Mut tut gut: Vom Umgang mit Risiko

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

Kinder können sehr viel mehr als die meisten Erwachsenen ihnen zutrauen – und dies gilt in ausgeprägtem Masse für den Bewegungsbereich. Das Lehrmittel «Mut tut gut» – das soeben in seiner 6. überarbeiteten Auflage erschienen ist – baut auf den Bewegungsbedürfnissen der Kinder auf. Es möchte Lehrpersonen der Vorschul- und Unterstufe ermutigen, bei der Bewegungsfreude der Kinder anzusetzen, sich mit der Gestaltung einer anregenden Bewegungsumgebung zu «begnügen» und den Kindern viel Eigenaktivität im Entwicklungsprozess zuzutrauen.

Solche offenen Angebote orientieren sich an kindlichen Bewegungsbedürfnissen wie Balancieren, Drehen, Klettern, Hüpfen, Rutschen, Hangeln, Ringen, Purzeln, Stützen... Dabei sind die einzelnen Angebote nicht spezifischen Zielsetzungen zugeordnet. Vielmehr decken sie verschiedene motorische Fähigkeiten und Schwierigkeitsgrade ab und verhelfen den Kindern zu mehr Sicherheit in der Bewegungsausführung.

Eine gute Unfallprävention

Also: Nicht weg von allem Risiko und das Eliminieren aller Gefahrenherde, sondern hin zum Umgang und Bewältigen von angepassten Risikosituationen. So soll die Zielsetzung im Bewegungsunterricht heissen. Das Hinführen zur selbstbestimmten Gefahreneinschätzung in Kombination mit einer guten Bewegungs- und

Wahrnehmungsförderung ist eine sehr gute Unfallprävention.

Im Zusammenhang mit der Unfallverhütung kommt der Bewegungssicherheit eine zentrale Bedeutung zu. Immer wieder muss der Mensch gefährliche Situationen wahrnehmen können, die Orientierung behalten und schnell und angepasst reagieren. Bewegungssicherheit ist also in starkem Masse abhängig von der Wahrnehmungsfähigkeit und den koordinativen und konditionellen Fähigkeiten.

Studien von Unfallversicherungen zeigen auch, 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

Damit der Unterricht mit offenen Angeboten gelingt, sind einige Punkte zu beachten. Allem voran ist eine gute Organisation entscheidend. Es lohnt sich, durch regelmässigen Stationen-betrieb den Kindern und sich selbst Zeit zu lassen, Erfahrungen im Auf-, Ab- und Zusammenbau von Geräten und in den dazugehörenden Bewegungsmöglichkeiten zu sammeln. Die Auswahl der Stationen richtet sich nach den erwähnten kindlichen Bedürfnissen, die ausgewogen berücksichtigt werden sollten.

Monatsthema als pdf

- Mut tut gut: Vom Umgang mit Risiko (pdf)

Berichte

- Professionell arrangieren

Hilfsmittel

- Checkliste Geräteaufbau
- Würfelparcours

Übungen

- Gleichgewicht
- Muskeln kräftigen
- Rollen und Drehen
- Rhythmus erleben
- Springen
- Faszination Rollen
- Glanznummern – Highlights

Quelle: Mut tut gut

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO