

Kinder bewegen sich immer weniger. Das beeinträchtigt ihre Bewegungssicherheit und damit auch ihre Verkehrssicherheit. Die Aktion "move it" zeigt, wie Kinder in der Grundschule durch gezielte motorische Förderung fit für die Anforderungen des Straßenverkehrs werden.



Die Welt, in der Kinder aufwachsen, hat sich in den letzten Jahrzehnten stark verändert - mit fatalen Folgen für ihr Spielverhalten. Spielplätze sind immer schwerer erreichbar, der Straßenverkehr ist oft ein zu großes Hindernis. Immer mehr Eltern verbieten ihren Kindern aus Angst vor Unfällen auf der Straße zu spielen. Das "technisierte Kinderzimmer" mit Computerspielen und Fernsehen gaukelt vielfältige Möglichkeiten zum Erkunden und Entdecken der Welt vor, wo Kids in Wirklichkeit nur Knöpfe drücken müssen. Spielen findet so häufig nur noch im Sitzen statt.

Der Bewegungsmangel hat nicht nur gesundheitliche Folgen. Er führt auch dazu, dass Kinder sehr viel stärker unfallgefährdet sind: in der Freizeit wie im Straßenverkehr.

Bewegungsmangel und die Folgen

- Über die Hälfte der Schüler hat Koordinationsprobleme beim Laufen, Springen und Schwimmen.
- Die Fitness von Kindern ist in den letzten 15 Jahren um über 20 % zurückgegangen.
- Die Zahl der durch Ab- und Ausrutschen, Stolpern oder Umknicken verursachten Schulwegunfälle ist außerordentlich hoch.
- Immer mehr Kinder haben nach Angaben von Lehrerinnen und Polizeibeamten im Rahmen der Radfahrausbildung Probleme beim Auf- und Absteigen, beim Spurhalten und gleichzeitigem Umsehen sowie beim Fahren enger Kurven.

Die Deutsche Verkehrswacht hat das Problem früh erkannt und die Aktion "move it" entwickelt, um mit vielfältigen Spielanregungen die Bewegungssicherheit von Kindern gezielt zu fördern.

Ob in der Schule oder zu Hause: Die "move it"-Bewegungsspiele tragen nicht nur zur Motorikförderung bei, sondern wirken sich auch positiv auf sozialen Zusammenhalt, emotionale Entwicklung und Konzentrationsfähigkeit aus. Gerade ungeübte Kinder profitieren davon am meisten. Dies haben Experten in mehreren Untersuchungen an Kindergärten und Grundschulen nachgewiesen. Auch die unfallverhütende Wirksamkeit der Spiele wurde festgestellt.

Eine optimale Förderung basiert auf regelmäßigen, angeleiteten Bewegungsangeboten. Diese werden am besten als kurze und spielerische Phasen in den Tagesablauf integriert. Eine kontinuierliche, wöchentliche Bewegungszeit von 75 Minuten (zusätzlich zu den Sportstunden sowie den freien Angeboten in der Pause) führt bereits zu eindeutigen Verbesserungen.



Die "move it"-Box bringt Schwung in den Unterricht

An Grundschulen hat sich die gelbe "move it"-Box einen festen Platz erobert. Sie bietet alles, was Pädagogen in der ersten und zweiten Jahrgangsstufe für abwechslungsreiche Spiel- und Bewegungsangebote benötigen: Schwungtücher und -seile, Soft-Frisbees, Jongliertücher, Kooshbälle u.v.a.m. Ein Handbuch und ein Videofilm enthalten Praxistipps und Spieleanleitungen, mit denen sich ein lebendiges Motoriktraining als Bewegungspause in der Klasse, auf dem Hof oder in der Turnhalle kinderleicht umsetzen lässt.

Weniger Unfälle, mehr Konzentrationsfähigkeit

Bewegungsspiele tragen zur ganzheitlichen Entwicklung der Kinder bei. Sie enthalten sensomotorische, sprachliche, kognitive, soziale und emotionale Elemente. Bei Befragungen bewerteten Lehrerinnen die Auswirkungen der Übungen und Spiele durchweg positiv: Die Kinder arbeiteten konzentrierter mit, sie bewegten sich lieber und es gab weniger Unfälle und Streitigkeiten.

"move it" für alle Grundschulen!

Zwei Jahre lang haben in Nordrhein-Westfalen insgesamt 750 Klassen mit ihren Lehrerinnen und Lehrern die "move it"-Box getestet. Die Ergebnisse des Tests mündeten in den entsprechenden Erlass "Mehr Bewegung in die Schule - move it!" des Schulministeriums. Dafür wurden die "move it"-Box und das "move it"-Buch überarbeitet und in der Zusammenstellung erweitert.

"Mit diesem Erlass zur Verkehrserziehung haben die Verantwortlichen das Thema "Bewegungserziehung" zu einer vorrangigen Aufgabe der Grundschulen gemacht und es stellt erstmalig die Zusammenarbeit von Schulsport und Verkehrserziehung in den Mittelpunkt", so die Experten der Deutschen Verkehrswacht.

Besonders für die erste und zweite Jahrgangsstufe hält das Projekt vielfältige Spiel- und Bewegungsformen bereit, die sich hervorragend für den Einsatz im Rahmen der täglichen Bewegungszeit eignen. Die "bewegungsfreundliche Schule" - mit dem neuen Projekt rückt ihre Verwirklichung näher. Die unzähligen Bewegungsanreize für Klassenraum, Turnhalle und Außengelände machen es möglich.

Die Ergebnisse der Pilotphase im Überblick

- Pädagogen bewerteten die Spiele und Übungen durchweg als sehr geeignet.
- Schülerinnen und Schüler entwickelten rasch eigene Ideen zur Verwendung der Materialien.
- Vor allem diejenigen Kinder, die normalerweise etwas Angst haben, sich in der Gruppe zu bewegen, kamen in den Genuss einer optimalen Förderung.
- Aggressionen traten nur noch selten auf und wurden teilweise sogar gänzlich abgebaut.
- Die Sozialstruktur hat sich eindeutig verbessert.
- Das Selbstbewusstsein und das Selbstwertgefühl der Schülerinnen und Schüler wurden gesteigert.

