



Kinder wollen „sich lustvoll, freiwillig schinden“

Kurz-Essay von Dr. Dieter Breithecker

zur JAKO-O Kampagne „Lasst Kinder einfach Kinder sein“

Bewegung – ein Naturgesetz

Im Gegensatz zu uns Erwachsenen ist für Kinder Gesundheit oder Fitness kein Motiv, sich zu bewegen. Kinder bewegen sich, weil sie ihre Umwelt neugierig gesteuert entdecken wollen und vor allem, weil Bewegung ein entwicklungsgeschichtlich bedingtes „Naturgesetz“ ist. Erst dieses „Naturgesetz“ ermöglicht, dass komplexe, das heißt in Wechselwirkung stehende körperliche, geistige und psychisch-emotionale Entwicklungsprozesse positiv unterstützt werden.

Entwicklung braucht alltägliche Bewegungsherausforderungen

Wie sich Kinder entwickeln, hat sich in der Menschheitsgeschichte von Generation zu Generation eingeschliffen. Seit Millionen von Jahren ist der Mensch unter anderem auf Gehen, Klettern sowie auf diverse Wechselhaltungen wie Liegen oder Kauern auf dem Boden „trainiert“. Dieses Evolutionsprinzip gilt noch heute. Aus diesem Grund besitzen Kinder einen naturgemäßen Drang, sich „lustvoll, freiwillig zu schinden“. Sie können ihre komplexen Potenziale nur entfalten, wenn die Umwelt sie vor ein herausforderndes und vielseitiges „Probleme bewältigen“ stellt. Insbesondere in den ersten ca. 12 Lebensjahren brauchen Kinder immer wieder das Gefühl, es gerade geschafft und ihre Ängste überwunden zu haben. Beim Balancieren auf dem schmalen, wackeligen Baumstamm, beim Klettern in die Höhe und beim Springen von der hohen Mauer handelt es sich um ein besonders entwicklungsförderndes „Spielrisiko“. Ganz nebenbei wird dadurch das Bewegungskönnen gesteigert und ein positives Selbstkonzept aufgebaut. Darüber hinaus werden grundlegende Kernkompetenzen wie Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein, Selbstwertgefühl, Risikoabschätzung und Risikobewertung sowie Selbstsicherungsfähigkeit erworben.

Entwicklungschancen nicht durch Übersicherung minimieren

Spiel mit Wagnis und Risiko ist grundlegendes Erfahrungslernen. Hinsichtlich der Selbstbildung von Kindern ist es somit ein Risiko, ohne Risiko aufzuwachsen. Bedauerlicherweise sind es heute die Erwachsenen, die das komplette Umfeld der Kinder gestalten und bestimmen. Sie sind es, die Kinder bewegen, anstatt ihnen die Chance zu geben, sich selbst zu bewegen. Spielfreude und Spielrisiko werden dadurch häufig „Opfer“

Jako-o GmbH
Kindersachen mit Köpfchen!
Werner-von-Siemens-Str. 23
96476 Bad Rodach

Presse-Kontakt:
Volker Clément
Tel.: +49 (0)40 507113-40
Fax: +49 (0)40 591845
volker.clement@mastermedia.de



einer durch Normen und analoge Konstrukte langweilig gestalteten Bewegungswelt. „Wer Kinder überbehütet, raubt ihnen Lebensfreude, Selbstbewusstsein und die Chancen, Krisen meistern zu lernen“ – damit „steigt auch die Zahl der Kinder, die therapeutische Hilfe benötigt“ (Korczak 2005). Erst durch die Verbote der Erziehungsverantwortlichen werden Kinder unsicher, ungeschickt und erleiden Unfälle. Eine ständige Reglementierung kann dazu führen, dass sich die Kinder mehr auf Rückmeldungen ihrer Umwelt verlassen, anstatt ihr eigenen Stärken zu nutzen. Wir müssen akzeptieren, dass Kinder die wahren Experten für die Ausgestaltung ihrer Lernumgebung sind.

Dr. Dieter Breithecker ist Sportpädagoge und Leiter der Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e. V. (BAG), Wiesbaden

www.haltungsbewegung.de

www.besondersentwicklungsfoerdernd.de

Jako-o GmbH
Kindersachen mit Köpfchen!
Werner-von-Siemens-Str. 23
96476 Bad Rodach

Presse-Kontakt:
Volker Clément
Tel.: +49 (0)40 507113-40
Fax: +49 (0)40 591845
volker.clement@mastermedia.de