

## Begleitbroschüre für den Modulbaustein „Psychomotorik“



Landkreis  
 Ebersberg

## Hintergrund

Die Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Ebersberg wird ein regionales Gesundheitsnetz in der Region schaffen. Durch die bessere Vernetzung der Versorgungsangebote wird ein „Mehr“ an Effizienz und Qualität erreicht und die Gesundheit der Landkreisbevölkerung nachhaltig verbessert.

Aus diesem Grund hat sich im Bereich „Gesundheitsförderung und Prävention“ (Schwerpunkt Kindergesundheit) eine Projektgruppe mit der Kindergesundheit in Institutionen befasst.

Im Frühjahr 2016 wurde eine Befragung in Kindertageseinrichtungen (Altersgruppe 3-6 Jahre) des Landkreises Ebersberg zum Thema „Kindergesundheit“ durchgeführt.

Aus den Ergebnissen dieser Befragung wurde ein Bedarf im Bereich der Psychomotorik erkennbar. Die Projektgruppe hat im Anschluss dieses Angebot gemeinsam mit den Ergotherapeuten entwickelt.

# Wer kommt zu Ihnen in die Einrichtung?



**Stefanie Mörbt**

- staatl. gepr. Ergotherapeutin
- Psychomotorikerin
- Rehasporttrainerin (Behindertensport und Orthopädie)
- Entspannungstrainerin für Kinder



**Barbara Voges**

- staatl. gepr. Ergotherapeutin
- Klinische Lerntherapeutin
- Marburger Konzentrationstraining
- Dipl. Legasthietrainerin
- Manualtherapeutin



**Katja Rottmann**

- staatl. gepr. Ergotherapeutin
- Bachelor of Health / NL
- Lehrkraft an der städtischen Berufsfachschule für Ergotherapie München
- Qualitätsbeauftragte



**Susanne Ospelkaus**

- staatl. gepr. Ergotherapeutin
- Sensorische Integrationstherapeutin
- Lösungsorientierte Familientherapeutin
- journalistische Arbeit in der Elternberatung
- Dozententätigkeit in der Berufsfachschule für Pflegeberufe



**Katy Marquardt**

- staatl. gepr. Ergotherapeutin
- stellvertretende fachliche Leitung
- Praxisanleiterin der städtischen Berufsfachschule für Ergotherapie München
- Händigkeitsprofil
- Marburger Konzentrationstraining

# Was ist Psychomotorik?

**Psycho-** : innere, emotionale Bewegtheit

und

**motorik** : nach außen gezeigte Bewegung

Psychomotorik ist eine entwicklungsunterstützende ganzheitlich orientierte Bewegungsbegleitung, die sich nach den Stärken des einzelnen richtet.

Die Psychomotorik ist als Beziehung zwischen dem Geistig-Seelischen und dem Körperlich-Motorischen zu sehen.

Der Fachbegriff „Psychomotorik“ wurde aus der Medizin in die Pädagogik übertragen und hat sich zu einem pädagogischen und therapeutischen Konzept entwickelt.

## Gibt es einen Neurophysiologischen Zusammenhang?

Die Bewegungsfähigkeit und Sinneswahrnehmung entwickelten sich bereits im Mutterleib. Man spricht dabei von den Basissinnen: dem Gleichgewichtssinn, dem taktilen System und der Eigenwahrnehmung. In der späteren Entwicklung nehmen die Sinne wie Hören, Riechen, Schmecken und Sehen ihre Arbeit auf.

Für alle Handlungen benötigen wir eine gute Organisation von Sinneswahrnehmungen im zentralen Nervensystem (ZNS). Das ZNS ordnet Empfindungen und Reize, verarbeitet Berührung, Bewegung, Schwerkraft und Körperstellung. Ein adäquates Miteinander der Sinne ist die Basis für eine sichere Koordination, Handlungsplanung, emotionale Ausgeglichenheit und Selbstständigkeit. Der Mensch reagiert auf bestimmte Stimuli und kann der Situation entsprechend handeln.

Kinder werden größer und selbstständiger, lernen täglich dazu, machen Fortschritte bezüglich ihrer Körpergröße, der Kontrolle ihrer Bewegungen und Wahrnehmungen. Sie gehen, laufen, rennen, hüpfen, springen, klettern, balancieren, schaukeln und vieles andere mehr. Ihre Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordinations- und Orientierungsfähigkeit bildet sich qualitativ und quantitativ immer stärker aus.

In einer spielerischen Atmosphäre ist das Kind motiviert, sich Herausforderungen zu stellen. Aktivität ist „Futter“ für die Sinne und das ZNS. Jede Bewegungsqualität stimuliert auf besondere Weise. Z.B. bedeutet ein Sprung in die Weichbodenmatte einen intensiven Impuls für die Tiefenwahrnehmung, das Flitzen auf dem Rollbrett hingegen stimuliert den Gleichgewichtssinn.

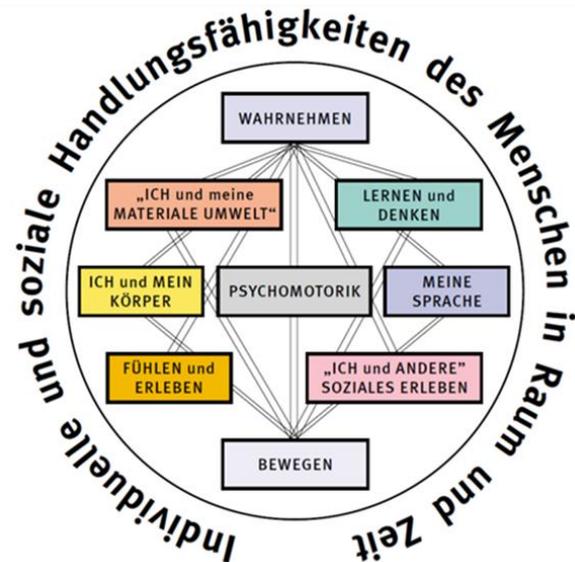
Im Bewegungsspiel entfalten sich neben den sozio-emotionalen auch neuropsychologische Prozesse, die sich durch gezielte Impulse steuern lassen und dem Kind helfen, sich wohlzufühlen und sinnvoll zu reagieren.

## Warum sollten Sie Psychomotorik in Ihrer Einrichtung anbieten?

In diesen Stunden bekommen die Kinder Zeit, sich mit unterschiedlichen Materialien zu beschäftigen, sie bekommen Zeit für eigenständiges Handeln und treten hierbei auch in Kontakt und Kommunikation mit anderen.

Mit der Psychomotorik wollen wir Möglichkeiten für vielfältige Bewegungsspiele und Handlungserfahrungen eröffnen.

Mit der Psychomotorik können motorische, sensomotorische sowie sozio-emotionale Fähigkeiten erworben, gestärkt und gefestigt werden. Die Kinder lernen voneinander und erleben so ihre soziale Umwelt.



Bildquelle: Schriftenreihe der Unfallkasse Hessen Band 3, S.21

Die aktive Auseinandersetzung und der handelnde Umgang mit seinem Körper, mit sich selbst, sowie mit Personen und Materialien der Umgebung ermöglicht die Schaffung von Erfahrungs- und Handlungsspielräumen.

Das Kind entnimmt und erfährt über seine Sinne Informationen aus der Außenwelt, strukturiert und integriert diese in sein Handeln. Durch diese stetige Auseinandersetzung mit der Umwelt macht sich das Kind seine Welt zu eigen.

Sie müssen die Orte sein, an denen Kinder sich bewegen dürfen, vielfältige Körper-, Raum- und Zeit-Erfahrungen machen können und sich als selbstbewusste, selbstsichere und handlungsaktive Menschen erfahren lernen. (Schriftenreihe der Unfallkasse Hessen Band 3)

## Wie geht's im Anschluss auch ohne uns ganz leicht?

Seien Sie mutig und probieren Sie es einfach aus.....

### Was Sie bei Ihrer Organisation beachten sollten:

(Böcker,N.; Praxis der Psychomotorik, 34 (2009))

#### Geschlossene Angebote

Geschlossene Angebote sind ergebnisorientiert. Sie zeichnen sich dadurch aus, dass die anleitende Person den Ablauf des Angebotes durch konkrete Bewegungsanweisungen vorgibt und damit die Handlung der Kinder lenkt. Dies bezieht sich auf das zu nutzende Material, die Bewegungsformen, etc. Auch im Rahmen psychomotorischer Spielangebote ist es notwendig, geschlossene Spielanlässe zu schaffen, in denen Kinder durch strukturierte Angebote von den Pädagogen aktiv begleitet werden. Diese Spielanlässe bieten zum Beispiel die Chance, sich in Spielsituationen mit vorgegebenen Regeln und Strukturen auseinander zu setzen.

**Beispiel:** Gerätearrangements oder Regelspiele

#### Halboffene Angebote

Bei den halboffenen Angeboten ist der Ablauf des Bewegungsangebotes teilweise vorgegeben. Innerhalb des Rahmens können die Kinder eigene Ideen anbringen und selbstständig ausprobieren. Sie behalten jedoch die Fäden bei der Umsetzung der Spielidee in der Hand und können durch einzelne Vorgaben in das Spielgeschehen der Kinder eingreifen.

**Beispiel:** Durch die Schaffung einer Geschichte können die Kinder diese eigenständig in Bewegung umsetzen, somit ist ein attraktiver Handlungsrahmen für die Bewegungshandlungen der Kinder entstanden.

# Wie geht's im Anschluss auch ohne uns ganz leicht?

## Was Sie bei Ihrer Organisation beachten sollten:

(Böcker,N.; Praxis der Psychomotorik, 34 (2009))

### Offene Angebote

Die offenen Angebote sind prozess- und problemorientiert. Die Kinder erhalten die Möglichkeit ausgehend von einer festgelegten Struktur ihre eigenen Bewegungs- und Spielideen selbsttätig zu entwickeln und zu erproben und sich somit aktiv und kreativ mit sich selbst und anderen auseinander zu setzen. Man schafft z. B. durch Material, mit dem die Kinder frei experimentieren können, oder Bildern, die die Kinder zur Bewegung anregen, einen attraktiven Handlungsrahmen. Die Kinder haben hier die Möglichkeit, nicht nur eine vorhandene Spielidee weiterzuentwickeln, sondern auch eigene Ideen z. B. aus vorgegebenen Materialien zu kreieren.

**Beispiel:** Materialien wie Schwämme, Kreppband, Heulrohre

Viele Erwachsene können diese Bewegungsfreude oft nicht mehr richtig nachvollziehen und empfinden das lustige Treiben ihrer Kinder meist als unangenehm. Aber vor diesem Hintergrund können sie vielleicht mehr Verständnis für die Bewegungsfreude der Kinder aufbringen.

## Ideenkiste:

- Was haben Sie bereits?  
Überlegen Sie, was Sie in Ihrer Einrichtung bereits alles haben und schreiben Sie es nachfolgend auf
  - 
  - 
  - 
  - 
  - 
  - 
  - 
  - 
  -
  
- Welche Möglichkeiten gibt es noch?
  - Bildkarten, Bilderbuch
  - Gong
  - Teppichfließen, runde Sitzkissen
  - Massagekiste (Igelbälle, Massagetiere, Bürsten, Pinsel...)
  - Unterschiedliche Bälle
  - Seile, Taue
  - Tücher
  - Rollbrett
  - Becher, Korken, Papierrollen, Wäscheklammern (Alltagsmaterialien)
  - Schwungtuch, Rettungsfolie
  - Bettbezug

## In welcher Literatur können Sie sich weiter über Psychomotorik informieren?

- „Die Neue Bewegungsbaustelle“ (borgmann Verlag, Klaus Miedzinski, Klaus Fischer)
- „Ich hab eine Idee..“ (Verlag modernes lernen, Michael Passolt)
- „Was Kindern gut tut“ (Verlag modernes lernen, Sonja Quante)
- „Die spielen ja nur!?“(borgmann, Hans Jürgen Beins/Simone Cox)
- „...das ist für mich ein Kinderspiel“ (borgmann Verlag, Wolfgang Beudels)
- „Psychomotorische Spiele für Kinder in Krippen und Kindergärten“ (Cornelsen Verlag, Sabine Herrn)
- „Supermann kann Seilchen springen“ (borgmann Verlag, Nils Neuber)
- „Phantasievolle Spiel-u. Bewegungsideen“ (Limpert Verlag, Constanze Krüger/Silke Endres)
- „Rollbrett, Pedalo und Co“ (borgmann Verlag, Helmut Köckenberger)
- „Krippenkinder Bewegungslandschaften, 32 Ideenkarten“ (Herder Verlag, Renate Zimmer)
- „Sternstunden im Kleinkindturnen“ (Ökotopia, Sybille Bierögel, Antje Hemming).
- „Die Abenteuer der kleinen Hexe“ (borgmann Verlag, Silke Schönrade/Gunter Pütz Diagnostik)
- „Laßt mir Zeit“ (Pflaum Verlag, Emmi Pikier)
- „Piratenschiff und Hängematte“ (Verlag modernes lernen Dortmund, Rainer Wassong/Anja Laufer)



## Wir sagen danke...

...all denen, die bei der Konzeptionierung, Planung, Organisation und Durchführung dieses Projektes geholfen haben. Nur mit ihnen war es möglich, das Projekt zu realisieren. Insbesondere bedanken wir uns bei

- Herr Dr. Lampros Kampouridis
- Herr Dr. Reiner Valentin
- Herr Bernhard Frey
- Herr Dr. Bernd Grünberg
- Herr Stephan Lindner
- Frau Regina Brückner
- Frau Katja Rottmann
- Frau Katy Marquardt
- Frau Susanne Ospelkaus
- Frau Barbara Voges
- Frau Steffi Mörbt
- Frau Dr. Bärbel Vielhauer-Grassl
- Frau Heidi Feneberg
- Frau Martina Rettenbeck

© Landratsamt Ebersberg

Koordination Modulbaustein Psychomotorik Geschäftsstelle der  
Gesundheitsregion<sup>plus</sup>, Landratsamt

Titelbild: Susanne Ospelkaus

Texte: Carolin Sinemus, Steffi Mörbt, Katja Rottmann,  
Katy Marquardt, Barbara Voges, Susanne Ospelkaus

Layout: Carolin Sinemus

**Vielleicht auch interessant für Ihre Einrichtung ?**



## Ein Präventionsprojekt von



## Unsere Kooperationspartner



Bahnhofstr. 4 und Hans-Eham-Platz 2  
85560 Ebersberg 85567 Grafing



Bahnhofstr.13 und Marktplatz 9  
85560 Ebersberg 85567 Grafing

**Stefanie Mörbt**



Brünsteinstraße 1  
85567 Grafing



**Landkreis  
Ebersberg**



Eichthalstraße 5 • 85560 Ebersberg • [demografie@lra-ebe.de](mailto:demografie@lra-ebe.de)

Telefon: 08092 823 0 • [www.lra-ebe.de](http://www.lra-ebe.de)