
Zielgruppe

Wer kommt macht mit. Auch wenn uns sinnesbehinderte Kinder besonders am Herzen liegen, ist die „Bewegungszeit“ für eine möglichst heterogene Gruppe gedacht. Im Mittelpunkt soll die Aktivierung der Möglichkeiten jedes Kindes, sowie eine gesteigerte Eigenverantwortung und Kommunikation mit der Umwelt stehen. Das gemeinsame Spiel von behinderten und nicht-behinderten Kindern ist deswegen auch Programm. Alle erhalten durch die Lerngelegenheit „Umgang mit dem Anders-Sein“ einen zusätzlichen Vorteil der verstärkten Anregung.

Wünschenswert ist auch, dass die Bezugspersonen ihren Anteil haben, um selbst ein Teil der Motivation der Kinder und Jugendlichen zu werden. Sie wären damit auch jederzeit informiert, welche Fortschritte das Kind macht und sind sich seiner Möglichkeiten bewusst.

Die „Bewegungszeit“ ist ein sozialer Lernort, in dem alle Beteiligten ihre Möglichkeiten in der Bewegung kennenlernen und bedürfnisorientierte Angebote erhalten und diese gemeinsam erproben.

Die „Bewegungszeit“ findet statt:

**Donnerstags
von 14.00 bis 16.00 Uhr
in den Sporthallen 4 und 5
der Universität Bremen**

**Kosten? Keine!
Wir bitten um Anmeldung.**



Grundlage unserer Arbeit sind mehrjährige Erfahrung in der Bewegungsschulung im Rahmen von Sport, Psychomotorik-, Rhythmik-, Musikunterricht in der Behindertenförderung insbesondere von blinden und sehbehinderten und verhaltensauffälligen Kindern und dessen wissenschaftliche Begleitung und Aufarbeitung.

Die Bewegungszeit wird gefördert von der

Stiftung Regenbogenfisch

Stiftung zum Nutzen blinder und
sehbehinderter und anderer sensorisch
förderungsbedürftiger Kinder

Mindener Straße 24 · 28205 Bremen
Bankverbindung: Sparkasse Bremen
BLZ 290 501 01 · Kto. Nr. 1646686
Internet: www.stiftung-regenbogenfisch.de



Einladung zur Bewegungszeit

Eine kooperative Bewegungs-, Spiel-
und Sportzeit für Kinder und Jugendliche in den
Sporthallen der Universität Bremen

Bewegung ist das Medium, durch das der Mensch Kontakt zu seiner Umwelt aufnimmt, erhält und gestaltet. Körper- und Sinneserfahrungen stellen die Grundlage für die Selbst- und Weiterfahrung und eine umfassende Persönlichkeitsentwicklung dar. Darüber hinaus ist es inzwischen auch wissenschaftlich unbestritten, dass Bewegung das Lernen fördert. Ziel unserer Maßnahme ist es, den Abbau von Bewegungsängsten zu erreichen. Damit verbunden ist dann eine Erweiterung der Kompetenzen und vor allem eine Stärkung des Selbstvertrauens und des Selbstwertgefühls der Kinder.

In diesem Sinne beinhaltet Bewegung die folgenden Aspekte

- sie vermittelt die Wahrnehmung der Umwelt und des eigenen Körpers
- sie ist Medium der Kommunikation
- sie ist Ausdrucksmittel von Gefühlen
- sie ermöglicht die Erkundung der Welt
- sie dient der Anpassung an Anforderungen
- sie ist Mittel des Sich-Vergleichens
- Ganz wesentlich ist aber auch, dass Bewegung ein Mittel für die Herstellung und Gestaltung der Umwelt ist.



Indem in ganz neuen und vielfältigen sportlichen Situationen Bewegung aktiviert wird, entstehen als Folge

- mehr Bewegungssicherheit,
- ein stärkeres Selbstvertrauen,
- erweiterte Material- und Raumerfahrungen,
- eine verbesserte Kondition und Beweglichkeit,
- eine Verstärkung der kommunikativen und sozialen Fähigkeiten

Diese Folgen bedingen und verstärken sich gegenseitig, je weiter sie sich ausbilden.

Inhalte und Methode

Unsere Prinzipien in der Praxis:

- was in der Bewegungszeit passiert ist anfangs völlig offen
- die Bedürfnisse und Interessen der Kinder bestimmen die Inhalte
- die individuellen Voraussetzungen der Kinder bestimmen die Schwierigkeitsgrade
- das Angebot ist vielfältig und wird durch die Kinder weiterentwickelt
- nicht zuletzt: es soll einfach Spaß machen

Dafür stehen mit Sport- und Spielgeräten sehr gut ausgestattete Sporthallen zur Verfügung, in denen großräumige Bewegungen, aber auch Ruhe und Tanz möglich sind. Es werden Bewegungsanreize gesetzt, deren Anspruchsniveau anzuheben im Laufe der Zeit das Ziel ist. Dazu können Geräteaufbauten, Angebotsspielplätze, wie auch gemeinsame Spielzeiten dienen.

Mögliche Themen für die Bewegungszeit sind:

- Wir bauen unseren eigenen Spielplatz
- Gemeinsam sind wir stark
- Musik bewegt mich
- Wenn es still ist, höre ich meinen Körper
- Ich bin mutig
- Ich habe Kraft und Ausdauer
- Ich entdecke was ich kann
- Die Grenzen meines/deines Körpers

Verantwortlich für Inhalt, Durchführung und Begleitung der Bewegungszeit sind:

Franz Steinberger, Sonderschulsportlehrer in einem Förderzentrum, schwerpunktmäßig ausgebildet für Blinde und Sehbehinderte
Tel. 0160-92694126, E-Mail: johnfstein@web.de

Monika Fikus, Professorin für Bewegungswissenschaft an der Universität Bremen
Tel. 0421-4989675, E-Mail: mfikus@uni-bremen.de

