

Praxisbeilage 36: Mut tut gut!

Kinder sind von Natur aus neugierig, experimentierfreudig und mit erstaunlichen Selbst- und Risikoeinschätzungsfähigkeiten ausgestattet. Diese Praxisbeilage stellt eine Unterrichtsmethode vor, die genau diese Eigenschaften fördern will und die seit Jahren erfolgreich angewendet wird.

Nicht weg von allem Risiko und das Eliminieren aller Gefahrenherde, sondern hin zum Umgang und Bewältigen von angepassten Risikosituationen muss die Zielsetzung im Bewegungsunterricht heissen.

Das Hinführen zur selbstbestimmten Gefahreinschätzung in Kombination mit einer guten Bewegungs- und Wahrnehmungsförderung ist die beste Unfallprävention. Diese Gedanken liegen der Idee von «Mut tut gut» zu Grunde.



Die beste Unfallprävention

Im Zusammenhang mit der Unfallverhütung kommt der Bewegungssicherheit eine zentrale Bedeutung zu. Immer wieder kommt der Mensch im Leben in Lagen, in denen es gilt, gefährliche Situationen wahrzunehmen, die Orientierung zu behalten und schnell und angepasst zu reagieren. Bewegungssicherheit ist also in starkem Masse abhängig von der Wahrnehmungsfähigkeit und den koordinativen und konditionellen Fähigkeiten.

Studien von Unfallversicherungen zeigen, dass Bewegungs- und Wahrnehmungsförderung sowie das Bewältigen von angepassten Risikosituationen zu einem Rückgang der Unfallzahlen im Alltag führen. Also, kleine Risiken wagen, um den grossen Risiken begegnen zu können! Oder anders gesagt: «Fallen lernt man nur im Fallen!»

Bewährt und praxiserprobt

Diese Praxisbeilage ist eine erweiterte Neuauflage der Ausgabe 5/01, und soll «mutige» Lehrpersonen dazu animieren, bei der Bewegungsfreude der Kinder anzusetzen, sich mit der Gestaltung einer anregenden Bewegungsumgebung zu «begnügen» und den Kindern viel Eigenaktivität im Bewegungsentwicklungsprozess zuzutrauen.

Denn je umfangreicher und vielfältiger die motorischen Erfahrungen im Alter von fünf bis zehn Jahren sind, desto höher wird auch die Bewegungssicherheit im Jugend- und Erwachsenenalter sein. Sie ist als Hilfestellung und Impulsgebung im Bewegungsunterricht mit Kindern gedacht und baut auf dem im Handel erhältlichen, gleichnamigen Lehrmittel auf, dessen 80 Karten mit selbsterklärenden und praxisbewährten Bewegungsangeboten aufwarten.

[Praxisbeilage 36: Mut tut gut!](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO