

„Kids in motion“

Einleitung:

- Vorstellung von mir und dem Demo-Team
- Zielsetzung meiner Präsentation
 - als weiteres Standbein für TL-Kolleginnen und – kollegen
 - Kampf gegen die Bewegungsarmut und – unfähigkeit von kleinen Kindern
 - dazu die 6 B's
 - Bewegung wahrnehmen
 - Bewegung bewusst ausprobieren
 - Bewegung bewusst erfahren
 - Bewegung üben
 - Bewegung verinnerlichen
 - Bewegung beherrschen

Praxis:

- um das „lernen“ optimal zu gestalten, werden alle Bewegungen vorher von einem Trainer mustergültig vorgemacht
- Grundformen der menschlichen Bewegung
 - krabbeln >> erste Fortbewegungsform des Menschen
 - aufrechtes gehen >> das machte den Menschen „erhaben“
 - werfen und fangen >> um zu jagen mit dem Speer
 - springen >> über Hindernisse
 - laufen >> schnellste Fortbewegungsform
 - klettern >> um sich in Sicherheit zu bringen
 -
- Bewegungsformen im Alltag
 - Schuhe anziehen >> als Hilfe: einen Schuhlöffel benutzen
 - Schnürsenkel binden >> als Hilfe: das Gedicht
 - Pullover ausziehen >> als Hilfe: den Pulli nicht umdrehen
 - Staffelei hochsteigen >> als Hilfe: „step by step“
 - Sprossenwand erklimmen >> als Hilfe: wie bei Staffelei
 - Radfahren >> als Hilfe: mit Stützrädern
 - Treppen steigen >> als Hilfe: am Geländer festhalten

- einen Faden einfädeln >> als Hilfe: die Arme am Oberkörper lassen
- Essen mit Messer und Gabel >> als Hilfe: den einfachsten Griff klären
-
- Sonderformen der menschlichen Bewegung
 - Rückwärts gehen >> als Hilfe: unbedingt umschauchen
 - balancieren >> als Hilfe: die Arme ausbreiten
 - auf einen großen Ball steigen >> als Hilfe: den Ball festhalten
 - Pedalo fahren >> als Hilfe: am Finger des Lehrers festhalten
 - Seilspringen >> als Hilfe: gleichmäßiges schwingen von zwei losen Seilen und dabei springen
 - jonglieren >> als Hilfe: zuerst einen, dann zwei, dann drei Bälle verwenden
 - Purzelbaum schlagen >> nicht ohne Hilfestellung und nur auf weichen Matten - in Schulen teilweise verboten
- Bewegungen im Sport
 - schießen, z.B. beim Fußball
 - schlagen, z. B. beim Tennis oder Baseball
 - werfen, z.B. beim Handball oder Basketball
 - Kopfball
 - hoch springen
 - weit springen
 - fangen, z.B. beim Handball >> als Hilfe: dem Kind den Ball in die Hand geben, dann den Ball aus kurzer Distanz werfen und fangen lassen,
 - reagieren
 - spielen mit Lurtballons

Schluss:

- die Eltern bremsen in jeglicher Form: aus Angst, aus Zeitgründen und aus finanziellen Gründen
- Prophylaxe gegen Dauerschäden bereits im Kindesalter
- die Erziehung der Eltern und Krankenkassen/Versicherungen ist nötig
- das vollständige Konzept (Begleitheft für die Eltern und Kinder, sowie das Begleitheft für den Trainer) gibt es bei mir zu kaufen
-