

## **Einleitung**

Alles entwickelt sich unaufhörlich, auch Psychomotorikstunden.

Die hier gesammelten sind wiederholte und veränderte Stunden; fertig entwickelt können sie nie sein. Sie sind ein lebendiges Geschehen, immer im Entstehen.

Ideen rufen weitere Ideen hervor, gerade in Psychomotorikstunden, und zwar im Kind-Kind-Dialog sowie im Gruppe-Spielleiter-Dialog.

Eigentlich wollte ich lediglich als Abschiedsgeschenk für unsere Erzieherpraktikantinnen alle meine Stunden (bzw. deren momentanen Stand) übersichtlich und praxistauglich zusammenschreiben. Da die angehenden Erzieherinnen aber auch selbst wissen wollen, was Psychomotorik überhaupt will, was sie vom Kinderturnen unterscheidet und wie man eine solche Stunde herstellt, habe ich versucht, alles Wichtige verständlich zu erklären.

Ganz nebenbei beleuchten die Stunden die Entwicklung, die eine Gruppe in 3 Jahren Psychomotorik durchlaufen kann.

Für alle, die in die Psychomotorik einsteigen möchten, keine Turnhalle haben und Infos gerne kurz und konkret mögen, kann diese Sammlung als Ideengrundlage und Erfahrungsbericht dienen, wie vielfältig man in einem kleinen Turnraum ohne Deckenhaken Psychomotorik gestalten kann.

So ein kleiner Raum hat sogar Vorteile. So muss man die Gruppe kleiner wählen und erhält damit ein familiäreres Klima. Man muss seine Kreativität bzw. die der Kinder mehr beanspruchen, wodurch es immer spannend bleibt.

Das soziale Geschehen in der Gruppe scheint mir auch intensiver, enger zu sein. Da der Nächste einfach näher ist als in einer Halle, entstehen häufig im Laufe der Stunde aus der Gruppe heraus Spielideen für alle gemeinsam (z. B. etwas Großes bauen) oder für zwei feindliche Parteien, die sich gegenseitig spielerisch bekämpfen, was ja auch ein gemeinsames Spiel ist.

## **Psychomotorik lernen und verstehen**

Wer im Bereich Psychomotorik tätig werden will, muss selbst aktiv werden. Bücher lesen, Kurse besuchen, sich den Raum und den Freiraum beschaffen.

Zum theoretischen Einstieg in die Psychomotorik empfehle ich:

- Ernst J. Kiphard: Psychomotorische Entwicklungsförderung, Motopädagogik, Verlag modernes lernen – Dortmund, ISBN 3-8080-0225-5
- Renate Zimmer: Handbuch der Psychomotorik, Herder, ISBN: 3-451-28930-x

Und als Praxisbücher nehme ich gerne:

- Beudels / Lensing-Conrady / Beins: ...das ist für mich ein Kinderspiel, Handbuch zur psychomotorischen Praxis, Borgmann, ISBN: 3-86145-026-7 und
- H. Köckenberger: Rollbrett, Pedalo und Co, Borgmann, ISBN: 978-3-938187-20-3.

Ich habe an den vier einwöchigen Kursen zur „psychomotorischen Basisqualifikation Motopädagogik“ teilgenommen, die die „Deutsche Akademie für Psychomotorik“ anbietet ([www.dakp.de](http://www.dakp.de)) und kann mich jetzt „Motopädagogin“ oder „Psychomotorikfachfrau“ nennen, was keinen eigenständigen Beruf bezeichnet, sondern eine Zusatzqualifikation. Jedoch ohne umfangreiche Praxiserfahrung würden diese Bezeichnungen nicht mehr aussagen, als dass ich vier Wochen auf Fortbildung war.

Nachdem der psychomotorische Grundsatz inzwischen in den Bildungsprogrammen der Länder für Vorschulkinder verankert ist, rennen Sie hoffentlich mit Ihrem Interesse offene Türen ein.

Im bayerischen Bildungsplan<sup>1</sup> S. 355 steht z. B.: „*Die Bewegungsbedürfnisse des Kindes zu vernachlässigen heißt, kindliche Entwicklungsprozesse empfindlich zu stören. Wird das Bewegungsbedürfnis der Kinder eingeschränkt, kann dies schwerwiegende Folgen haben, nicht nur für die Gesundheit und die körperliche Leistungsfähigkeit.“*

Auf S. 358 wird sogar auf eine psychomotorische Zusatzausbildung hingewiesen und die Psychomotorik empfohlen und erklärt:

„*Bei der Unterstützung der motorischen Entwicklung im Vorschulalter und der Umsetzung der Leitgedanken und Bildungsziele sind Erkenntnisse und Methoden der psychomotorischen Elementarerziehung besonders wertvoll. Es besteht die Möglichkeit einer Zusatzausbildung in Psychomotorik. ... Psychomotorik betont den Zusammenhang von Wahrnehmung, Bewegung, Erleben und Han-*

*deIn. Sie verknüpft Körper-, Material- und Sozialerfahrungen und stimuliert alle Sinne. Ihre Kernfrage lautet nicht: „Wie kann ich die motorische Handlung, den Bewegungsablauf des Kindes verbessern?“, sondern: „Wie wirkt die motorische Handlung auf das Kind zurück, auf sein Selbstbild, sein Körperschema, seine Motivation?“.*

Als Psychomotorikerin müssen Sie nicht zwingend sportlich sein. Wichtiger ist die Beweglichkeit im Kopf, die echte Dialog- und Beziehungsfähigkeit und Reflexionsbereitschaft. Körperlich recht bequem dürfen sie allerdings nicht sein. Können Sie mit Ihrem ganzen Wesen nachvollziehen, dass Kinder Bewegung brauchen, ihre körperlichen und kreativen Möglichkeiten erleben und austesten müssen, Spaß und Lernfeld in Material und Gruppe brauchen, dass jedoch Wettbewerb und Leistungsdruck in diesen Bereichen für viele Kinder eher hemmend wirken, dann sind Sie meiner Meinung nach bestens geeignet.

Psychomotorik will und soll die drei basalen Sinnesbereiche bedienen, die, an denen sich ein Kind sattspüren muss, in denen es viele verschiedene Eindrücke sammeln muss. Was Tierkinder für eine gesunde Entwicklung brauchen, brauchen Menschenkinder auch: Kontakt mit dem Boden in allen Lagen und Bewegungsmöglichkeiten mit purzeln, rollen, fallen, hängen, baumeln, ziehen, springen, rennen und stoppen, eigenen Körper und den der anderen spüren, raufen, die Dinge der Umgebung spüren, betätigen und gestalten, und die Geduld und Grenzen der anderen austesten. Das heißt, der Alltag einer Psychomotorikerin kann sehr anstrengend sein.

Die drei basalen Sinnesbereiche sind:

**Vestibular** (Gleichgewichtssinn): drehen, schaukeln, balancieren, rollen ...

**Taktile** (Tastsinn): hantieren mit Material, berühren und berührt werden ...

**Propriozeptiv** (Körpertiefenwahrnehmung): Druck und Zug auf Gelenke, Muskeln, Sehnen, Knochen durch sich-fallen-lassen, springen, beschleunigen, stoppen, die Schwerkraft, das Körpergewicht oder ein Gegengewicht spüren, sich halten, drücken, ziehen ...

Zu diesem Bereich gehört auch der oft gebrauchte Fachausdruck „Kinästhesie“. Diesen erklärt der Duden mit: „*Die Fähigkeit, Bewegungen der Körperteile unbewusst zu kontrollieren und zu steuern*“. Da aber „Ästhet“ „der Wahrnehmen-de“ heißt und „kinetisch“ „bewegend, auf die Bewegung bezogen“, beschreibt die Kinästhesie auch die Wahrnehmung der eigenen momentanen Bewegung. Was ich nicht wahrnehme, kann ich auch nicht steuern und kontrollieren.

Diese drei Wahrnehmungsbereiche sind grundlegend und müssen vorrangig und ausreichend bedient werden, damit Kinder sich in ihrem Körper und Geist und in ihrer Umwelt wohl und sicher fühlen.

Die heute überstrapazierten Sinne Hören und v.a. Sehen sollte man in der Psychomotorik, aber auch im allgemeinen pädagogischen Alltag öfter einmal ausschalten, damit sich die Wahrnehmung auf taktil, vestibular und propriozeptiv konzentrieren kann, was nicht nur kindliche Systeme ausgleicht.

Wenn ein Kind in der Schule auf dem Stuhl sitzt, muss das vestibuläre System gut ausgebildet sein, damit dieses vollkommen unbewusst funktionieren kann und das Kind in seiner geistigen Aufmerksamkeit nicht stört;  
muss es gute Wirbelsäulehaltemuskeln haben, sonst verkrampt sich der Schulterbereich und mit ihm die Arme und die Schrift;  
muss es ein gesundes Herz-Kreislauf-System haben, sonst wird es müde und das Gehirn wird nicht optimal durchblutet;  
muss es anhand eines brauchbaren inneren Bildes seines Körpers sich nach hinten, vorne, oben, unten, rechts und links orientieren können, sonst kommt es mit Schreib- und Leserichtung, verschiedenen seitlichen Anhängseln der Buchstaben, Plus, Minus, Reihenfolgen und anderen Ordnungssystemen nicht klar;  
muss es ein positives Selbstbild und Selbstwertgefühl besitzen, sich etwas zu trauen, bereit sein, sich auch mal anzustrengen, und darf seinen Mut und seine Neugierde für Neues noch nicht verloren haben.

Aufgrund dieser Tatsachen ist Psychomotorik im Vorschulalter die bestmögliche und effektivste Vorbereitung auf die Schule.

## **Gruppe**

Die Stunden sind entstanden für Kinder und mit Kindern des 1. bis 3. Schulbesuchsjahres der Diagnose-Förderklassen, also für 6–10-jährige Kinder mit Förderbedarf in den Bereichen Wahrnehmung, Entwicklung, Lernen, Sprache, Motorik, Körperschema, Orientierung, Selbstwert, Sozialverhalten, Emotion, Kommunikation.

Ihrer Inhalte und Absichten wegen sind die Stunden optimal für das Vorschulalter und Schuleintrittsalter geeignet.

In der Psychomotorik im kleinen Raum ist das altersgemischte-Gruppen-Prinzip meiner Erfahrung nach unvorteilhaft. Wenn nach einem Jahr jüngere „Anfänger“ dazu kommen, muss man mit ihnen wieder an den Grundlagen bauen und kann den Erfahreneren kaum Gelegenheit geben, sich selbst zu organisieren. Was sich bei ihnen nun gerne weiter entwickeln möchte, wird ausgebremst. Optimal ist es, eine Gruppe drei Jahre lang in weitgehend gleicher Zusammensetzung zu führen.

## Raum und Zeit

Der Raum, in dem diese Stunden entstanden sind, ist 5 x 8 m groß. Er verfügt nicht über Deckenhaken.

Bei 6–10-jährigen Kindern ist darin für bis 7 Kinder Platz zum Bewegen. Wenn man berücksichtigt, dass größere Kinder bei einer normalen Laufbewegung mehr Raum ausfüllen als kleine, dann bedeutet das, dass im gleichen Raum mehr jüngere als ältere Kinder raumgreifend agieren können

Die vorgestellten Stunden dauern mindestens 45 Minuten. Darin ist der Weg vom Klassenzimmer zum Bewegungsraum und zurück und das Umziehen der Schuhe enthalten.

Ich muss gestehen, dass die 45 Minuten oft zu knapp sind. 60 Minuten wären grundsätzlich besser. Man könnte noch mehr Ideen der Kinder verwirklichen, intensiver in das Thema einsteigen und sich für die Entspannung in aller Ruhe Zeit lassen.

## Gerätschaften

Jeder Turnraum ist anders ausgestattet. Die Kunst ist, aus dem, was da ist, etwas zu machen. Geräte und Materialien sollen sogar bewusst zweckentfremdet werden. Natürlich unter Beachtung der Sicherheit! (vgl. S. 20)

Dies vergrößert nicht nur die Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten und den Spaß, sondern fördert auch kreatives Denken, Phantasie, Handlungsplanung, Motivation, Kommunikation usw..

Wichtig ist außerdem, wenige, aber vielfältig einsetzbare Geräte zu beschaffen, weil man ja keinen Platz für Überflüssiges hat.

### Großgeräte

Großartig wäre das Vorhandensein einer Sprossenwand, zweier Weichbodenmatten 2x1m, (lieber die steiferen, leichten, damit können die Kinder auch gut Häuser bauen), 2 – 4 flachen Matten (ebenso die steifen, leichten), einer Langbank (höchstens 2 m), 1–2 Schrägbrettern zum Einhängen in die Sprossenwand (günstigerweise genauso lang wie die Matten, die Sie darauf legen wollen) und einer großen Tonne, in die möglichst 2 Kinder passen (Zeitungspapierrolle aus Druckerei?).

Spieltonnen gibt es auch in den Fachkatalogen. Dort können Sie auch weitere Geräte nachschlagen, die ich hier angebe und die Sie nicht kennen. Einige sieht man jedoch auch auf den Fotos bei den Stunden.

## **Kleingeräte**

In einem Raum dieser Größe können höchstens vier Rollbretter gleichzeitig fahren. Nehmen Sie die kleinen leichten aus Kunststoff mit Griffen zum Aufhängen bzw. Seil hinein knoten.

Zum Drehen brauchen wir auf alle Fälle etwas: die Karussellscheibe. Mit dem umgedrehten Schaukelbrett belegt, entsteht ein schnelles Karussell. Weitere brauchbare Kleingeräte sind z.B. Pedalo, Stelzen, Hüpfstab, Tau, eine Haushaltsleiter, und Verschiedenes zum Balancieren.

## **Materialien**

Alles, was Ihr Turnraum standardmäßig besitzt, können Sie in der Psychomotorik gebrauchen, wie Bälle, Medizinbälle, Reifen, Seile, Sandsäckchen, Tücher, Stäbe, Stab- und Reifenhalter.

Leicht zu beschaffen und sammeln sind außerdem viele 500 g-Joghurtbecher, große Stofftücher oder alte Bettüberzüge, Bierdeckel, Wollreste, Schaumstoffreste (Schaumstofffladen), Teppichfliesen, Sofakissen und -polster, also alle möglichen Alltagsmaterialien.

## **Hilfreiche Kleinigkeiten**

Kleinigkeiten, welche die praktische Arbeit erleichtern, können sein:

Einige Paare Ersatz-Gymnastikschläppchen für die Fälle, dass Kinder keine eigenen dabei haben, aber auch nicht barfuß turnen können wegen Strumpfhosen. Strümpfig geht auf keinen Fall, denn wir haben im Verhältnis zum freien Platz viele und nahe Wände und Tür-, Sprossenwand- und Fensterbankkanten, an die man entsprechend schnell hin rutscht und auch die Kameraden zum Stolpern bringt.

2–3 Zopfgummis, um lange Haare vor Rollbretträdern oder Karussellscheibenkugellagern in Sicherheit zu bringen.

Augenbinden, die fast bei allen Aktivitäten geholt werden dürfen. Ich habe einfach an „Delta Airlines“ geschrieben und habe 2 große Kuverts voll Flugreisen-Augenbinden erhalten.

Ein Gehörschutz aus dem Baumarkt, den aufsetzen kann, wer es besonders leicht haben möchte.

Etwas zum Aufschreiben der Ideen oder Wünsche der Gruppe für das nächste Mal.

Einige „Strafzettel“ und Buntstifte. (vgl. S. 19).

Ein mobiles, leichtes, am besten rundes, weiches Ding, auf dessen Rand sich die Gruppe im Kreis versammeln kann. Wir benutzen den Polsterrand eines ausgerangierten Trampolins. Ein runder Teppich wäre wohl auch geeignet. Der kleine Raum zwingt dazu, den Versammlungsplatz verrutschen zu können.

Entweder ein akustisches Zeichen für „Jetzt fängt das Spiel / die Aktivität an“ und ein anderes für „Jetzt ist Ende, bitte alle zum Kreis kommen!“ oder das gleiche Instrument 1x gespielt für den Anfang und 2–3x gespielt für das Ende.

Ein CD/MC-Spieler. Tonträgerwechsel kann man sich sparen, wenn im MC-Deck eine Kassette mit Bewegungsmusik liegt und im CD-Deck die Entspannungs-CD.

## Ist es nun Psychomotorik oder Kinderturnen?

Wenn ich wissen möchte, ob meine Bewegungsstunde nun eher Kinderturnen oder wirklich Psychomotorik war, stelle ich mir folgende Fragen: (Ist die Antwort „Ja“, dann ist es eher Psychomotorik.)

Mussten nicht alle Kinder das gleiche machen, sondern konnten sie selbst entscheiden, wann sie welches Angebot annehmen und wie hoch sie z.B. klettern?

Konnten sie ohne viel Wartezeit ständig aktiv sein?

War Gelegenheit, Ideen, Vorschläge der Kinder zur Veränderung eines Spiels, einer Station zu verwirklichen?

Fühlten die Kinder sich sicher genug, etwas Unsicheres, Neues auszuprobieren, zu üben?

Hatte jedes Kind kleine Erfolgserlebnisse??!!

War kein Spiel dabei, bei dem die langsamsten, unbeholfensten schnell ausscheiden mussten, zuschauen mussten, nicht weiter üben konnten, dadurch noch weiter zurückfielen, während die stärkeren weiter spielen und üben konnten und sich dadurch noch weiter verstärkten?

Haben die Kinder geübt, miteinander zu kommunizieren, zu fragen, ein Nein des anderen zu akzeptieren oder zu verhandeln, zu argumentieren, sich auch mal zu entschuldigen?

Haben sie erlebt, Hilfe angeboten zu bekommen oder anzubieten?

Haben sie erlebt, dass ihr „Stopp“ tatsächlich zur Unterbrechung eines Spieles führt, ihr „Nein“ zur Rückenmassage akzeptiert wird, das „Hör auf!“ eines Spielpartners sofort befolgt werden muss?

Wurden die Kinder aufgefordert, selbst Spielmöglichkeiten mit einem Material oder Gerät zu finden, und durften (nicht mussten) sie ihre Ideen vor der Gruppe zeigen?

Durfte die Gruppe meine Aufbauten auch für ein entstehendes Rollenspiel benutzen?

Durften Kinder miteinander raufen auf der Basis, dass es für beide freiwillig ist, beim „Stopp“ eines Beteiligten Schluss ist, und dass man damit rechnen muss, dass man sich dabei auch mal weh tun kann?

(Rauen beinhaltet nicht treten und boxen. Es ist das Drunter und Drüber auf dem Fußboden, das Festhalten, Packen, sich Befreien, Davonrennen und Einfangen. Das dürfen wir nicht verbieten. Im Gegenteil: Zuschauen, für Fairness sorgen und wissen, dass die Kinder sich durch das Raufen gegenseitig intensiven Körperkontakt und starke Körperwahrnehmungen schenken.)

Gab es eine Ruhe-/Beobachtungsecke?

Wurden die grundlegendsten Wahrnehmungsbereiche abgedeckt? (vgl. S. 11)

Blieb Raum zur Selbstorganisation innerhalb eines festen Regelrahmens?

## **Der Regelrahmen**

Die Regeln müssen logisch sein, einen Sinn haben, einleuchtend sein, immer gelten, auch für den Spielleiter gelten, und ihre Einhaltung muss von Vorteil sein für alle und für den Verlauf der Stunde. Die Kinder lernen, dass sie sich um so mehr selbstbestimmt betätigen können, um so mehr erleben können, je zuverlässiger sie sich an die Regeln halten.

Bei mir wird für wiederholtes absichtliches Regelübertreten erst die gelbe Karte ausgesprochen, dann die rote Karte und danach heimst der Regelmissachter sich einen echten Strafzettel ein (s.Kopievorlage S. 19). Das Kind muss sofort die Buchstaben eines kurzen Textes nachfahren (Schriftart: Bayern Umriss) und kann dann wieder mitmachen. Falls die Stunde schon zu Ende ist, muss es den Strafzettel bis zur nächsten Stunde bearbeitet bringen. Meist kommen die Strafzettel liebevoll ausgemalt und verziert zu mir zurück.

Formulieren Sie den Text positiv, also anstatt: „Ich darf nicht schlagen.“ schreiben Sie: „Ich achte auf die anderen Kinder.“ Das Wort „schlagen“ bleibt wegen seiner Bildhaftigkeit besser im Gedächtnis haften als das Wort „nicht“. Das, was das Kind sein lassen soll, darf also als Wort nicht im Text vorkommen! Kopieren Sie ein freundliches Bild dazu.

Für ein Kind, das noch nicht nachspuren kann, muss die Aufgabe natürlich angepasst werden, z.B.: Male das Bild aus, oder: Umkreise jedes Wort. Oder es muss einfach einige Minuten ausscheiden.

Spüren Sie, dass „brave“ Kinder neidisch werden auf den schönen Strafzettel, bieten Sie ihnen einen als Geschenk an. Sie sollen ihn aber bearbeitet wieder bringen.

Der Spielleiter darf auf keinen Fall Regelübertretungen willkürlich behandeln. Mir ging es anfangs wie fast allen unseren Erzieherpraktikantinnen: Ich wollte stets verhindern, dass ein Kind tatsächlich den Strafzettel bekommt und habe ihm eine Chance nach der anderen gelassen. FALSCH! Diese vermeintliche Gutmütigkeit ist Führungsschwäche! Sie hat nichts mit Liebe zu den Kindern zu tun, denn sie raubt ihnen die Chance auf eine wertvolle Stunde!

Ein Kind der Gruppe wird immer austesten, wie viele Provokationen es sich leisten kann, und die anderen beobachten genau! Kommt es damit durch, ziehen einige nach. Schon ist die Stunde nicht mehr schön, geschweige denn erreicht sie ihre vorgesehenen Ziele.

Also, die 1. Warnung (gelbe Karte) lieber zu früh als zu spät aussprechen – und sich diese auch merken! Und falls das Kind gleich noch mal provoziert, konsequent die 2. Warnung hinterdrein. Dann ist's meistens gut.

Jede Woche erlebe ich mehrere Kinder, die sich gezielt die gelbe und rote Karte „holen“, sich darüber freuen und sich danach plötzlich mit Leichtigkeit und besserer Laune gut benehmen. Sie testen wohl die Sicherheit dieses Systems aus bis sie den Halt spüren, den sie benötigen.

Den Strafzettel zu bekommen ist nicht schlimm für das Kind, es ist eine Arbeit von 5 Minuten.

Weigert sich ein Kind, den Strafzettel zu „bezahlen“? Nun, es darf erst wieder mitmachen, wenn der schöne Zettel bearbeitet ist. Dies kann auch in den ersten Minuten der nächsten Stunde geschehen.

Folgende Regeln muss jedes Kind einhalten. Sie haben sich bei uns als die sinnvollsten, wichtigsten herausgestellt:

- Rutschfeste Füße (sonst gefährdet man sich und andere): barfuß, Gymnastikschläppchen oder Aquaschuhe. Bei Teppichboden eignen sich auch Noppensocken, nicht aber bei glattem Boden.
- Zuerst in den Kreis kommen (sonst können wir nicht anfangen).
- Bei jedem Zwischen- oder Schlusszeichen gleich in den Kreis (sonst geht es nicht weiter).
- Nur da turnen, wo man heute darf (woanders ist nicht abgesichert).
- Bei Stationenbetrieb auf der jeweiligen Teppichfliese anstellen und den Vorgänger fertig turnen lassen.
- Freundlich sein! Jemanden auslachen, ärgern, hauen usw. ist verboten! (sonst wird man auch selbst ausgelacht usw.).
- Auf den Spielleiter hören (sonst gibt es Ärger, Unfälle, Ungerechtigkeiten).
- Auf sich selbst achten (aufhören, wenn etwas weh tut, ich Angst habe, ich etwas nicht mag; sagen, was ich will / nicht will).
- Auf die anderen Kinder achten (auf ihr „Stopp“ hören, auf „Nein“, auf Fragen antworten, bei Laufspielen Abstand halten).

Die Spielleiterin wird auch belohnt, wenn sie sich an die gleichen Regeln hält und an ein paar weitere:

- Sie sorgt für sämtliche Sicherheitsvorkehrungen, wozu auch das Regelgerüst zählt.
- Sie fordert die Einhaltung der Regeln ein.
- Sie widmet ihre Aufmerksamkeit die ganze Zeit den Kindern. Wahrgenommen werden soll alleine schon entwicklungsfördernd wirken. Außerdem will sie ja wissen, wie ihre Stunde wirkt, was die Kinder brauchen, und welche Ideen sie haben.
- Sie bietet auf Basis des festen Regelrahmens mit zunehmender Verlässlichkeit der Gruppe zunehmend Selbstbestimmung und Freiraum an, damit die Kinder nun die Früchte ihrer Zuverlässigkeit genießen können.
- Sie vertritt grundsätzlich das Recht der Selbstbestimmung über den eigenen Körper. Spiele mit Körperkontakt müssen ausdrücklich freiwillig sein! (Keiner darf dich berühren, wenn du es nicht willst!)
- Sie teilt den Kindern vor jeder Aktion deren Verlauf mit, damit diese sich entscheiden können, ob sie mitmachen wollen.

Der Lohn ist eine gelungene Stunde ohne Unfälle mit vielen freudevollen, förderlichen, fairen, ideenreichen Erlebnissen und Begebenheiten.

Auf der folgenden Seite ist ein Vorschlag für einen „Strafzettel“, den die Kinder nachspuren können. (Leider gibt es das große I in dieser Schriftart nicht in der neuen Schreibweise, sondern nur als **J**, deshalb habe ich kleine i gewählt.)