

Was ist PSYCHOMOTORIK?

Hallo Charlotte (4 Jahre), was macht ihr denn da in dem Kurs?

„Ich gehe mit meiner Oma hin und wir sitzen zuerst alle im Kreis. Dann dürfen wir rennen und spielen Fangen. Auch Oma rennt und manchmal fängt sie mich.

Viele Turngeräte sind aufgebaut und wir können entweder hochklettern und runterrutschen oder balancieren oder irgendwo durchkriechen. Wir können das immer wieder machen oder auch etwas Neues probieren. In der nächsten Woche sieht es manchmal anders aus.

Wenn ich mich mal nicht traue, dann gucke ich erstmal zu.

Und später habe ich eine Idee, wie ich mich doch traue oder was anders sein sollte. Wir haben sogar einmal mit Taschenlampen gespielt. Jedes Mal ist etwas anderes, was am besten ist. Und am liebsten mag ich das Versteckspiel. Dann gehen wir nach Hause“.

Egal, ob mutig oder nicht, ob Kinder sich gern bewegen oder erst zuschauen, ob sie schon hoch klettern oder erst anfangen. Psychomotorik ist ein Kurs mit Bewegungsangeboten für Kinder von 1,5 bis 4 Jahren mit ihren Eltern. Die Kinder sollten sicher laufen können.

Was verbirgt sich eigentlich hinter diesem Begriff? Ist Psychomotorik etwas anderes als Kinderturnen?

Bei Psychomotorik geht es um die Verbindung von Bewegung und der psychischen Entwicklung von Kindern. Ursprünglich kommt der Begriff aus der Medizin. Hier wurde in den 50er Jahren eine deutlich positive Wirkung von Bewegungsangeboten auf die emotionale Entwicklung von verhaltensauffälligen Kindern festgestellt.

Heute sind Angebote der Psychomotorik für alle Kinder –besonders im Vorschulalter gemeinsam mit ihren Eltern– eine gute Möglichkeit, neue Erfahrungen mit den eigenen Körper, für ihre Motorik und Selbstsicherheit zu sammeln. Was früher Kinderturnen hieß und vielleicht im Ablauf fest vorgegeben war, ist in diesen Kursen ein Bewegungsangebot, bei dem alle Sinne gefördert werden. Das Kind wird selbst tätig und erlebt Bewegung, ohne dass Übungen gemeinsam durchgeführt werden.

Es geht darum, dass Bewegung Spaß macht und Kinder sich so ausprobieren können, wie es für sie gerade passt. In unseren Kursen ist ein Bewegungsparcours aufgebaut und die Kinder können entscheiden, an welcher Station sie gemeinsam mit ihren Eltern wie lange spielen wollen. Es geht hier ums Klettern, Balancieren, Hüpfen, Rauf und Runter und um Mut, sich neue Dinge zuzutrauen. Mit den verschiedenen Materialien können Kinder aktiv werden und ihre Grenzen austesten oder Erlerntes festigen.

Auch gemeinsame Spiele im Kreis oder Versteckspiele gehören zu unserem Kursangebot. Die Kurse sind für Kinder von 1,5 bis 4 Jahren ausgeschrieben. Kinder sollten sicher laufen können und gemeinsam mit einem Elternteil bzw. einer Bezugsperson kommen, um Neues zu entdecken und Bekanntes immer wieder zu tun.

Kommen Sie zu uns, denn wer hat zuhause schon eine Turnhalle?