Art gelernt. Denn die Ablösung vom Boden – er wird vom Kind ebenso als haltgebend und sicher erlebt wie die Nähe zur Bezugsperson – ist immer ein Wagnis. Und auch beim Verstecken und Fangen kann es die Trennung von den Eltern ganz spielerisch üben. All diese Erfahrungen über den Körper dienen dazu, dass sich das Kind als selbständiges Wesen begreift. Deshalb sind die Bewegung und das kindliche Spiel so enorm wichtig und wertvoll!

Wir hoffen, Sie mit dieser Broschüre neugierig auf frühe Bewegung und insbesondere auf unsere Arbeit gemacht zu haben. Haben Sie Lust bekommen, sich gemeinsam mit Ihrem Kind zu bewegen bzw. es dabei zu beobachten, wie es eigenverantwortlich seine Entwicklung mitgestaltet? Dann freuen wir uns sehr über Ihren baldigen Besuch! Sie möchten als Sportverein oder Familienzentrum Partner von **Frühbewegt!** werden? Sprechen Sie uns an!

Aber Vorsicht – hier herrscht große Bildungsgefahr und ein hoher Spaßfaktor!

Ansprechpartner



StadtSportBund
Dortmund

StadtSportBund Dortmund e. V.
Geschäftsstelle

Haus des Sports

Beurhausstraße 16–18
44137 Dortmund
Tel. (0231) 50-1 11 11
Fax (0231) 50-1 11 10
info@ssb-do.de

Iris Peters

Koordination
Bewegungszwerge
Dipl.-Sportlehrerin, Motopädin
Tel. (0231) 50-1 11 04
i.peters@ssb-do.de

www.ssb-do.de



Bewegungs-
Ambulatorium

Förderverein
Bewegungsambulatorium
an der Universität Dortmund e. V.

Zentrum für Beratung und Therapie

Emil-Figge-Straße 50
44227 Dortmund
Tel. (0231) 7 55-41 58
Fax (0231) 7 55-80 89
info@bwa-dortmund.de

Anika Krüger

Koordination und fachliche Leitung
Bewegungsbaustelle und -forscher
anikrueger@gmx.de

www.bwa-dortmund.de



Zentral:

Märkische Straße 24–26
44141 Dortmund

Ingolf Sinn

Koordinator Bildungsangebote
Tel. (0231) 50-2 98 96

Ansprechpartner/-innen in den Stadtbezirken:

Innenstadt-Ost
Märkische Straße 24–26
44141 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 95 69

Innenstadt-Nord
Leopoldstraße 16–20
44145 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 42 82

Innenstadt-West
Märkische Straße 24–26
44141 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 35 17

Aplerbeck
Köln-Berliner-Straße 1
44287 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 93 09

Brackel
Brackeler Hellweg 170
44309 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 48 89

Eving
August-Wagner-Platz 2–4
44339 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 79 23

Hombruch
Harkortstraße 58
44225 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 83 27

Hörde
Hörder Bahnhofstraße 16
44263 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 98 67

Huckarde
Rahmer Straße 15
44369 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 84 35

Lütgendortmund
Werner Straße 10
44388 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 89 40

Mengede
Bürenstraße 1
44359 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 80 40

Scharnhorst
Gleiwitzstraße 277
44328 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 88 26

**Öffnungszeiten
der Familienbüros:**
montags und donnerstags
8.30–10.30 Uhr



