

Draußen spielen...

Rennen, raufen, verstecken spielen, Hütten bauen, den Bach stauen. All das und noch mehr ist Kinderspiel im Freien. Beim Spiel bestimmen die Kinder selbst ihre Ziele, Spielmaterialien und Spielkameraden anhand der Gegebenheiten, die sie vor Ort finden.

Beim freien Spiel können Kinder alles gebrauchen. Die Materialien werden beim Spielen kreativ in völlig neuen Zusammenhängen eingesetzt – die Natur ist eine wunderbare Pädagogin!

„Fallen lernt man nur durch Fallen.“

Beim Draußenspiel wird der ganze Körper, einschließlich aller Sinne eingesetzt. Dabei können Kinder unzählige (für Erwachsene nicht sichtbare) Erfahrungen machen und neue Fähigkeiten und Fertigkeiten erwerben. Phasen ausgiebiger Bewegung wechseln sich mit ruhigem Spiel ab.

Nach Art. 31 der UN – Kinderrechtskonvention haben Kinder ein Recht auf Spiel. Spielen ist ein Grundbedürfnis von Kindern.

In unserer modernen Gesellschaft passt Draußenspiel nicht so richtig in den Alltag. Lückenlos geplante Tage bieten Kindern wenige Möglichkeiten der freien Entfaltung. Das Lernmuster „Spiel = Lernen durch selbständige Aneignung“ wird stark eingeschränkt. Häufige Folgen sind Übergewicht und Aufmerksamkeitsstörungen. Die motorischen Fähigkeiten haben sich im Vergleich zu früheren Generationen verschlechtert. Zum Bewegungsmangel kommen falsche Ernährung und übermäßiger Medienkonsum hinzu. Viele Kinder haben Haltungsschäden und Rückenschmerzen durch eine zu gering ausgeprägte Muskulatur. Das wiederum führt zu einer erhöhten Unfallgefahr.

Da gilt es, gegenzusteuern, indem Kindern mehr Möglichkeiten für freies Spiel geschaffen werden. Kindern Raum und Zeit zum Spielen zu geben, betrifft nicht nur das häusliche Umfeld, sondern auch Erzieher, Lehrer und andere Betreuungspersonen.

Beim Draußenspiel können Kinder rennen und toben, balancieren, Ball spielen, klettern und vieles mehr. Es bietet sich eine Vielzahl an Bewegungsabläufen. Auch „ruhige“ Spiele, wie z.B. mit Kreide auf der Straße zu malen, fördern die Motorik. Kinder trainieren gerne ihre Geschicklichkeit und testen ihre eigenen körperlichen Grenzen. Der Antrieb kommt aus ihnen selbst und wird durch das Vorbild anderer Kinder angeregt.

Auch wenn die Bedingungen für das Draußenspiel nicht immer ideal sind, können Sie als Eltern viel dafür tun, Ihrem Kind diese Erfahrungen zu ermöglichen:

- Draußenspiel als notwendigen und selbstverständlichen Bestandteil der Kindheit begreifen.
- Den Alltag der Kinder entrümpeln, z.B. weniger Medienkonsum zulassen.
- Regelmäßige Bewegung von den Kindern einfordern.
- Mit dem Auto zu bringen nicht zur Selbstverständlichkeit werden lassen.
- Praktische Kleidung anschaffen, die nicht beengt und auch mal dreckig werden kann.
- Unordnung und Gestaltungswillen von Kindern mit Absprachen dulden.
- Den Garten als "Kinder"- Garten ansehen. Wilde Ecken zulassen.
- Den Kindern ermöglichen, Orte zu besuchen, an denen freies Spiel möglich ist.

Seien Sie selbst Vorbild und leben Sie Bewegung vor!

Zum Nachlesen und Vertiefen: www.draussenkinder.info