

„Ich bewege mich, also bin ich“ –

Grundzüge bewegungspädagogischer Förderung innerhalb der Leppermühle

Joachim Bahr und Christina Weimer

Der Ursprung sportpädagogischer Förderung innerhalb der Leppermühle liegt in der Reithalle. Da in den 70-er Jahren noch keine Sporthalle zur Verfügung stand, führte der erste hauptamtliche Mitarbeiter für den Bereich Sport seine Übungsstunden noch in der Reithalle durch.

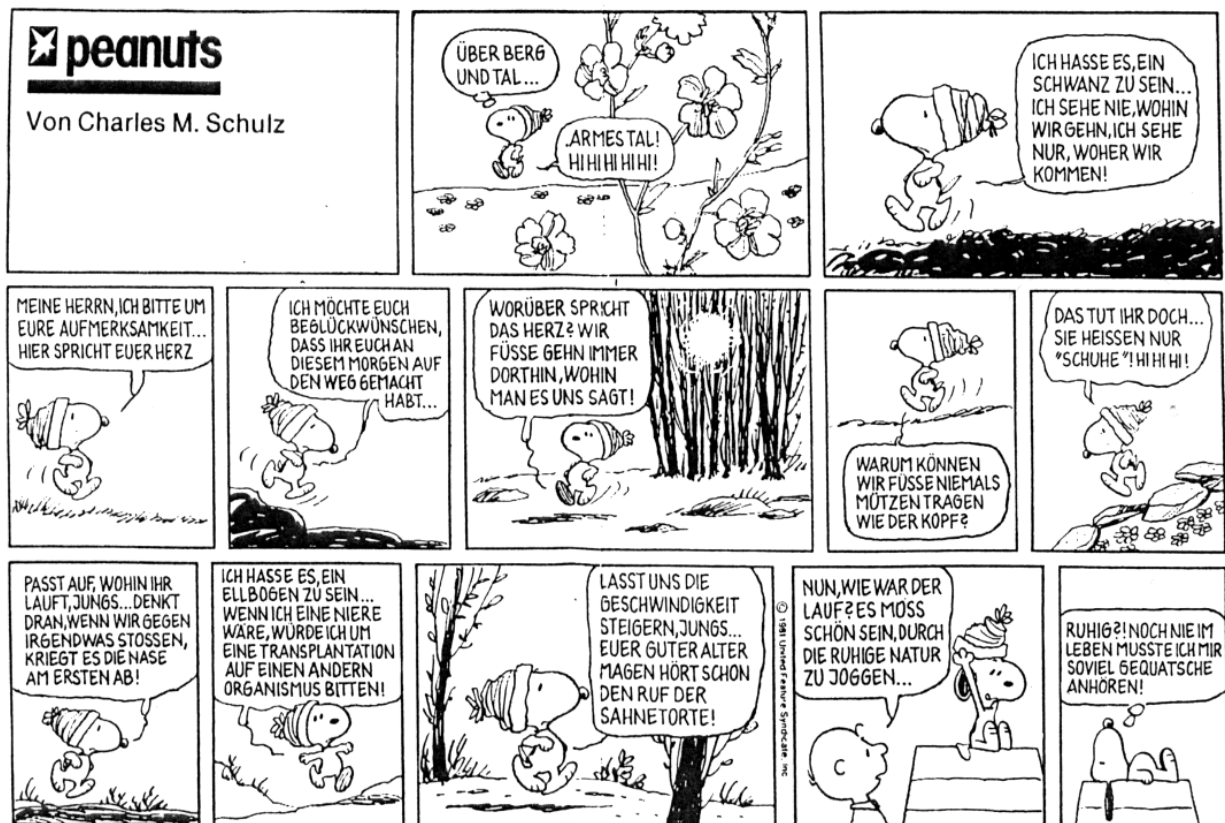
1977 wurde dann die neue Sporthalle mit integriertem Schwimmbad gebaut und die Sporterziehung konnte endlich dahin ziehen, wo sie eigentlich hingehört.

Der Sport wurde damals als Gruppensport für schwer erziehbare Jugendliche eingesetzt, mit dem Ziel, Aggressionen abzubauen und Sozialverhalten spielerisch einzuüben.

Ab Anfang der 80-er Jahre durchlief die Leppermühle eine Umstrukturierung. Das Klientel änderte sich grundlegend. In dieser Zeit rückte die Förderung von seelisch kranken Jugendlichen immer stärker in den Vordergrund. Damit änderten sich auch die Anforderungen für den Bereich der Bewegungsförderung.

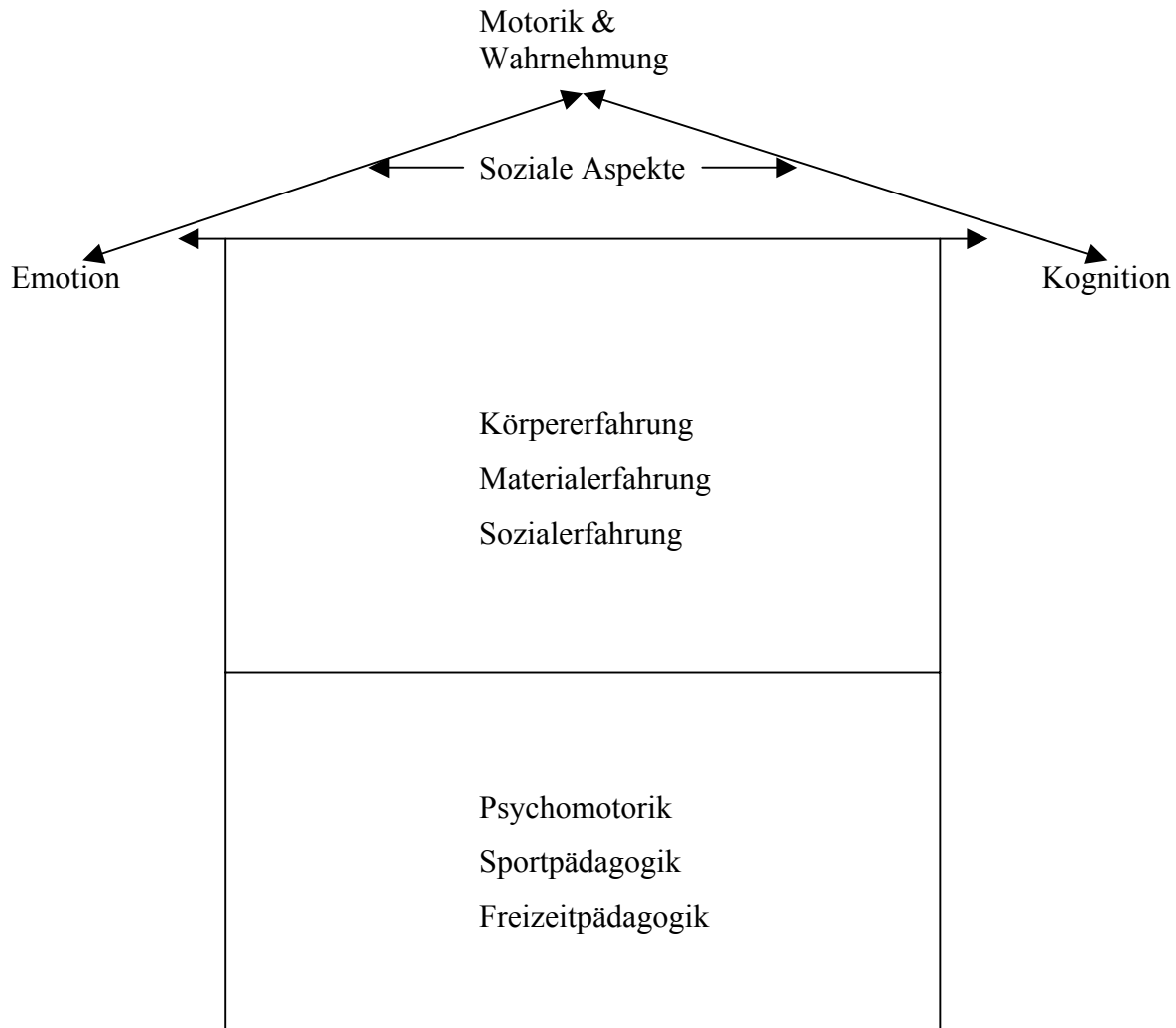
Nach einem eher sportpädagogisch orientiertem Bewegungskonzept traten nun verstärkt psychomotorische und bewegungstherapeutische Aspekte in den Vordergrund.

Das nachfolgende Comic macht dies auf humorvolle Weise deutlich.



Was sind die Grundlagen für unser Bewegungskonzept ?

In dem hier abgebildeten Comic kommen wesentliche Bausteine unserer Arbeitsweise zum tragen. Das „Haus der Bewegung“ soll dies verdeutlichen.



Begriffserklärungen:

1. Das „Fundament“ (Bewegungskonzepte)

a. Psychomotorik

Psychomotorik – als Verbindung von Psyche und Bewegung – versucht über spezielle und alltägliche Materialien dem Menschen möglichst vielfältige Erfahrungen zu vermitteln, die zu einer Veränderung im Umgang mit sich und der Umwelt führen. Durch intensives Erproben und Spüren des eigenen Körpers verändern sich Körperschema und Körperbild, also auch das Selbstbild. Dabei wird jeder Mensch als eine Persönlichkeit mit seinen Stärken und Schwächen akzeptiert. In der Leppermühle werden z.B. Psychomotorik-Gruppen oder auch eine Wohlfühl-Gruppe angeboten.

Ein Synonym für „Psychomotorik“ ist der Begriff „Motopädagogik“.

b. Sportpädagogik

Das Konzept der Sportpädagogik zielt eher auf jene spezifischen Bewegungen, die zum Sporttreiben notwendig sind. So werden in der Leppermühle Sportarten wie z.B. Schwimmen, Fußball, Tischtennis, Tennis oder Rudern angeboten.

c. Freizeitpädagogik

Neben festen Terminen für Bewegungsangebote werden an Wochenenden und in den Ferien bewegungsorientierte Freizeitangebote wie z.B. Kanufreizeiten, Radtouren oder Wohlfühlwochenenden organisiert.

In der Praxis sind die einzelnen Konzepte nicht getrennt voneinander zu finden, sondern in jeder Stunde spielen immer Aspekte aus den verschiedenen Bereichen eine mehr oder weniger große Rolle.

2. Der „Wohnbereich“ (Inhalte)

KÖRPERERFAHRUNG

Ein Bild von sich entwickeln; sich mit den eigenen körperlichen Fähigkeiten auseinandersetzen

MATERIALERFAHRUNG

Sich an unterschiedliche Materialien und an die Umweltgegebenheiten anpassen, sich auf Veränderungen einstellen

SOZIALERFAHRUNG

Sich in eine Gruppe einfinden, unterschiedliche Wünsche anerkennen und sich darauf einstellen, sich so zu verhalten, dass die Handlungen Anerkennung finden

ICH-KOMPETENZ

Selbstbewusstsein aufbauen und ausdrücken

SACH-KOMPETENZ

Sich auf unterschiedliche Anforderungen der Umwelt einstellen

SOZIAL-KOMPETENZ

Seine Bedürfnisse mit den Gruppeninteressen abstimmen

3. Das „Dach“ (Theorie)

In unserer Arbeit beeinflussen sich Emotionen (z.B. Bedürfnisse, Gefühle, Einstellungen, Stimmungen), Kognitionen (z.B. Erfassen von Spielregeln, Verstehen von Spielgedanken, Entscheidungen treffen), soziale Aspekte (z.B. Kontakte zum Partner, Umgang in und mit der Gruppe, Ausschluss/ Integration) und Bewegung (z.B. Beweglichkeit, Ausdauer) und Wahrnehmung (z.B. sehen, fühlen, hören, Gleichgewicht) gegenseitig wie in einem Regelkreis. Es geht hier also um eine ganzheitliche Förderung der Kinder und Jugendlichen.

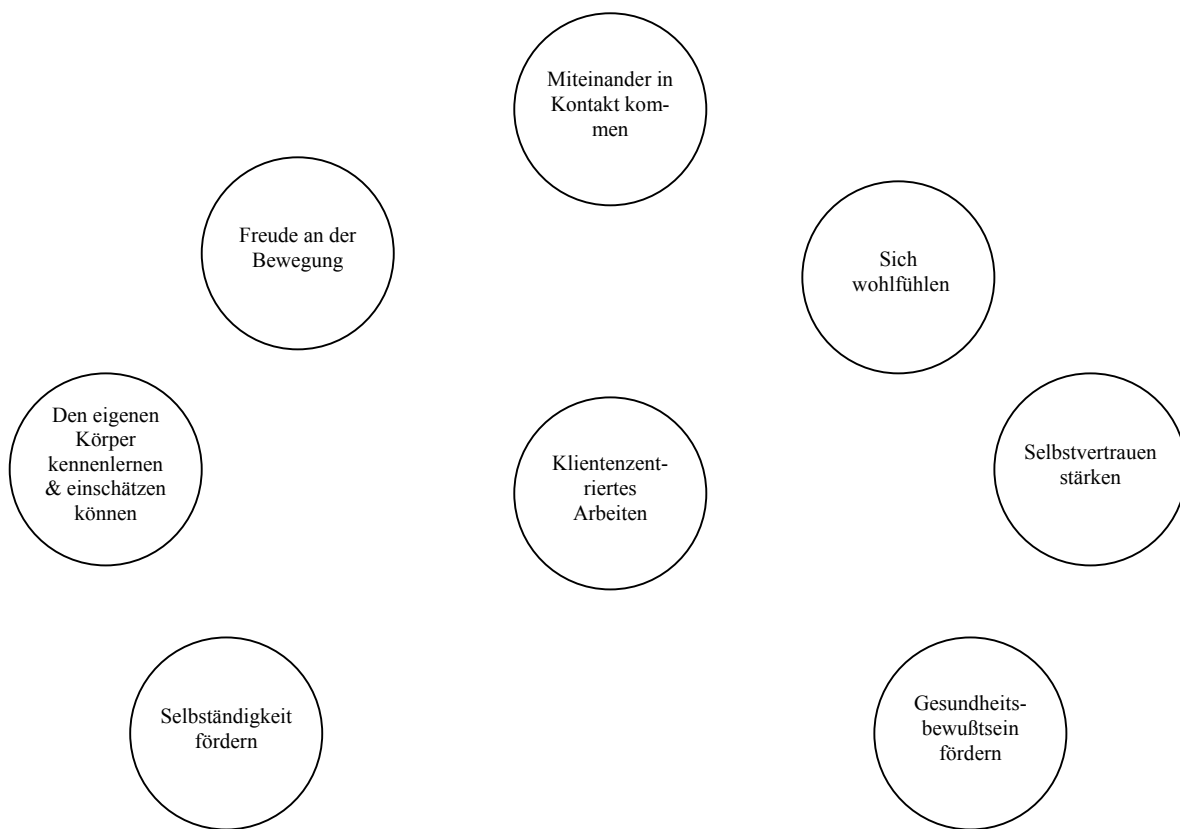
Welche Ziele haben wir?

Das Wesen unserer Arbeit – im Labyrinth auf dem Weg zur Mitte



Der Weg zur Mitte symbolisiert in unserer Arbeit ein bestimmtes Ziel, nämlich: Was könnte einem Kind/Jugendlichen helfen, in seiner seelischen, körperlichen und geistigen Entwicklung weiterzukommen, und wie kann man es/ihm in diesem persönlichen Reifeprozess unterstützen? Unsere Aufgabe ist es – auch in Zusammenarbeit mit anderen Berufsgruppen – Kinder und Jugendliche auf diesem Weg zu begleiten, und zwar über das Medium „Bewegung“. Dabei stehen immer wieder unterschiedliche Zielsetzungen im Mittelpunkt. Mit der folgenden Abbildung des Jongleurs möchte wir diese Zusammenhänge verdeutlichen.

Der Jongleur



Welche Möglichkeiten bietet die Leppermühle?

Im Laufe der Jahre haben sich immer mehr Möglichkeiten sowohl innerhalb des Sportbereichs als auch auf dem Außengelände der Leppermühle aufgetan, wo die Kinder und Jugendlichen sich bewegen können.

So gibt es in der Sporthalle neben den üblichen Groß- und Kleingeräten eine Kletterwand, einen Krafraum und einen kleinen Bewegungsraum. Ergänzt werden diese Bewegungsmöglichkeiten durch ein kleines Schwimmbad im unteren Teil des Sportbereiches. Im Außengelände sind in den letzten Jahren neben dem Sportplatz u.a. ein kleiner Walking-Pfad im angrenzenden Wald, ein Crossberg, ein Verkehrsübungsplatz, eine Fahrradwerkstatt sowie ein Sinnesraum zur Wahrnehmungsförderung in einer Holzhütte entstanden.

Zudem besteht seit über zehn Jahren die Möglichkeit zusammen mit dem Ruderclub Hellas Gießen auf der Lahn Wassersport zu betreiben (Rudern, Kanufahren).

Was machen wir?



..... manchmal fühlen wir mehr als wir sehen



.... Manchmal sind wir ganz schön in Schwung



.... manchmal fühlen wir uns einfach nur wohl



.... manchmal sind wir ganz schön stolz auf uns



... manchmal bringt uns die Bewegung näher

.... manchmal geht es drunter
und drüber



.... manchmal erleben wir
unsere Welt ganz bunt



... manchmal springen wir vor Freude in die Luft



.... manchmal stinkt es uns gewaltig



... manchmal sind wir im Gleichgewicht



... manchmal sind wir völlig von Sinnen



... manchmal sind wir im
Einklang mit uns selbst



... manchmal zerplatzen unsere Wünsche und Vorstellungen wie Seifenblasen



... manchmal verlieren wir den Überblick



... aber niemals sind wir
völlig kopflos