

## Hengstenberg Spiel- und Bewegungspädagogik

*„Ich lasse die Kinder also grundsätzlich selbstständig forschen und entdecken...und bereite Gegenstände und Geräte vor, die die Kinder verlocken, damit zu experimentieren.“*

(Zitat E. Hengstenberg)

In unserem Bewegungsraum versuchen wir, die Gedanken der Bewegungspädagogin Elfriede Hengstenberg in ihrem Kern umzusetzen und mit den Bedürfnissen der heutigen Kinder in Einklang zu bringen. Die Zeit der Digitalen Medien geht an unseren Kindern nicht spurlos vorbei. Sie verbringen viel Zeit vor dem Fernseher oder der Spielekonsole, daraus resultierend leiden sie an Bewegungsmangel. Bewegung ist allerdings für den Reifungsprozess unerlässlich. Durchlaufen Kinder nicht alle Bewegungsentwicklungsstufen, kann dies Auslöser für Lernprobleme und Verhaltenschwierigkeiten sein. Durch neurologische Blockaden (unzureichende Vernetzungen im Gehirn) kommt es zu auffälligem Verhalten, Bewegungs- und Konzentrationsschwächen, Haltungsschäden, fehlende Spannkraft, mangelndes Selbstvertrauen, Verlust der natürlichen Neugierde sowie zu kognitiven Problemen in der Schule. Elfriede Hengstenberg erkannte das das reine Üben von Bewegungen nicht den erwünschten Effekt bringt und entwickelte einfache Holzmaterialien und Geräte, die den kindlichen Forschungsdrang ernstnehmen und herausfordern. Erst wenn Kinder sich selbstständig forschend einer bestimmten Aufgabe widmen, tritt eine positive Veränderung auf. Behutsame, bewegungspädagogische Unterstützung des kindlichen Eroberungs- und Erforschungsdranges stehen dabei im Vordergrund, die Erzieher\*innen nehmen dabei nur die beobachtende Rolle ein. Kinder sollen selbstständig erkennen, zu welchen Bewegungen der eigene Körper ist, ihre Raum- und Körperegrenzen kennenlernen. Sie werden nicht zur Nachahmung animiert, sondern setzen ihre Ideen spielerisch um und bringen sich mit Leib und Seele ein. Dabei wird immer mit einzelnen Bausteinen begonnen und sich langsam von Etage zu Etage nach oben „gearbeitet“. Durch die Bewegungsmaterialien gelingt es den Kindern sich körperlich und geistig nachzuentfalten und zu regenerieren. Es findet ein wechselseitiger Prozess von innen nach außen, von „Das kann ich nicht“ zu „Das schaffe ich“ statt. Die Kinder entwickeln ein positives Selbstwirksamkeitskonzept, ein ausgeprägtes Selbstvertrauen, Explorationslust, zuversichtliche Lebenseinstellung, Entspannungsfähigkeit und Verantwortungsübernahme.

**Im Umgang mit den Hengstenbergmaterialien gelten folgende Regeln, welche zu Beginn jeder Einheit wiederholt werden.**

- **Barfuss gehen!** – Die Kinder nehmen ohne Schuhe und Socken an der Bewegungsstunde teil. So können sie sicherer Halt finden. Die Fußsensoren unterstützen die Koordination und Körperwahrnehmung.
- **Tue nur das, was du dir allein zutraust!**
- **Lass dir Zeit!** Das heißt auch: Wenn du müde wirst, gönne dir eine Ruhepause.

- **Lass auch den anderen Kindern Zeit und halte Abstand!** Das heißt: Drängle nicht, schubse nicht und verständige dich mit den anderen Kinder darauf, dass immer nur ein Kind auf einem Gerät sein darf.