

Schaukeln und Springen



Ein guter Schulhof
regt zu **Bewegung** an



- ▶ Kinder brauchen die Möglichkeit, grundlegende Bewegungsfertigkeiten zu entwickeln
- ▶ Gleichgewichtsempfinden und Koordination werden trainiert
- ▶ Bewegung steigert die Konzentrationsfähigkeit
- ▶ Mix aus naturnahem Gelände und Spielgeräten

Kinder brauchen Gelegenheit, sich zu bewegen

Kinder brauchen **Bewegung**. Bewegung ist ein effektiver Ausgleich zum langen Sitzen im Unterricht und fördert die **Konzentrationsfähigkeit**. Damit Kinder ihr **Körpergefühl** und grundlegende motorische Fertigkeiten neben dem Sportunterricht auch in den Pausen entwickeln können, ist es unabdingbar, vielfältige Bewegungsanlässe auf dem Schulhof anzubieten.

Die Kinder müssen natürliche Bewegungsabläufe, **Koordination**, **Gleichgewichtssinn** und **Reaktionsschnelligkeit** üben. Die Entwicklung von **Mut** und **Selbstbewusstsein** sowie einer **komplexen Wahrnehmung** werden in der freien Bewegung spielerisch ausgebildet.

Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang und brauchen Gelegenheit ihn auszuleben. Für Kinder mit **sensorischen oder motorischen Defiziten** sind Anregungen zur Bewegung besonders wichtig. Der Schulhof soll deshalb vor allem die Freude an der Bewegung fördern.



Natürliche Bewegungen sind Voraussetzung für Sport

Schul- und Wettkampfsport sind wichtig. Voraussetzung für jeden Sport sind natürliche Bewegungen. Diese werden nicht in erster Linie an Sportanlagen erlernt, sondern im freien Spiel in einer abwechslungsreichen und anregenden Umgebung.

Mix aus naturnahem Gelände und Spielgeräten

Ein guter Schulhof bietet ein sinnvolles Spiel- und Bewegungsangebot. Dieses sollte nicht zu festgelegt sein, sondern verschiedene Arten der Nutzung ermöglichen. So können die Kinder frei entscheiden und eigene Spielideen entwickeln. Bewegungsangebote mit verschiedenen Schwierigkeitsstufen werden der Altersmischung an einer Schule gerecht.

Diese Kriterien werden am besten durch einen Mix von naturnahem Gelände, Geländemodellierungen und Spielgeräten erfüllt. Hügel, Schrägen, unterschiedliche Bodenbeläge, Gänge zum Kriechen und Möglichkeiten zum Springen aus verschiedenen Höhen bieten natürliche Bewegungsanreize.

Wertvolle Spielgeräte sind:

- ▶ Balancierbalken
- ▶ Reckstangen
- ▶ Sechseckschaukeln
- ▶ Rutschen und Rutschstangen
- ▶ Raumnetze und Niedrigseilgärten
- ▶ Möglichkeiten für Ballspiele