

PROJEKT:

RAUFEN, RANGELN & KÄMPFEN NACH REGELN

mit dem Schwerpunkt Psychomotorische Entwicklung

Wertevermittlung

Durch Raufen, Rangeln und Ringen nach Regeln werden Empathiefähigkeit, Respekt, Koordination, Taktik, Fairness und richtiges Einschätzen der eigenen Fähigkeiten geschult. Darüberhinaus werden Berührungsängste und Vorurteile abgebaut.

Perspektive der Sportmotorik

Beim Raufen werden alle motorischen Grundlagen des Menschen gefördert, z.B. die Reaktionsschnelligkeit, Ausdauer und Balancefähigkeit. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist das Erlernen verschiedener Falltechniken.

Psychosoziales Verhalten

Somit haben raufende Kinder im Bezug auf die Grundlagen der Sportmotorik große Vorteile. Psychosoziales Verhalten setzt sich demnach aus folgenden Faktoren zusammen: Mut, Willenskraft, Eigeninitiative, Konzentrationsfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit, Verantwortungsbewusstsein und Gemeinschaftsgefühl.



Infos

Mein Name ist Stefan Wöll und ich bin Jugendpfleger in der Verbandsgemeinde Loreley. In Kooperation mit der Kita Biberbau werde ich ein Projekt mit einer festen Kindergruppe zu dem Thema „Raufen, Rangeln & Kämpfen nach Regeln“ starten.

Aber sicherlich fragen Sie sich: Warum sollte mein Kind „raufen“? Mit welchem Ziel?

Fest steht, Kinder raufen sich gerne. Dies liegt zum einen an der Freude an der Bewegung und zum anderen am „Kraft-, und Energieüberschuss“, den viele Kinder aufgrund mangelnder Bewegung immer öfter zeigen. Angeleitetes Raufen, Rangeln Ringen und Kämpfen ist daher ein geeignetes Ventil für ein spielerisches Kräftenessen. Hierbei geht es nicht um kampsportspezifische Techniken.

Aus Pädagogischer Sicht beinhaltet genau dieser Schwerpunkt ein enorm großes Lernfeld für alle

Soziale Integration

Der geforderte Körperkontakt ist eine gute Hilfe um soziale Integration zu fördern. Er ist ein wichtiges Mittel, um sich kennen zu lernen und näher zu kommen. Die Kinder nehmen aufeinander Rücksicht und bilden eine Mannschaft.

Konzentration

Beim Raufen werden Körper und Geist insoweit gefordert, dass die Kinder schnell agieren müssen. Mental müssen in Sekunden Taktiken entwickelt werden und die entsprechenden Aktionen ausgeführt werden. Somit ist die Konzentrationsfähigkeit von großer Bedeutung und kann weitgehend gefördert werden.

Selbstwertgefühl

Ein gesundes Selbstwertgefühl kann durch persönliche Leistungen auch beim Raufen unterstützt werden. Mut und Kontaktfreudigkeit entwickeln sich. Außerdem wird durch Niederlagen beim Raufen die Frustrationstoleranz größer. Die Kinder lernen spielerisch, dass sie auch mit Misserfolgen umgehen müssen und werden folglich besser mit Konfliktsituationen fertig.

Regeln und Grenzen

In keiner anderen Spielform lernen die Kinder schneller und zuverlässiger Grenzen einzuhalten, als bei Rangel- und Raufspielen. Äußere Grenzen geben den Kindern auch inneren Halt. Faires Kämpfen bedeutet, dass man Anderen nichts antut, das man selber nicht gerne hat.

Beteiligten. Damit Kinder und Jugendliche auf dem Weg zum sozialverträglichen Erwachsenen reifen können, ist es unerlässlich, ihnen gesellschaftliche Werte für ein friedliches Zusammenleben zu vermitteln. Diese Werte müssen sich im Unterbewusstsein festsetzen, damit im alltäglichen Leben friedliche, automatisierte Handlungsabläufe selbstverständlich sind. Die vermittelten Werte und Normen müssen dabei so erlebt werden, dass sie von den Kindern und Jugendlichen nicht als einschränkend, sondern als Schutz und Gewinn für sie selbst verstanden werden. Dies wird am leichtesten durch Handlungen erlernt, in denen Kinder „begreifen“.

Bei den psychomotorischen Bewegungsangeboten ist der Zusammenhang von Erleben, Handeln und Wahrnehmen sehr wichtig. Dabei müssen die Kinder sich mit ihrem eigenen Körper auseinandersetzen und die Bedeutung und Wichtigkeit verschiedener sozialer Verhaltensweisen wie z.B. Rücksicht und Kooperation erlernen.

Bei unseren Treffen werden wir gemeinsam klare und wichtige Regeln erarbeiten, die für das spielerische Kräftemessen Voraussetzung sind. Der Inhalt der einzelnen Stunden baut dann aufeinander auf. Es wird unterteilt in

- Spiel- und Übungsformen ohne direkten Körperkontakt
- Vertrauensübungen
- Entspannungsübungen
- Spiel- und Übungsformen mit gesteigertem Körperkontakt (Spiele um einen Gegenstand oder einen Raum)
- Spiel- und Übungsformen mit direktem Körperkontakt (Gruppen-, und Partnerspiele wie z.B. Schiebe- und Ziehwettkämpfe)
- Reflexion der Stunde