



**Organisatoren mit Referentin:** (v. l.) Britta Sobkowiak (Alexe-Hegemann-Kita), Professorin Dr. Renate Zimmer, Rita Strecker (Familienzentrum) und Heike Laumeier (Kreissportbund). Bild: Stempfle



**Von der Theorie zur Praxis:** Das Gelernte konnten die Erzieherinnen am Nachmittag in der Axtbachhalle gleich umsetzen. Am Vormittag hatten sie in der Alexe-Hegemann-Kita einen Vortrag zum Thema „Kinder über Bewegung psychisch stärken“ gehört. Bild: Wiengarten

# Kinder wachsen an den Herausforderungen

Von unserem Redaktionsmitglied  
JULIA STEMPFLE

**Beelen (gl). Unkonzentriert, übergewichtig und unsicher: Einige Kinder haben schon in frühen Jahren mit diesen Hindernissen zu kämpfen. Wie Mädchen und Jungen über Bewegung auch psychisch gestärkt werden können, erfuhren am Freitag die Erzieherinnen der 22 Bewegungskindergärten im Kreis Warendorf.**

Das Beelener Familienzentrum hatte zusammen mit dem Kreissportbund zu einem Konzeptions-

tag in die Alexe-Hegemann-Kita geladen. Gekommen waren jedoch nicht nur die pädagogischen Kräfte, sondern auch Referentin Professor Dr. Renate Zimmer, die mit vielen anschaulichen und vor allem alltagsnahen Beispielen deutlich machte, wie wichtig Bewegung und ein stabiles positives Selbstkonzept für Kinder ist.

„Der Mensch entwickelt sich nach den Herausforderungen, die das Leben an ihn stellt“, machte die Professorin für Sportwissenschaft an der Universität Osnabrück gleich im ersten Teil ihres Vortrags deutlich. Doch Eltern, so

die Fachfrau, geben ihrem Nachwuchs oftmals kaum eine Chance, sich auszuprobieren und eventuell auch zu scheitern. „Ein Kind, das trotz eines Fehlversuchs weitermacht, ist psychisch stabiler, als eines, das es von vornherein nicht versucht hat, weil es unsicher ist“, so Zimmer. Denn: Zweifel an sich selbst können ihrer Aussage nach dazu führen, dass die eigenen Kompetenzen nicht abgerufen werden können. „Weg vom pauschalen Lob des Kindes“, empfahl die Referentin den Erzieherinnen. „Machen sie den Mädchen und Jungen anhand der ge-

schaften Handlungen bewusst, was die Kinder bewirkt und geleistet haben“, war ein weiterer Tipp der Leiterin des niedersächsischen Instituts für frühkindliche Bildung und Entwicklung.

Auch auf die Wichtigkeit der Bewegung ging Dr. Zimmer ein: Wer bewegt lernt, steigert die Durchblutung im Gehirn und damit die Konzentrationsspanne auch über mehrere Stunden. Bei Kindern werde zudem das Belohnungssystem aktiviert und Endorphine ausgeschüttet. Dabei bleiben Inhalte besser im Gedächtnis.

Dass es sich dabei nicht um leere Floskeln handelt, probierten die anwesenden Pädagogen gleich selbst aus. Erst mit einer Bewegungspause während des Vortrags, die mit einem umgedichteten Lied verbunden wurde, am Nachmittag dann mit einem praktischen Teil in der Axtbachhalle. Dort konnten die Erzieherinnen das Gelernte gleich umsetzen. „Wir hoffen, dass die Teilnehmer die Impulse dieses Tages mit in ihre jeweilige Einrichtung nehmen und dort auch umsetzen können“, so die Organisatorinnen der Veranstaltung.