

Einleitung

Das vorliegende Praxisbuch „Reise durch den Wald – Ein präventives Förderkonzept zur Körperwahrnehmung im Vor- und Grundschulalter“ beinhaltet ein präventiv ausgerichtetes Förderkonzept im Bereich der Körperwahrnehmung. Zudem werden die theoretischen Grundlagen der Körperwahrnehmung beschrieben.

Das Thema Körperwahrnehmung begegnet uns als Psychomotorik-Therapeutinnen im Berufsalltag täglich. Sie ist in der Psychomotorik-Therapie ein grundlegender und sehr wichtiger Bereich und Förderschwerpunkt. Nur wer sich selber gut spürt, kann adäquat auf die Umwelt reagieren. Der Körper ist der Ausgangspunkt, um der Umwelt zu begegnen. Somit hat die Körperwahrnehmung einen großen Einfluss auf viele Bereiche des täglichen Lebens.

Viele pädagogische Fachpersonen arbeiten mit Kindern im Bereich der Körperwahrnehmung. Häufig ist diese Förderung nicht als solche definiert oder endet als einmaliger Input. Uns ist es ein Anliegen, in diesem Buch einen theoretischen Überblick über die Körperwahrnehmung und deren Einordnung im Bereich des Selbstkonzeptes vorzunehmen. Dies ermöglicht, die Förderung der Körperwahrnehmung besser auf die Bedürfnisse der Kinder abstimmen zu können. Zudem können Schwierigkeiten einzelner Kinder differenzierter wahrgenommen und eine gezielte Förderung angeboten werden.

Beim Erstellen des Förderkonzeptes stützten wir uns auf die relevanten und neusten Erkenntnisse der Fachliteratur aus den Bereichen Körperwahrnehmung, Basissinne, Selbstkonzept und Achtsamkeit. Gestützt auf die Theorie legten wir acht Schwerpunkte fest und erarbeiteten dazu Förderlektionen, Werkstätten und Ideen für den Turnunterricht. Die „Reise durch den Wald“ ist primär als vollständig übernehmbares Förderkonzept gedacht. Es kann auch als Fördergrundlage, als Ideensammlung oder als Unterrichtshilfsmittel verwendet werden. Es beinhaltet die Förderung der Basissinne und der Körpererfahrung nach Bielefeld (Körperschema und Körperbild). Durch die Förderung der Körperwahrnehmung kann indirekt Einfluss auf das Selbstkonzept der Kinder erzielt werden. Die Achtsamkeit ist Voraussetzung für die Förderung im Bereich der Körperwahrnehmung und wird dadurch weiter verbessert.

Das Vor- und Grundschulalter ist für die Förderung der Körperwahrnehmung besonders geeignet, da sie sich in diesem Altersbereich stark entwickelt. Dies hängt mit der kognitiven Entwicklung zusammen sowie dem Eintritt in die Vorschule, wo sich die Kinder mit anderen Kindern, Bezugspersonen und dadurch auch mit sich selbst auseinandersetzen. Viele Kinder zeichnen beispielsweise beim Eintritt in die Vorschule Menschen als Kopffüßler. Ein Jahr später sind häufig bereits Hände und Finger zu erkennen. Da die Körperwahrnehmung ein Bestandteil ihres Alltages ist, sind sie für dieses Thema auch sehr aufgeschlossen und motiviert, sich damit auseinanderzusetzen. Wegen der relativ freien Planung kann auf dieser Stufe ein präventives Projekt, wie die „Reise durch den Wald“, gut integriert werden.

Wie erwähnt ist die Körperwahrnehmung in der Psychomotorik-Therapie ein zentraler Bereich. Die Psychomotorik-Therapeuten und -Therapeutinnen haben spezifisches Fachwissen auf diesem Gebiet. Deshalb erachten wir die interdisziplinäre Zusammenarbeit von pädagogischen Fachpersonen gerade bei der Förderung der Körperwahrnehmung als eine große Bereicherung. Die Zusam-

menführung des jeweils spezifischen Fachwissens erzielt eine optimale Förderung und unterstützt den Förderprozess.

Das verbindende Element der einzelnen Förderlektionen wird durch das Thema Wald gegeben. In jeder Lektion stehen ein Waldtier und ein Förderschwerpunkt im Zentrum.

Die „Reise durch den Wald“ enthält acht Förderlektionen mit Arbeitsaufträgen für die wöchentliche Werkstatt und eine Checkliste für jede Lektion. Das Konzept beinhaltet zusätzlich ein Ich-Heft, das dazu dient, die Kinder zur Eigenreflexion anzuregen. Auch enthalten sind Körperstellungskarten, auf denen Kinder in verschiedenen Stellungen abgebildet sind. Zudem werden zu jeder Lektion Förderideen zum aktuellen Schwerpunkt für den Turnunterricht aufgelistet.

Der Rahmen des vorliegenden Fachbuches entspricht dem, unseres ersten Werkes „Reise durch den Zoo – Ein grafomotorisches Förderkonzept für die Prävention im Kindergarten“. Inhaltlich sind sie ergänzend zu verstehen und es ist gut möglich, beide Förderkonzepte innerhalb eines Jahres mit einer Kindergruppe durchzuführen. Die Körperwahrnehmung hat einen grundlegenden Einfluss auf die grafomotorischen Fähig- und Fertigkeiten. Deshalb empfehlen wir, zuerst die „Reise durch den Wald“ und zu einem späteren Zeitpunkt die „Reise durch den Zoo“ einzuplanen.

Merkmale der Förderlektionen

- Der Beginn und der Abschluss der Förderlektionen werden immer gleich gestaltet, um eine klare Struktur zu geben.
- Als Einstieg der Lektionen werden die Waldreime aufgesagt. Zudem wird jeweils eine kurze Geschichte erzählt oder passend zum aktuellen Waldtier eine Einführung oder ein kurzes Spiel gemacht.
- Pro Lektion steht ein Förderschwerpunkt im Mittelpunkt, wobei aber die anderen Förderschwerpunkte nicht außer Acht gelassen werden, sondern in Variationen wiederholt und somit vertieft werden.
- Die Lektionen sind so aufgebaut, dass die Unterrichtsform zwischen geführten und begleiteten Sequenzen variiert und zudem die Möglichkeit zur selbständigen Arbeit besteht.
- Die Einbettung der Lektionen in das übergeordnete Thema Wald ermöglicht es den Kindern, ihrem Alter entsprechend in das Thema der Körperwahrnehmung einzutauchen und auf eine spielerische Art gefördert zu werden.