



## Warum ist Bewegung in der Entwicklung des Kindes wichtig?

Im psychomotorischen Verständnis ist Bewegung aus folgenden Gründen besonders wesentlich:

### **Selbstwirksamkeit und Selbstvertrauen**

Die Selbstwirksamkeit des Kindes gehört zu den wichtigsten Bestandteilen des Selbstkonzeptes. Diese kann das Kind in Bewegungshandlungen erfahren. Im Umgang mit Materialien, Spielsituationen und Bewegungsaufgaben erlebt es, dass es selbst die Ursache bestimmter Effekte ist, das heisst es lernt, dass es etwas bewirken kann und gewinnt so an Selbstvertrauen. Voraussetzung dafür ist, dass dem Kind genügend Zeit und Raum zum Experimentieren und Ausprobieren gelassen wird.

### **Orientierung**

Unser Körper ist der Ausgangspunkt für jede Orientierung im Raum. Am eigenen Körper entwickelt das Kind zuerst das innere Körperbild, also den Orientierungssinn. Erst danach lernt es die Orientierung im Raum, bis schlussendlich die Orientierung auf einem Blatt möglich wird. Demnach ist Orientierung wesentlich um Lesen, Schreiben und Rechnen zu lernen.

### **Wahrnehmung**

Sind alle Sinne aktiv, so wird die Konzentration und Lernfähigkeit gefördert. Denn erlebte Sinneserfahrungen sorgen dafür, dass im Gehirn neue Nervenverbindungen gemacht werden. Diese Verbindungen sind wesentlich für das Lernen, das heisst, um Neues mit bereits Bekanntem verknüpfen zu können.

Eine gute Eigenwahrnehmung ermöglicht Wissen über die Lage des eigenen Körpers sowohl im Raum als auch in der Bewegung. Sofern eine gute Selbstwahrnehmung auch im emotionalen Bereich vorhanden ist, kann diese über die Bewegung (oder Sprache) auch anderen Menschen mitgeteilt werden.

### **Gefühle**

Die Bewegung und das Spiel sind Ausdrucksmittel für die Gefühle. Sie ermöglichen einerseits, durch die eigene Körperhaltung die emotionale Befindlichkeit und Stimmung zum Ausdruck zu bringen, andererseits kann das Kind im Rollenspiel, durch die Übernahme anderer Rollen, neue Stimmungen spielerisch kennen lernen.

Mit der Fähigkeit, die eigenen Vorlieben und Stärken auszuleben, kann das Kind sein Selbstvertrauen stärken. Ausserdem üben die Kinder im Symbolspiel (und Rollenspiel) sowohl ihre Kognition, als auch die Handlungen, welche sie später im Alltag brauchen werden oder aber sie verarbeiten, was sie gelernt haben.

## **Beziehungen**

Die Bewegung ermöglicht Handlungen und Spiel. Auf diesem Weg kann das Kind soziale Kontakte knüpfen. Die gemeinsamen Erlebnisse stärken die Beziehungen zu den anderen Kindern. Ausserdem geben gute Erfahrungen und Ermunterung von einem Spielgefährten Mut, sich an Neues heranzuwagen. Kinder motivieren sich oft gegenseitig und lernen Neues vielfach aufgrund von Beobachten und Nachahmen.

Quelle: Verband Schweizerischer Psychomotorik-Therapeutinnen und Therapeuten astp (2007). *Die psychomotorische Entwicklung*. Informationsbroschüre für Eltern und Lehrpersonen. Bern: Geiger AG.