



universität
wien

MASTER THESIS

Titel der Master Thesis / Title of the Master's Thesis

Entwicklungsförderung von Säuglingen und Kleinkindern
durch psychomotorische Angebote im Wasser

verfasst von / submitted by

Lisa Gollubits, BEd

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Master of Arts (MA)

Wien, 2016 / Vienna 2016

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
Postgraduate programme code as it appears on
the student record sheet:

A 992 795

Universitätslehrgang lt. Studienblatt /
Postgraduate programme as it appears on
the student record sheet:

Psychomotorik / Psychomotricity

Betreut von / Supervisor:

Univ.Prof. Mag. Dr. Otmar Weiß

Abstract

Das Wasser hatte schon seit jeher eine positive Wirkung auf den Menschen. In vielen Kulturen wurde das Wasser deshalb schon sehr früh genutzt und die Fortbewegung im Wasser war schon vor der Fortbewegung an Land möglich. Diese Fähigkeit der Neugeborenen wurde in der westlichen Gesellschaft erst viele Jahre später erkannt. Seitdem herrscht aber in diesem Bereich eine große Nachfrage und das Baby- und Kleinkinderschwimmen ist ein wichtiger Teil der frühen Förderung geworden. Heutzutage wird das Wasser auch in unterschiedlichen Bereichen eingesetzt. Es dient therapeutischen Zwecken, zur Frühförderung oder zur Selbstrettung. Die Psychomotorik, die den ganzheitlichen Ansatz vertritt, wurde in Bezug auf das Baby- und Kleinkinderschwimmen noch nicht genau betrachtet. Daher war das Ziel dieser Arbeit herauszufinden, wie psychomotorische Angebote im Wasser die ganzheitliche Entwicklung des Baby- und Kleinkindes unterstützen können.

Nach intensiver Auseinandersetzung mit dem Thema kann gesagt werden, dass psychomotorische Angebote beim Baby- und Kleinkinderschwimmen sich positiv auf den Entwicklungsverlauf des Kindes auswirken, solange das Kind in seiner Ganzheit betrachtet wird und die Übungen sich an seinem Können orientieren. Durch den Kontakt zu anderen Kindern wird die soziale Entwicklung unterstützt und der Eltern-Kind Kontakt gefördert. Materialien, die während der psychomotorischen Stunde dem Kind frei zur Verfügung stehen, fördern die Selbstbestimmung und zugleich steht die Wahrnehmung im Vordergrund. Besonders die Eigenschaften des Wassers, wie der Auftrieb, der Wasserdruck und der Wasserwiderstand ermöglichen dem Kind, seinen Körper zu spüren und wahrzunehmen. Abschließend kann gesagt werden, dass ein psychomotorisches Angebot im Wasser sowohl zur positiven Entwicklung der motorischen, physiologischen und sozialen Entwicklung beiträgt und das Kind dadurch seine Persönlichkeit entfalten kann. Wichtig ist hier noch anzumerken, dass eine regelmäßige Teilnahme Voraussetzung ist, um einen positiven Effekt erzielen zu können. Zuletzt kann gesagt werden, dass sich das Baby- und Kleinkinderschwimmen von einer psychomotorischen Stunde im Wasser nur durch die unterschiedliche Zielsetzung und den Stundenablauf unterscheidet.

Inhaltsverzeichnis

1	Vorwort.....	1
2	Einleitung.....	2
2.1	Ausgangssituation	2
2.2	Forschungsfrage und Zielsetzung.....	3
3	Psychomotorik.....	5
3.1	Definition von Psychomotorik.....	7
3.2	Menschenbild der Psychomotorik.....	8
3.3	Ziele und Inhalte der Psychomotorik.....	9
3.4	Psychomotorik in der Frühförderung.....	10
4	Entwicklung des Säuglings und Kleinkindes	12
4.1	Körperliche Entwicklung.....	12
4.2	Motorische Entwicklung	13
4.3	Kognitive Entwicklung.....	15
4.4	Die Wahrnehmung.....	18
4.4.1	Die taktile Wahrnehmung.....	19
4.4.2	Die vestibuläre Wahrnehmung.....	19
4.4.3	Die propriozeptive Wahrnehmung.....	19
4.4.4	Die visuelle Wahrnehmung	20
5	Das Element Wasser	22
5.1	Die Bedeutung des Wassers	22
5.2	Eigenschaften des Wassers	23
5.2.1	Thermische Reize.....	23
5.2.2	Der hydrostatische Druck.....	24
5.2.3	Wasserwiderstand.....	24
5.2.4	Wasserdruck.....	24
5.2.5	Auftrieb.....	24
6	Säuglings- und Kleinkinderschwimmen.....	26
6.1	Geschichtlicher Hintergrund.....	27
6.2	Inhalte und Ziele des Säuglingsschwimmens.....	27
6.3	Ab welchem Alter ist das Babyschwimmen sinnvoll?	29
6.3.1	Das Skelett	30
6.3.2	Länge und Gewicht.....	30
6.3.3	Resistenz gegen Infektionen.....	31
6.4	Der Einfluss des Wassers auf die körperliche Entwicklung des Kindes.....	32
6.4.1	Die Atmung.....	33
6.4.2	Der Kreislauf.....	33
6.4.3	Das Skelett des Säuglings	33
6.4.4	Die Muskulatur.....	34
6.5	Der Einfluss des Wassers auf die motorische Entwicklung des Kindes.....	34
6.6	Der Einfluss des Wassers auf die geistige Entwicklung des Kindes.....	34
6.7	Die richtige Wassertemperatur.....	35
6.8	Wassergewöhnung in der Badewanne.....	35
7	Psychomotorische Förderung von Säuglingen und Kleinkindern im Wasser.....	37
7.1	Psychomotorische Frühförderung im Wasser nach Cherek	38
7.1.1	Die Wirkung des Wassers.....	38
7.1.2	Die Wirkung des Wassers auf die Wahrnehmung.....	39
7.1.3	Die Wirkung des Wassers auf die Motorik	39
7.1.4	Die Wirkung des Wassers auf die soziale Bindung	40
7.2	Einsatz von Materialien in der psychomotorischen Förderung	41
7.3	Inhalte und Ziele der psychomotorischen Förderung im Wasser.....	42

7.4	Rituale bei der psychomotorischen Förderung im Wasser.....	43
7.5	Rolle des Psychomotorikers und der Psychomotorikerin.....	44
7.6	Positive Aspekte der psychomotorischen Förderung im Wasser	45
8	Planung eines psychomotorischen Säuglings- und Kleinkinderschwimmkurses.	46
9	Planung einer psychomotorischen Einheit mit Säuglingen im Wasser.....	48
10	Planung einer psychomotorischen Einheit mit Kleinkindern im Wasser	52
11	Diskussion.....	57
12	Zusammenfassung.....	60
	Literaturverzeichnis.....	62
	Abbildungsverzeichnis	64
	Tabellenverzeichnis	64
	Anhang	65

1 Vorwort

Das Baby- und Kleinkinderschwimmen erfährt zurzeit großer Beliebtheit, wie ich auch selber während meiner Praxisstunden zur Baby- und Kleinkinderschwimmlehrerin beobachten konnte. Die Kurse sind sehr gut gebucht und die Nachfrage der Eltern wird immer größer. Durch mein Studium der Psychomotorik kam ich zu der Idee, die psychomotorischen Ansätze in das Baby- und Kleinkinderschwimmen zu integrieren und diese näher zu erforschen. Da ich das Baby- und Kleinkinderschwimmen als tolle Möglichkeit der Frühförderung sehe, wollte ich einen näheren Einblick in dieses Thema gewinnen. Da die Psychomotorik an Land schon praktiziert wird und auch positive Einflüsse vorweisen kann, war es spannend für mich, das noch eher unerforschte Gebiet der Psychomotorik im Wasser näher zu betrachten. Die daraus resultierenden Ergebnisse meiner Nachforschung finden in meiner Arbeit Ausdruck.

Ich möchte an dieser Stelle noch allen danken, die mich beim Schreiben dieser Masterarbeit unterstützt haben. Insbesondere gilt mein Dank Herrn Univ.Prof. Mag. Dr. Otmar Weiß und Frau Mag. Nina Stuppacher die mir vor und während der Verfassung dieser Arbeit mit Rat und Tat zur Seite standen.

Ein großer Dank gilt an dieser Stelle meiner lieben Freundin und Studienkollegin Sabrina Hafenscher, die während der Erstellung dieser Arbeit für Motivation und eine notwendige und abwechslungsreiche Ablenkung gesorgt hat.

Zuletzt bedanke ich mich noch bei meiner Familie und meinem Freund Richard, die mich während des gesamten Studiums unterstützt haben.

2 Einleitung

Das Wasser hat schon seit jeher eine besondere Wirkung auf uns Menschen und übt eine gewisse Anziehungskraft aus. Besonders Babys fühlen sich in diesem Element sehr wohl, da sie schon durch die pränatale Phase mit dem Wasser vertraut sind und dies meist als etwas positives empfinden. In vielen Kulturen wurde diese Vertrautheit mit dem Wasser früh genutzt, wie zum Beispiel bei den kalifornischen Yokur-Indianern, die ihre Kinder früh mit dem Wasser in Kontakt brachten, und die Babys begannen meist schon zu schwimmen, bevor sie überhaupt laufen konnten (Odent & Johnson, 1995, S. 12).

2.1 Ausgangssituation

In der westlichen Welt hat sich diese Erkenntnis erst in den letzten 30 Jahren herauskristallisiert und seither hat sich das Babyschwimmen in fast allen Ländern etabliert. Die Ziele sind jedoch in allen Ländern sehr unterschiedlich. In Österreich hat sich das Babyschwimmen zum Ziel gesetzt, das Kind in seiner Entwicklung zu unterstützen und zu fördern. Daher ist das Babyschwimmen auch ein wichtiger Teil in der Frühförderung geworden.

Untersuchungen zum Bewegungsverhalten der Babys im Wasser und die dadurch resultierenden Langzeiteffekte im motorischen Bereich hat es schon sehr früh gegeben. Schon im Jahr 1939 verfasste Dr. Myrtle McGraw einen Artikel dazu (Odent & Johnson, 1995, S. 13).

Auch in der aktuellen Literatur wird verdeutlicht, dass das Babyschwimmen sich positiv auf die Beziehung zwischen Mutter und Kind auswirkt und die regelmäßige Teilnahme am Kurs Einfluss auf die geistige, soziale und körperliche Entwicklung des Babys und Kleinkindes hat. Durch die dreidimensionale Bewegung, die das Kind im Wasser erfährt, sind Bewegungen möglich, die das Kind an Land noch nicht umsetzen kann (Ahrendt, 2001, S. 17).

Die Psychomotorik, die den Menschen als eine Einheit aus Körper, Geist und Seele betrachtet, hat zum Ziel, Übungen so anzubieten, dass nicht nur Teileaspekte, sondern der Mensch in seiner Ganzheit gefördert wird. Der deutsche Schwimmlehrer Cherek beschäftigt sich in seinen Arbeiten genauer mit dem Thema Psychomotorik in Zusammenhang mit dem Element Wasser und bietet psychomotorisches Baby- und Kleinkinderschwimmen an. Jedoch gibt es kaum aktuelle Studien zu diesem Thema und die Psychomotorik beim Säuglings- und Kleinkinderschwimmen ist ein noch eher unerforschtes Gebiet.

2.2 Forschungsfrage und Zielsetzung

Im Rahmen meiner Ausbildung zur Baby- und Kleinkinderschwimmlehrerin entwickelte sich Interesse für das Thema und ich wollte das Baby- und Kleinkinderschwimmen unter einem neuen Gesichtspunkt, nämlich nach dem psychomotorischen Ansatz betrachten. Da man immer wieder liest, dass das Baby- und Kleinkinderschwimmen sich positiv auf die Entwicklung des Kindes auswirkt, soll sich die vorliegende Arbeit näher mit diesem Thema auseinandersetzen.

Die Forschungsfrage in der vorliegenden Arbeit lautet daher:

Wie kann die Entwicklung des Säuglings und Kleinkindes durch psychomotorische Angebote im Wasser unterstützt werden?

Der Theorieteil dieser Arbeit setzt sich mit dem Thema Psychomotorik auseinander um einen Einblick in das Menschenbild der Psychomotorik zu geben, die Ansätze und Ziele zu erklären und auch die Psychomotorik in der Frühförderung näher zu betrachten.

Danach werden die unterschiedlichen Entwicklungsbereiche des Säuglings- und Kleinkindes näher beschrieben, um Entwicklungsschritte dementsprechend einordnen zu können.

Ein weiteres Kapitel widmet sich dem Element Wasser mit all seinen Eigenschaften, und die Rolle sowie der Einfluss des Wassers auf den Menschen werden beschrieben. Durch diese Erfahrungen hat sich auch das Babyschwimmen entwickelt, welches im nächsten Teil der Arbeit genauer behandelt wird. Zunächst wird die Geschichte des Säuglings- und Kleinkinderschwimmens näher betrachtet und anschließend auf die Ziele und Inhalte sowie die Wirkung des Wassers auf das Baby und Kleinkind eingegangen.

Das letzte Kapitel widmet sich der psychomotorischen Förderung im Wasser. Dabei werden die Erkenntnisse nach dem Autor Cherek genauer betrachtet und mögliche Materialien, Ziele und Inhalte für eine psychomotorische Förderung im Wasser dargelegt. Auch die Rolle des Psychomotorikers und der Psychomotorikerin wird hier beschrieben. Zuletzt werden die Bereiche Psychomotorik und der Bereich Baby- und Kleinkinderschwimmen zusammengeführt und die daraus resultierenden Erkenntnisse für die Planung einer psychomotorischen Einheit im Wasser erarbeitet.

Ziel dieser Arbeit ist aufzuzeigen, wie die Entwicklung des Säuglings und Kleinkindes durch psychomotorische Angebote im Wasser unterstützt werden kann. Im Anschluss an den Theorieteil werden daher zwei Stundebilder gezeigt, die nach psychomotorischen Gesichtspunkten im Wasser geplant sind und die Bereiche Körper, Wahrnehmung und Bewegung einbeziehen sollen.

3 Psychomotorik

Die Psychomotorik ist seit dem Ende des 19. Jahrhunderts bekannt und bezeichnete damals die Forschung der Motorik und Bewegung. Auch in der Psychologie wird der Begriff verwendet und beschreibt die Verbindung kognitiver und motorischer Verhaltensprozesse in der Wahrnehmungsforschung (Zimmer, 2012, S. 21).

Weiters kann

„Psychomotorik als Einheit körperlich-motorischer und psychisch-geistiger Prozesse verstanden werden. Jeder Mensch ist eine solche psychomotorische Einheit, streng genommen gibt es gar keine Bewegung ohne Beteiligung psychischer oder gefühlsmäßiger Prozesse. Psychomotorik ist demnach als eine spezifische Sicht menschlicher Entwicklung zu verstehen, nach der Bewegung als wesentliches Ausdrucksmedium des Menschen gesehen wird“ (Zimmer, 2012, S. 21).

Das Konzept der Psychomotorik, welches heute bekannt ist, wurde von der Sonderpädagogik aber auch Sportpädagogik beeinflusst. Die Bewegung nimmt dabei eine zentrale Rolle ein und wird für die Förderung von bewegungs- und entwicklungsbeeinträchtigten Kindern eingesetzt (Fischer, 2001, S. 11).

E. J. Kiphard, eine einflussreiche Person in der Psychomotorik, beschäftigte sich schon früh mit Kindern und Jugendlichen, die sowohl in ihrer Wahrnehmung als auch Bewegung beeinträchtigt waren, und gab ihnen die Möglichkeit, versäumte Entwicklungsprozesse nachzuholen. Dabei orientierte er sich an den theoretischen und praktischen Erkenntnissen von den Pädagogen Itard und Seguin und der Pädagogin Montessori, die sich mit dieser Thematik schon davor auseinandersetzten. Wie schon Itard festgestellt hat, teilt auch Kiphard die Ansicht, dass sich die Stimulation der Sinne positiv auf die Entwicklung des Kindes auswirkt. Seguin ergänzt dazu, dass auch die Entwicklung der Wahrnehmung die intellektuellen Fähigkeiten des Menschen beeinflussen. Kiphard orientiert sich weiters am Erziehungskonzept von Maria Montessori und stellt die Erziehung der Bewegung und Sinne in den Vordergrund. In seiner Arbeit verwendet er Sinnesmaterial von Montessori und betont die Wichtigkeit des eigenen Handelns und selbständigen Lernens (Fischer, 2001, S. 12).

Des Weiteren bildet die Rhythmik einen wichtigen Bestandteil der Psychomotorik. Mimi Scheiblauber und Charlotte Pfeffer verwenden die Rhythmik, um Kinder mit Behinderungen

ganzheitlich in der Bewegung zu fördern. Dieser Meinung schließt sich Kiphard an und setzt Orff-Instrumente in seiner Arbeit ein. Weiters hat Liselotte Diem die Ansätze der Psychomotorik beeinflusst. Sie setzt sich für eine ganzheitliche Bewegungserziehung in der Volksschule ein (Fischer, 2001, S. 13-14).

Durch seine jahrelange Arbeit an der Westfälischen Kinder- und Jugendpsychiatrie erkennt Kiphard, dass „ Entwicklungsstörungen/seelische Behinderungen und motorische Retardierungen mit dem Ansatz von Therapie und Bewegung, Förderung der Entwicklung der Motorik“ (Fischer, 2001, S. 14). behandelt werden können. Gemeinsam mit Hünnekens, der ebenfalls in der Kinder- und Jugendpsychiatrie als ärztlicher Leiter tätig ist, entwickelt er die psychomotorische Übungsbehandlung (Fischer, 2001, S. 14). Die psychomotorische Übungsbehandlung hat zum Ziel, die Kinder in ihrer Gesamtpersönlichkeit zu fördern. Dabei wurden folgende drei Bereiche speziell hervorgehoben:

1. Wahrnehmung
2. Bewegung
3. emotionaler und sozialer Bereich (Zimmer, 2012, S. 38-39).

Zu diesen drei Bereichen stellt Kiphard und Hünnekens Übungen zusammen, die individuell einsetzbar sind und auf die Bedürfnisse des Kindes angepasst werden können. Dabei ist Kiphard wichtig, dass die Selbstständigkeit, Kreativität und Selbststeuerung bei allen Übungen dem Kind ermöglicht werden. Heute findet man den Begriff der psychomotorischen Übungsbehandlung meist ersetzt durch Begriffe wie psychomotorische Förderung oder psychomotorische Erziehung (Zimmer, 2012, S. 39).

Unter dem Titel „Bewegung heilt“ veröffentlicht Kiphard sein erstes Buch und setzt sich als Ziel, über die Bewegung die gesamte Persönlichkeit seiner Klienten positiv zu beeinflussen. Zu seinem Übungsrepertoire zählen Übungen zur Sinnesschulung, Körper und Raumwahrnehmung, die eigene Beherrschung des Körpers, der körperliche Ausdruck und auch Rhythmikübungen, die er in seine Arbeit integriert (Fischer, 2001, S. 15).

Kiphard selbst beschreibt die Psychomotorik als „Modell der Persönlichkeitsentwicklung über motorische Lernprozesse“ (Kiphard, 2001, S. 30). Das Kind soll lernen

„sich sinnvoll mit sich selbst, seiner dinglichen und personalen Umwelt auseinanderzusetzen und entsprechend zu handeln. Diese Lernprozesse spielen sich im Motorischen ab, im Kognitiven, im Affektiven und im Sozialen. Durch entsprechend entwicklungsgemäße und kindgemäße Situationsangebote

soll das Kind eine weitgehend selbstständige Handlungsfähigkeit erlangen“
(Kiphard, 2001, S. 30).

Er teilt die Fähigkeit zu Handeln in drei Bereiche:

- Die Ich-Kompetenz bedeutet: seinen Körper eigens zu erfahren und zu erleben.
- Die Sachkompetenz bedeutet: Anpassung an die dingliche Umwelt (Geräte, Materialien und Hindernisse) und die Anpassung der Umwelt an sich selbst.
- Sozialkompetenz bedeutet: eigenen Bedürfnissen nachgehen und sich auch den Bedürfnissen anderer anzupassen.

Die Aufgabe der Psychomotorik ist, einen Raum zu schaffen, indem sich das Kind frei bewegen und handeln darf. Durch das freie Bewegen kann das Kind Wünsche, Konflikte oder Schuldgefühle wieder aufleben lassen und durch das freie Bewegen, neu aufarbeiten und bewusst erleben. Durch seinen Körper kann sich das Kind selbst kennenlernen und wahrnehmen. Durch die dadurch entstehende Offenheit, Klarheit und Unabhängigkeit wird es dem Kind ermöglicht, zu lernen und sich zu entwickeln. (Zimmer, 2012, S. 21-22).

Psychomotorik wird auch als „pädagogisch – therapeutisches Konzept“ definiert. Das Ziel dabei ist, eine Beziehung zum Kind aufzubauen, seine Gesamtentwicklung, und seine psychisches Wohlbefinden positiv zu beeinflussen. Dies wird alles durch das Medium Bewegung ermöglicht. Dabei ist die Annahme des holistischen Menschenbildes von Wichtigkeit und bedeutsam für die Psychomotorik (Zimmer, 2012, S. 21-22).

3.1 Definition von Psychomotorik

Im folgenden Abschnitt sollen die Begriffe Motopädagogik – Mototherapie - Psychomotorik näher beleuchtet werden, da diese in der Literatur oft Verwendung finden.

Unter dem Begriff Motopädagogik versteht man die ganzheitliche Förderung der Wahrnehmung, Bewegung und des Erlebens, durch die Erziehung ermöglicht wird (Zimmer, 2012, S. 19). Die Motopädagogik hat zur Aufgabe, den Menschen in seiner Entwicklung zu fördern, sodass er Selbstverantwortung übernehmen kann, sich mit seiner dinglichen Umwelt auseinandersetzt und sich auch in seine soziale Umwelt integrieren kann (Eggert, 2008, S. 78). Der Begriff der Motopädagogik wird heute noch verwendet, ersetzt aber nicht den Begriff der Psychomotorik, sondern arbeitet im Sinne der Psychomotorik (Zimmer, 2012, S. 19).

Mototherapie kann definiert werden als „bewegungsorientierte Methode zur Behandlung von Auffälligkeiten, Retardierungen und Störungen im psychomotorischen Verhaltens- und Leistungsbereich“ (Schilling, 1986, S. 728).

Der Begriff Psychomotorik beschreibt den Menschen als Einheit bestehend aus Körper, Geist, Seele und Psyche, die ständig in Wechselwirkung stehen und somit die Bewegung beeinflussen. Die Psychomotorik betrachtet den Menschen immer als Einheit und Ganzes. Die Bewegung spielt in der Psychomotorik eine zentrale Rolle und wird auch als zentrales Ausdrucksmittel definiert. Beeinflusst wird die Bewegung von Emotionen, Motivatoren und der eigenen Kognition (Zimmer, 2012, S. 21).

Im pädagogisch-therapeutischen Bereich beschreibt der Begriff der „Psychomotorik“ den Aufbau eines positiven Selbstbildes und die Förderung der Gesamtentwicklung des Kindes durch Bewegung (Zimmer, 2012, S. 21-22).

Die Psychomotorik hat sich zur Aufgabe gesetzt, Menschen durch Bewegung in ihrer Persönlichkeit zu stärken, Schwächen oder Störungen zu fördern und zu unterstützen, die eigenen Fähigkeiten zu erkennen und zu stärken und sich aktiv mit sich selbst und seiner Umgebung auseinanderzusetzen (Zimmer, 2012, S. 22).

3.2 Menschenbild der Psychomotorik

In der psychomotorischen Arbeit wird von einem holistischen Menschenbild ausgegangen. Um die Grundlagen zu verstehen ist es wichtig den Begriff „holistisches Menschenbild“ zu klären. Darunter wird die Untrennbarkeit der physischen, psychischen, kognitiven und sozialen Dimension menschlichen Seins verstanden. Der Mensch wird als Einheit aus Körper, Geist und Seele definiert und zusammen bilden sie ein Ganzes, stehen aber gleichzeitig immer in Wechselwirkung zueinander (Voglsinger, 2004, S. 73).

Die unterschiedlichen Bereiche werden nicht mehr getrennt voneinander betrachtet, sondern als Einheit, als Ganzes gesehen. Die psychomotorische Förderung ist nur möglich, wenn man den Menschen in seiner Ganzheit betrachtet. Nur so kann man sich mit dem Individuum auseinandersetzen und ihn als kognitives-soziales-psychisches-physisches Wesen betrachten. In der folgenden Abbildung 1 wird deutlich, dass diese Dimensionen in Wechselwirkung zueinander stehen und die Einheit Mensch ausmachen (Voglsinger, 2004, S. 73-74).

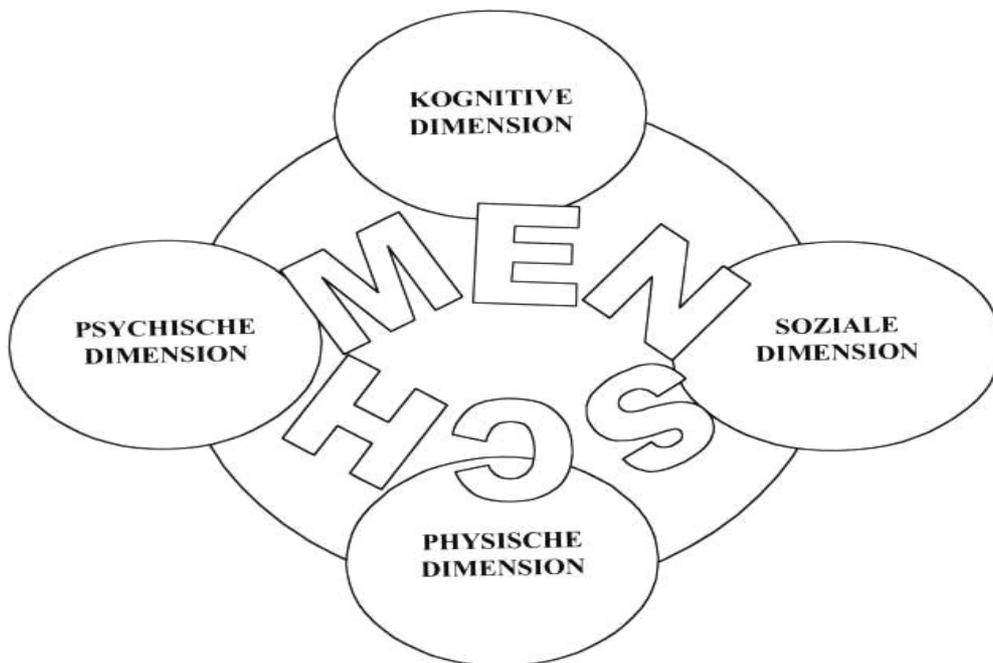


Abbildung 1: Dimensionen menschlichen Seins (mod. n. Voglsinger, 2004, S. 74).

Der Mensch und seine Umwelt werden als ineinander verschränkte Systeme angesehen und sind in ständiger Veränderung. Entsteht eine Veränderung in nur einem Bereich, so kommt es auch zu Veränderungen und Reaktionen anderer Teile des Körpers, und wirken so wieder zurück. Durch diese Erkenntnis wird nochmals verdeutlicht, wie wichtig das Zusammenspiel der unterschiedlichen Dimensionen ist (Voglsinger, 2004, S. 74).

3.3 Ziele und Inhalte der Psychomotorik

Das Ziel in der Psychomotorik ist, das Kind durch Bewegung in seiner Ganzheitlichkeit zu fördern und zu unterstützen. Dabei soll es lernen, selbst tätig zu werden, eigene Entscheidungen zu treffen und seine Person als positiv wahrzunehmen. Gruppenerfahrungen haben dabei zum Ziel, das eigene Kommunikationsrepertoire zu erweitern und die Handlungsfähigkeit zu erweitern. Ein weiteres Ziel der Psychomotorik ist, dass das Kind seine eigenen Ressourcen kennenlernt und ausprobiert. Dabei sammelt es positive Erfahrungen und lernt sich als nützlicher und kompetenter Mensch kennen. (Zimmer, 2012, S. 22-23).

Besonders bei bewegungsauffälligen Kindern, die oftmals Probleme im Bereich der Wahrnehmung, des sozialen Miteinanders oder eigenen Körpergefühl und Körperausdrucks haben, kann durch die psychomotorische Förderung eine Verbesserung erzielt werden (Zimmer, 2012, S. 23).

Die Selbsterfahrung stellt einen wichtigen Punkt in der Psychomotorik dar. Der eigene Körper steht dabei zentral im Mittelpunkt und soll gespürt, erlebt und akzeptiert werden. Auch die Materialerfahrung ist ein zentrales Thema in der psychomotorischen Arbeit. Die Anpassung an die Umwelt und an Eigenschaften von Objekten liegt dabei im Fokus. Lernen findet über Bewegung statt. Auch das soziale Miteinander zählt zu den klassischen Inhalten der Psychomotorik. Das Medium Bewegung dient dabei als Kommunikationsmittel. Regeln müssen aufgestellt werden, das Kennenlernen von Nähe und Distanz wird vermittelt und auch das Miteinander und Konkurrenzverhalten sind wichtige Inhalte bei sozialen Erfahrungen (Zimmer, 2012, S. 23-24).

Das erlebnisorientierte Spiel steht im Vordergrund, denn dadurch erfährt das Kind die Wichtigkeit seiner Person in der Gruppe, das zu einem positiven Selbstbild führt. Wichtig ist, dass sich das Kind selbst als aktiver Beteiligter sieht, selbstständig handeln darf und die Welt über Bewegung kennenlernt und erforscht. Die Psychomotorik bietet Räume an, wo Kinder selbst Erfahrungen machen können, ihre Stärken und Schwächen erproben, neue Interessen entdecken können und Neugierde auf Neues ermöglicht. Die Förderung der Wahrnehmung steht dabei immer im zentralen Fokus. Wie auch schon vorhin erwähnt, unterstützen passende psychomotorische Geräte, wie zum Beispiel Rollbrett, Schwungtuch, Pedalos die Förderung der Wahrnehmung (Zimmer, 2012, S. 25).

3.4 Psychomotorik in der Frühförderung

Da die vorliegende Masterarbeit sich hauptsächlich mit der Altersklasse der Säuglinge bis Kleinkinder beschäftigt, ist es von Wichtigkeit, die psychomotorische Förderung in diesem Altersabschnitt genauer zu betrachten (Eggert, 2008, S. 23).

Die Entwicklungspsychologie geht allgemein davon aus, dass das Lernen durch Bewegung schon im Säuglings- und Kleinkindalter stattfindet und der treibende Motor der kognitiven Entwicklung des Kindes ist. In den ersten beiden Lebensjahren nennt Piaget die Phase der Entwicklung des Kindes „vom Greifen zum Begreifen“ (Eggert, 2008, S. 23).

Sobald das Kind fähig ist, sich selbstständig in aufrechter Position fortzubewegen, hat es eine Vielzahl von Handlungsmöglichkeiten. Das Kind erlangt durch die Bewegung eine Raumvorstellung, die sich im Erkennen der zeitlichen Bewegungsabläufe und der Wahrnehmung der Zeitstrukturen widerspiegelt (Eggert, 2008, S. 23).

Unter dem Begriff der Frühförderung versteht man die Förderung von Kindern mit Behinderung oder die von Behinderung bedroht sind, die zum Ziel hat, so früh wie nötig die

Kinder in ihren Entwicklungs- oder Erziehungsprozessen zu unterstützen. Wichtig dabei ist, die ganzheitliche Förderung unter Einbezug der psychischen, physischen, kognitiven und emotionalen Ebene. Die Frühdiagnostik, die Frühberatung, die Früherziehung aber auch die Frühtherapie bieten die kindliche Frühförderung an. Das Ziel der Frühförderung ist, die Kinder in ihren Förderbereichen zu unterstützen. Dies kann sowohl Förderbedarf in der Entwicklung oder Erziehung bedeuten. Wichtig dabei ist, dass die Fachkraft die Eltern in die Förderprozesse einbeziehen, denn das Ziel ist, das Kind bestmöglich in den Alltag einzugliedern um so einen „normalen“ Lebensweg zu ermöglichen (Zimmer, 2012, S. 180).

Frühförderstellen sind Institutionen in denen Frühförderung meist von einem zusammengesetzten Team aus Logopäden und Logopädinnen, Ergotherapeuten und Ergotherapeutinnen, Psychologen und Psychologinnen, Physiotherapeuten und Physiotherapeutinnen, Heilpädagogen und Heilpädagoginnen, Motopäden und Motopädinnen oder Motologen und Motologinnen sowie einem Sozialpädagogen und Sozialpädagoginnen durchgeführt wird (Zimmer, 2012, S. 180).

Für Säuglinge und Kleinkinder wird auch die „mobile Hausfrühförderung“ angeboten, die ermöglicht, dass Säuglings- und Kleinkinder mit Entwicklungsbeeinträchtigungen in ihrem Umfeld und mithilfe der Eltern unterstützt werden. Wo noch früher die Frühförderung eher im medizinischen Bereich angesiedelt war, geht man heute davon aus, dass die Zusammenarbeit zwischen Mediziner und Medizinerin sowie Pädagogen und Pädagogin notwendig ist. Gerade im Säuglings- und Kleinkindalter spielt die Bewegung eine zentrale Rolle, da das Kind dadurch aktiv die Welt kennenlernt, erforscht und entdeckt. Schlack betont dabei „dass das behinderte wie auch das nicht behinderte Kind sich in erster Linie durch eigene Aktivität entwickelt, dass es nur solche therapeutischen Anregungen in funktionelle Fortschritte umsetzt, die seiner Motivation und seinem Handlungsrepertoire gemäß sind“ (Schlack, 1997, S. 16; zit. n. Zimmer, 2012, S. 181). Die Psychomotorik in der Frühförderung hat zur Aufgabe, dem Kind die Möglichkeit zu geben, sich mit der Umwelt und seiner Person auseinanderzusetzen. Wichtig dabei ist, dem Kind Materialien, Spiele und Bewegungsmöglichkeiten anzubieten, sodass es seine Umwelt selbstständig und auf seine Art und Weise entdecken kann. Es sollte außerdem genug Raum und Zeit zur Verfügung gestellt werden, denn nur so kann das Kind sich nach seinem eigenen Tempo und Interesse den Dingen widmen, Handlungen wiederholen und dadurch verbessern und festigen. Auch das Beobachten der anderen Kinder beim Spielen sollte in der Frühförderung zugelassen werden, denn dabei lernt das Kind andere Wege kennen, beginnt nachzuziehen, zu experimentieren und erproben (Zimmer, 2012, S. 181-182).

Die psychomotorische Frühförderung sollte in kleinen Gruppen zu jeweils zwei bis vier Kindern stattfinden, denn der soziale Kontakt zwischen den Kindern spielt eine wichtige Rolle. Auch die Eltern sollten in die Frühförderung mit einbezogen werden, denn gerade im Säuglings- und Kleinkindalter spielen diese eine wichtige Rolle und unterstützen die Kinder bei neuen Anforderungen und Herausforderungen (Zimmer, 2012, S. 182).

Das Ziel der Frühförderung sollte sein, durch Übungen die Wahrnehmung des Kindes zu fördern, im Speziellen die taktile, kinästhetische und vestibuläre Wahrnehmung. Das Kind sollte Bewegungsangebote kennenlernen, indem es selbst aktiv sein darf und so die eigene Selbstwirksamkeit spüren lernt. Gerade in den ersten Lebensjahren findet die Suche nach einer positiven Selbstwirksamkeit statt. Wird diese durch Hilfe oder Unterstützung der Eltern dem Kind verweigert, so fällt es dem Kind schwer, die eigene Selbstwirksamkeit zu spüren und kennenzulernen (Zimmer, 2012, S. 182).

4 Entwicklung des Säuglings und Kleinkindes

Gerade in den ersten drei Lebensjahren schreitet die Entwicklung des Kindes sehr schnell voran und neue Fähigkeiten und Fertigkeiten werden erworben. Zu Beginn ist das Kind in seiner Bewegung noch sehr eingeschränkt und hilflos, wird aber immer selbstständiger und selbstsicherer. Wichtig ist hier anzumerken, dass die Entwicklung jedes Kindes sehr unterschiedlich verläuft und man schwer Zeitpunkte festlegen kann, wann ein Kind was können muss. Durch eine Förderung seitens der Eltern, kann die Entwicklung des Säuglings und Kleinkindes unterstützt und verbessert werden (Graumann, 1996, S. 11).

4.1 Körperliche Entwicklung

Schon in den ersten Monaten ist die körperliche Entwicklung des Säuglings durch eine starke Gewichtszunahme und ein schnelles Wachstum gekennzeichnet. Beträgt das Geburtsgewicht an die 3.000 bis 3.500g, so wiegt das Kind nach nur fünf Monaten das Doppelte. Nach einem Jahr hat das Kind das Dreifache seines Geburtsgewichts erreicht. Auch beim Wachstum kann ein schneller Wandel beobachtet werden. Bei der Geburt ist das Kind zwischen 50 bis 52cm groß. Nach nur zwölf Monaten beträgt die Körpergröße bei einem durchschnittlichen Babys bereits 74 bis 80cm (Ahrendt, 2001, S. 26).

Bei Neugeborenen ist zu erkennen, dass die Körperproportionen noch sehr unterschiedlich zu dem eines Erwachsenen sind. Der Kopf nimmt etwa ein Viertel der Körperlänge

ein, Hände und Beine wirken im Gegensatz zum restlichen Körper kurz und auch die Beinlänge beträgt etwa ein Drittel der Gesamtgröße des Babys. Im Laufe der Jahre ändert sich diese Aufteilung und der Kopf beträgt bei einem ausgewachsenen Menschen nur mehr ein Achtel der Körperlänge. Die Gliedmaßen wachsen und die Beinlänge nimmt nun die Hälfte der Gesamtgröße ein (Ahrendt, 2001, S. 26).

An den Kniegelenken eines Säuglings ist zu erkennen, dass diese immer leicht angewinkelt sind und erst im Alter von circa fünf Jahren, mit der ersten Streckung, die Beugung verlieren. Beobachtet man den Säugling, so kann man erkennen, dass vor allem der Kopf ein markantes Merkmal darstellt, da dieser noch sehr groß ist. Weiters ist anzumerken, dass der Hirnschädel eindeutig größer ist als der Gesichtsschädel (Ahrendt, 2001, S. 26).

Die Atmung stellt ein weiteres Unterscheidungsmerkmal des Säuglings zum erwachsenen Menschen dar. Atmet der Erwachsene nur 15 bis 20 Mal pro Minute, so braucht der Säugling an die 40 bis 50 Atemzüge pro Minute. Durch die schnelle Atmung verringert sich bei Säuglingen die Ausdauerfähigkeit und schon nach kurzen Übungen sind sie erschöpft und müde. Durch die schnelle Anpassung des Blutkreislaufs an Anstrengungen, kann sich der Säugling jedoch wieder schnell regenerieren (Ahrendt, 2001, S. 27).

4.2 Motorische Entwicklung

Bereits im Mutterleib spürt das Kind die Bewegungen der Mutter, beginnt sich langsam auch selbstständig zu bewegen und im Laufe der Schwangerschaft zeigt das Kind seine Befindlichkeit durch Trittbewegungen, beginnt zu greifen und zu saugen. Ab der siebenten Woche beginnt das Kind mit Strampel- und Greifbewegungen. Diese Bewegungen dienen dem Aufbau von Muskulatur, Knochen und Gelenken und werden daher „Wachstumsstrampeln und Wachstumsgreifen“ (Zinke-Wolter, 1991, S. 67) genannt. Auch die Entwicklung des Gehirns ist abhängig von der Bewegung. Durch neue Bewegungen und Erfahrungen lernt das Kind und somit entwickelt sich das Gehirn weiter. Die Annahme, dass Lernen nur mit dem Wachstum des Gehirns zusammenhängt, wird hiermit widerlegt (Zinke-Wolter, 1991, S. 67).

Das Kind durchläuft während seiner motorischen Entwicklung verschiedene Phasen. In diesen Phasen erlernt das Kind neue Bewegungsmuster und auch vorhandene Reflexe treten auf, die in den unterschiedlichsten Phasen aber wieder verschwinden. Die Phasen werden unterteilt in „neuro-, senso-, psycho-, motorische Phase“ (Ahrendt, 2001, S. 28).

Die ersten Bewegungen des Säuglings werden durch Reflexe gesteuert. Bei der Geburt verfügt das Neugeborene über eine Menge von Reflexen, die aber im Laufe seiner Entwicklung wieder verschwinden. Einer dieser Reflexe ist der „primäre Schreitreflex“ (Zinke-Wolter, 1991, S. 70). Dieser Reflex wird dadurch ausgelöst, indem das Baby an der Hüfte gehalten wird, ein Bein zum Boden streckt und diesen berührt und das andere dabei automatisch hochzieht. Dies hat aber nichts damit zu tun, dass das Kind seinen ersten Gehversuch machen möchte, wie so manche Eltern glauben, sondern ist reflexbezogen. Einen weiteren Reflex nennt man den „tonischen Labyrinthreflex (TLR)“ (Zinke-Wolter, 1991, S. 69), welcher beim Neugeborenen in der Liegeposition ersichtlich ist. Die Körperhaltung des Kindes ist in einer Beugungsposition und der Tonus seiner Beugemuskeln ist erhöht (Zinke-Wolter, 1991, S. 69). Gerade im ersten Jahr passt sich das Kind mit seinen neu erlernten Bewegungen an die Umwelt an, um so Abläufe besser zu verstehen und um mit den Schwierigkeiten verbunden mit der Schwerkraft bestehen zu können (Ahrendt, 2001, S. 28).

Im Laufe der motorischen Entwicklung erlernt der Säugling durch Üben, Ausprobieren und Lernen von Bewegungsmustern neue Fertigkeiten. Wichtig ist, die Bewegungsstrukturen zu erkennen und zu erproben, um später eine gute motorische Bewegungsstruktur aufweisen zu können (Ahrendt, 2001, S. 29).

Die motorische Entwicklung des Säuglings lässt sich in zwei große Phasen unterteilen. Zuerst befindet sich das Kind in der „Liegephase“ (Ahrendt, 2001, S. 29) und erst nach ca. sechs Monaten, wobei dies abhängig vom Säugling ist, tritt die zweite Phase, die genannte „Fortbewegungsphase“ (Ahrendt, 2001, S. 29) ein. Die Liegephase beschreibt die noch passive Beteiligung des Säuglings. In dieser Phase ist der Säugling auf seine Umwelt angewiesen und Bewegungen werden nur fremdgesteuert durch das Tragen und Halten der Bezugspersonen umgesetzt. Werden Bewegungen langsam selbstgesteuert möglich, so kommt der Säugling in die Phase der eigenen Fortbewegung. Besonders im zweiten Lebensjahr wird die Freude und aktive Benutzung des Bewegungsapparats ersichtlich (Ahrendt, 2001, S. 29).

Die Autoren Meinel und Schnabel gliedern die motorische Entwicklung des Säuglings in zwei Phasen. Die erste Phase, die von null bis drei Monaten reicht, wird als reflexbezogene und unkontrollierte Phase der Bewegung beschrieben. Die Bewegungen des Säuglings sind dabei sehr von Reflexen abhängig, wie es auch schon vorher näher erwähnt wurde. Die Kinder versuchen hier erstmals ihren Kopf selbstständig anzuheben, lernen Gegenstände zu fixieren und auch die Hände werden erstmals entdeckt und kennengelernt. Die zweite Phase, welche laut Meinel und Schnabel vom vierten bis zwölften Monat dauert,

wir auch nochmals unterteilt. Bis zum sechsten Monat versucht das Kind gezielte Gegenstände zu greifen, stützt sich langsam auf seine Unterarme und probiert erstmals sein Gleichgewicht kennenzulernen und zu halten. Ab dem siebenten Monat beginnt das Kind sich in der Krabbelstellung oder auch Vierfüßlerstellung fortzubewegen. Auch das aufrechte Sitzen wird erprobt und es ist zu erkennen, dass Bewegungsabläufe entstehen. Auch das Robben, Kriechen, Schieben oder das Nehmen von Gegenständen im Pinzettengriff ist in dieser Phase laut Meinel und Schnabel zu beobachten (Meinel & Schnabel, 2007, S. 240).

4.3 Kognitive Entwicklung

Piaget beschreibt den Begriff der Intelligenz „als ein System von geistigen Handlungen, das zunehmend beweglichere und stabilere Strukturen bildet und einem Gleichgewicht zwischen Umwelтанforderungen und geistigen Aktionsmöglichkeiten zustrebt“ (Zimmer, 1996, S. 18). Das Erlernen von Neuem, Verstehen von Zusammenhängen und das Integrieren von neuem Wissen in das bereits Vorhandene beschreibt Piaget als Ausdruck von Intelligenz. Die Intelligenz ist hierbei auch die größte und beweglichste Form der Anpassung an die Umwelt, denn der Mensch passt sich sowohl den Veränderungen der Umwelt an, macht sie zugleich aber auch passend. Die Anpassung an die Umwelt bezeichnet Piaget mit dem Begriffen „Assimilation und Akkommodation“ (Zimmer, 1996, S. 18). Assimilation beschreibt die Gegebenheit der Anpassung von neuen Informationen in das bereits vorhandene Schema. Der Begriff Akkommodation stellt genau das Gegenteil dar, nämlich das der Mensch sich an seine Umwelt und deren Bedingungen anpasst. Das bereits bestehende Schema wird abgeändert. Neue Erfahrungen werden durch Assimilation, oder auch Einordnung in bereits bekannte Schemata, integriert. Dazu nennt Piaget ein einfaches Beispiel: Hat ein Kind gelernt, den Ball immer auf den Boden zu prellen, so wird es dies mit allen anderen Bällen auch versuchen. Egal ob der Ball für diese Art der Anwendung geeignet ist, wird das Kind den Ball immer mit dem gleichen Schema werfen, denn es ist bereits in seinem Handlungsplan vorhanden. Bemerkt aber das Kind durch Ausprobieren und Kennenlernen, dass das Schema Prellen nicht auf alle Bälle zutrifft oder die beste Lösung ist, so wird es probieren, das Schema zu modifizieren. Dies nennt Piaget in der Literatur den Prozess der Akkommodation. Bei Assimilation und Akkommodation handelt es sich um Prozesse, die stufenlos ineinander übergehen. Meistens sind beide Prozesse gefordert (Zimmer, 1996, S. 20).

Laut Piaget kann die kognitive Entwicklung in fünf Stufen unterteilt werden. Die Stufen werden unterteilt in:

- „Sensomotorische Phase
- Symbolisch oder vorbegriffliches Denken
- Anschauliches Denken
- Konkrete Denkopoperation
- Formale Denkopoperation“ (Zimmer, 1996, S. 20-21).

Sensomotorische Phase

Die erste Stufe wird als sensomotorische Phase bezeichnet, die das Alter bis zum zweiten Lebensjahr umfasst und auch für die vorliegende Arbeit von Bedeutung ist. Diese Phase betrachtet Piaget als eine sehr wichtige, da „das Kind auf dieser Stufe die Gesamtheit der kognitiven Strukturen aufbaut, die als Ausgangspunkt für seine späteren perzeptiven und intellektuellen Konstruktiven dienen“ (Piaget & Inhelder, 1972, S. 11). Durch Sehen, Hören, Tasten und Schmecken erhält das Kind Information über sich und seine Umwelt. Ohne Sprache fällt es dem Kind noch schwer, Dinge zuzuordnen und bezieht alles auf sich und seinen Körper. Die sensomotorische Phase wird von Piaget nochmals in sechs Stufen unterteilt, wobei die Stufen nicht auf ein genaues Alter fixiert sind (Zimmer, 1996, S. 22).

Schon von Geburt an, hat das Kind bestimmte Reflexe zur Verfügung wie zum Beispiel den Schluck-, Greif- oder Saugreflex. Das Kind passt sich in dieser ersten Phase sehr schnell und einfach seiner Umwelt an (Zimmer, 1996, S. 21).

In der zweiten Phase, in der erste Gewohnheiten auftreten, beginnt das Kind Aktivitäten, die bereits probiert wurden, zu wiederholen. Dies geschieht aus Freude oder aus positiven Erfahrungen, welche das Kind bereits gemacht hat. Durch aktives Tun erforscht das Kind zuerst am eigenen Körper. Die Dinge, die das Kind als interessant empfindet, werden wiederholt (Zimmer, 1996, S. 22).

Das dritte Stadium, auch sekundäre Zirkulärreaktion genannt, unterscheidet sich von der vorherigen Phase, da das Kind Handlungen erprobt, die Effekte auf die äußere Umwelt nach sich ziehen. Das Kind erprobt Handlungen nicht nur an sich selbst, sondern beginnt auch die Umwelt aktiv zu erleben. Erwünschte Handlungen werden vom Kind in der richtigen Reihenfolge durchlaufen, um so den gewünschten Effekt zu erzielen (Zimmer, 1996, S. 22).

Werden die bereits vorhandenen Schemata mehrfach erprobt, so entsteht eine gewisse Koordinierung der Handlungsschemata, was als die Phase des intentionalen Verhaltens beschrieben wird. Das Kind probiert in dieser Phase die Handlungsschemata zu verfeinern und zielgerichtet einzusetzen. Laut Piaget ist erst im vierten Stadium von intelligentem Verhalten die Rede. Weiter kann das Kind in dieser Phase im Gegensatz zu den vorherigen Phasen auch Objekte wahrnehmen, die nicht mehr gesehen werden (Zimmer, 1996, S. 22).

Im fünften Stadium beginnt das Kind auszuprobieren und zu experimentieren. Durch das eigene Experimentieren werden neue Muster erkannt und auf unterschiedlichste Weise erprobt. Neues muss entdeckt werden und Gegenstände werden auf verschiedene Weise untersucht. Probleme können in diesem Stadium durch experimentieren und ausprobieren gelöst werden. Weiters hat das Kind in dieser Phase den Ehrgeiz, Handlungen und Bewegungen zu verstehen und umzusetzen (Zimmer, 1996, S. 23).

Das letzte Stadium, auch repräsentative Phase in der Literatur genannt, ist für das junge Kind die letzte Phase laut Piaget. Die Phase hat das Kind ca. mit zwei Jahren erreicht. Es ist im Stande, Gegenstände innerlich abzubilden. Auftretende Schwierigkeiten können ohne Vorwissen behoben werden. Das Kind muss nicht alle Handlungen ausprobieren, sondern kann Lösungswege schon gedanklich feststellen. Piaget meint „der kreative Erfindungsakt aufgrund geistiger Kombinationen funktioniert nur deshalb, weil die Assimilationstätigkeiten durch lange Monate der Übung in Kontakt mit konkreten Wahrnehmungsgegebenheiten geschult und dadurch so weit verfeinert wurde, dass die zu ihrem Vollzug nur noch stellvertretender Symbole bedarf“ (Piaget, 1969a, 352; zit. n. Zimmer, 1996, S. 25). Wichtig ist zu bemerken, dass diese Phasen nicht unabhängig voneinander auftreten, sondern viele dieser Phasen ineinander übergehen oder sich ergänzen (Zimmer, 1996, S. 24-25).

Phase des symbolischen Denkens

Der Spracherwerb und das symbolische Denken entstehen in der zweiten Entwicklungsphase der kognitiven Entwicklung und kommen nach der oben beschriebenen sensomotorischen Phase. In dieser Phase ist zu erkennen, dass das Kind nachahmt und sich stundenlang mit sich selbst oder auch anderen Kindern beschäftigen kann. Begriffe können gebildet werden, jedoch werden Gegenstände nicht differenziert betrachtet, sondern die Wahrnehmung sticht auf das herausragende Merkmal des Gegenstandes. Logisches Denken ist hier noch nicht möglich und vergangene Ereignisse werden nicht gespeichert. Auch das Planen oder erhaltene Informationen werden nur teilweise gespei-

chert bzw. sind teilweise abrufbar. Das symbolische Denken bereitet das Kind auf mentale Operationen, also auf das logische Denken vor. Der Wortschatz erweitert sich zwischen dem zweiten und vierten Lebensjahr um 2000 Wörter. Das umgekehrte Denken ist in dieser Phase noch sehr schwierig (Woolfolk, 2008, S. 41).

Phase des anschaulichen Denkens

Die dritte Phase wird als die Phase des anschaulichen Denkens bezeichnet und findet zwischen dem vierten und siebenten Lebensjahr statt. Das Kind schafft es, Begriffe eigens zu bilden, jedoch stehen bestimmte Merkmale des Gegenstands im Vordergrund (Zimmer, 1996, S. 21).

Konkret operationale Phase

Die vierte Phase bezeichnet Piaget als die konkret operationale Phase die zwischen dem siebenten und elften Lebensjahr stattfindet. Das Kind beginnt, logisch zu denken, verschiedene Möglichkeiten bei einem Problem zu berücksichtigen, und auch Veränderungen werden erkannt und Prinzipien verstanden (Woolfolk, 2008, S. 41).

Formal operationale Phase

Die letzte der fünf Phasen wird die formal operationale Phase genannt und beginnt ab dem elften Lebensjahr. Das Besondere kann aus dem Allgemeinen erschlossen werden und Lösungen werden aus unterschiedlichsten Blickwinkeln betrachtet. In dieser Phase ist der Mensch sehr mit sich selbst beschäftigt, ist sich jedoch bewusst, dass andere Menschen auch andere Meinungen vertreten. Gerade im Alter von vierzehn bis fünfzehn Jahren haben die Jugendlichen das Gefühl, dauernd von Erwachsenen kontrolliert und eingeschränkt zu werden. (Woolfolk, 2008, S. 42).

Alle Entwicklungen sind eng miteinander verbunden und Voraussetzung, um jeweils die nächste Phase zu erreichen. Daher ist eine genaue Trennung nur sehr schwer möglich (Zimmer, 1996, S. 21).

4.4 Die Wahrnehmung

Bewegung und Wahrnehmung sind eng miteinander verbunden, denn Wahrnehmung ist Voraussetzung dafür, das Denken und Bewegung überhaupt möglich sind. Gerade in der pränatalen Phase ist es für das Kind von Wichtigkeit, durch Spüren und Fühlen wahrzunehmen und zu entdecken. Sowohl die Motorik als auch die Wahrnehmung der Sinne sind im Mutterleib spürbar (Zinke-Wolter, 1991, S. 59).

4.4.1 Die taktile Wahrnehmung

Die taktile Wahrnehmung beginnt schon im Mutterleib und bereits in der achten Woche ist zu erkennen, dass sich diese entwickelt hat und vom Kind spürbar ist. Auch die Hände werden aktiv erfasst und das Gesicht und speziell der Mund werden ertastet. Daher ist auch zu erkennen, dass Kinder nach der Geburt die Hand als eine Art Sicherheit ansehen, da dieser taktile Kontakt bereits im Mutterleib entstanden und kennengelernt worden ist (Zinke-Wolter, 1991, S. 59).

4.4.2 Die vestibuläre Wahrnehmung

Bereits in der neunten bis zehnten Schwangerschaftswoche beginnt das Kind Geräusche, Bewegungen und den Rhythmus des Herzschlages der Mutter zu hören und auch das Gleichgewicht ist in dieser Phase schon funktionsfähig. Besonders bei Kindern, die diese vestibuläre Stimulation nicht so intensiv erleben konnten, ist bei der Geburt und noch Jahre später zu erkennen, dass diese Kinder auf vestibuläre Reize schreckhafter reagieren. Daher ist es wichtig, solche Defizite in der Entwicklung frühestmöglich nachzuholen. Das Bewegt-Werden und Spüren von Bewegung ist gerade bei Säuglingen wichtig, denn es gibt ihnen Sicherheit und dadurch können sie loslassen und sich problemlos entwickeln (Zinke-Wolter, 1991, S. 60).

4.4.3 Die propriozeptive Wahrnehmung

Die Körperbewegungen und die Stellung im Mutterleib erfahren die Kinder durch den Druck der ständig von der Bauchdecke auf das Kind ausstrahlt. Besonders am Ende einer Schwangerschaft, wird es für das Kind enger und der Druck wird noch stärker wahrgenommen. Bewegt sich das Kind, spürt es einen Druck, den es aber nicht als unangenehm, sondern als vertrautes Gefühl wahrnimmt. Auch schon in der pränatalen Phase wird durch den Druck auf den runden Rücken und vorgebeugten Kopf des Kindes die Streckung des Nackens und Rückens vorbereitet, die für die anschließende Geburt benötigt wird. Auch nach der Geburt ist es für den Säugling ein sicheres Gefühl, wenn es den Kontakt zu den Eltern spürt. Auch bei Untersuchungen von Säuglingen konnte nachgewiesen werden, dass Kinder in der gebeugten Körperhaltung das Gefühl von Vertrautheit spüren und sich dadurch entspannen können (Zinke-Wolter, 1991, S. 62).

4.4.4 Die visuelle Wahrnehmung

Bereits im fünften Schwangerschaftsmonat kann das Kind hell und dunkel wahrnehmen. Die Entwicklung schreitet aber erst nach der Geburt des Kindes voran und neue Eindrücke werden mit den Augen wahrgenommen (Zinke-Wolter, 1991, S. 62-63).

Gerade nach der Geburt beginnt das Kind neue Eindrücke mit dem Auge zu erfassen. Jedoch sind die meisten Babys mit der plötzlichen Helligkeit überfordert und die vollständige Entwicklung des Sehsinns und die Wahrnehmung der Umgebung erfolgt erst später (Zinke-Wolter, 1991, S. 63).

Allgemein lässt sich sagen, dass das Kind nach der Geburt mit noch mehr Eindrücken und Wahrnehmungen konfrontiert wird. Gewohnte Wahrnehmungen aus dem Mutterleib sind plötzlich verschwunden und daher lässt sich im folgenden Diagramm gut nachvollziehen, wieso die Wahrnehmungskurve nach der Geburt sinkt und erst wieder nach ca. sechs Monaten auf dem Stand ist, welche vor der Geburt des Kindes vorhanden war.

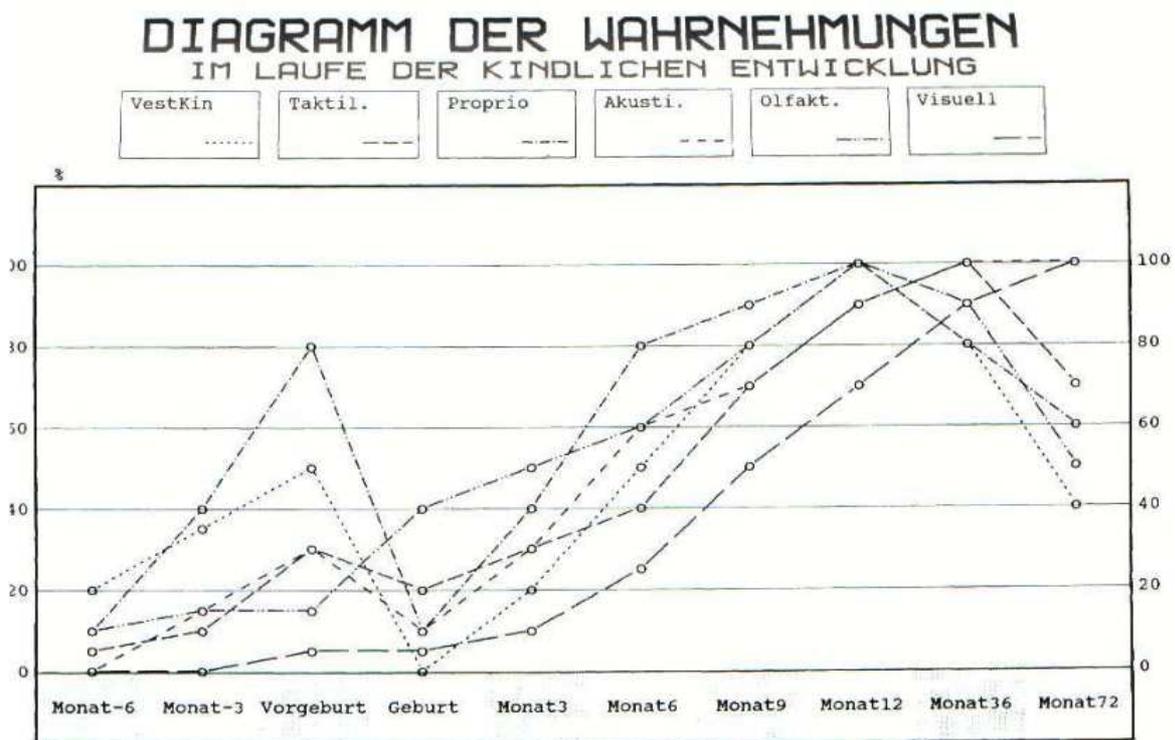


Abbildung 2: Diagramm der Wahrnehmung (mod. n. Zinke-Wolter, 1991, S. 65).

In der Entwicklungspsychologie wird von der „Re-Organisationsphase“ (Zinke-Wolter, 1991, S. 64) gesprochen, denn das Kind erlebt gerade in der Anfangsphase viele neue Eindrücke, die verunsichern und so eine Entwicklung von Neuem nur schwer zulassen.

Die große Welt wirkt sehr unsicher auf das Kind, der gewohnte enge und sichere Raum ist weg. Die Erfahrung mit der Schwerkraft ist für einen Säugling eine Herausforderung und die ständige Anpassung der Körperlage fällt ihm noch schwer. Gerade in der Anfangszeit sucht das Kind Rückzugsmöglichkeiten und die Wahrnehmung der Umwelt, das Kennenlernen von Neuem findet erst nach dieser unsicheren Phase statt. Ist diese unsichere Phase überstanden, so nimmt das Kind seine Umwelt mit allen Sinnen wahr und lernt dadurch Neues kennen. Dies geschieht meist in der Zeit zwischen dem zwölften und achtzehnten Monat. Die Wahrnehmungskurve nimmt dann so schnell, wie sie zugenommen hat, auch wieder ab, denn es wird den Kindern schon früh gelernt, Dinge über den Verstand zu steuern anstatt über die Wahrnehmung. Wichtig ist hier zu sagen, dass sowohl die Nahsinne, zu welchen der Gleichgewichtssinn, Bewegungssinn und Tastsinn zählen, als auch die Fernsinne, wie zum Beispiel der Geruchsinn und der Seh- und Hörsinn, gerade in der kindlichen Wahrnehmung eine große Bedeutung haben, denn Kindern nehmen ihre Umwelt viel genauer wahr und diese Wahrnehmung sollte so lange wie möglich beibehalten werden (Zinke-Wolter, 1991, S. 65-66).

5 Das Element Wasser

Das Wort Wasser kann auf unterschiedlichste Weise definiert werden. Im Periodensystem hat Wasser die Abkürzung H₂O und wird in der Chemie als geruchs-, geschmacks- und farblose Flüssigkeit bezeichnet. Auch als eines der vier Elemente, nämlich neben Luft, Feuer und Erde, wird Wasser als Existenzmittel angesehen. Schon im Mittelalter erkannten die Menschen, dass Wasser eine heilende Kraft hat und gegen Schmerzen helfen kann. Es kann aber auch als Mittel zum Wachsen und Gedeihen gesehen werden (Schulz, 1999, S. 10). Schon allein der menschliche Körper besteht zu 60% aus Wasser. Ohne Wasser können wir nicht überleben, denn Trinkwasser ist die Grundlage für unser Leben. Geht man in der Geschichte weit zurück, so findet man auch den Ursprung des Menschen im Wasser. Dieser hat sich im Laufe der Evolution auf das Land übertragen (Wilke, 2007, S. 10). Sieht man sich die Wassertheorie genauer an, so wird deutlich, dass die meisten Säugetiere ins Wasser zurückkehrten. Die Wassertheorie besagt, dass Menschenaffen sich schon damals an die Gegebenheiten angepasst haben. Gebiete des afrikanischen Kontinents bestanden aus Wasser und die Menschenaffen passten sich dementsprechend der Umwelt an. Erst als das Wasser wieder zurückging, haben sie den Wechsel auf das Land vollzogen. Noch heute sind Merkmale aus der Evolutionsgeschichte zu erkennen. Die Theorie besagt, dass die fehlende Behaarung der Menschenaffen daher kommt, dass sich der Körper an die Gegebenheiten angepasst hatte und mit einer Fettschicht ausgeschattet wurde, um im Wasser zu Überleben (Morgan, 1988, S. 24-25).

5.1 Die Bedeutung des Wassers

Das Urelement Wasser hat besonders auf Babys und Kleinkinder eine starke Anziehung. Durch seine Klarheit, das angenehme Rauschen und die ständige Veränderung beeindruckt es in vielerlei Hinsicht. Auch als Heilmittel wird es heute in bestimmten Bereichen eingesetzt (Ahrendt, 2001, S. 13).

Schon in der pränatalen Phase, welche das Kind im Fruchtwasser verbringt, werden positive Aspekte, wie die Bewegungsfreiheit, die muskuläre Erleichterung und das intensive Spüren von Hautreizen, gespeichert und daher fühlen sich auch die meisten Kinder im Wasser sehr wohl (Ahrendt, 2001, S. 13)

Das Wasser bietet auch den Säuglingen die Möglichkeit, Veränderungen des Elements zu erproben, Bewegungen die am Land noch nicht möglich sind kennenzulernen und auszu-

probieren. Hat ein Säugling Freude an der Bewegung im Wasser, so wird er diese wiederholen und die Möglichkeit des Lernens ist gegeben. Beobachtungen zeigen, dass Säuglinge sich positiv im Wasser verhalten und so kann das Element Wasser auch zur Bewegungsförderung im Säuglingsalter betrachtet und genutzt werden. Gerade in den ersten sechs Lebensmonaten kann das Kind mit Hilfe der Eltern im Wasser neue Bewegungsformen und Bewegungsabläufe erproben. Hierbei kommt die dreidimensionale Bewegungsfreiheit dem Kind zu gute. Durch die Berührungen und den engen Kontakt werden Entwicklungsvorgänge unterstützt. Beim Halten des Kindes am Brustkorb wird ein Druck abgegeben, der dazu führt, dass das Aufrichten für das Kind erleichtert wird. Dabei streckt das Kind die Arme auf die Seite, die Beine beginnen abwechselnd nach unten zu treten und die Hals- und Brustwirbelsäule beginnt sich zu strecken. Auch das Einsetzen der Muskulatur, das Ausprobieren der Verlagerung des Körpers in unterschiedlichen Richtungen, das Aufrichten oder die Gleichgewichtsfindung sind für die späteren Bewegungsmuster wichtig und können schon vorher im Wasser ausprobiert und kennengelernt werden bevor dies an Land möglich ist (Ahrendt, 2001, S. 14-15).

5.2 Eigenschaften des Wassers

Im Wasser erfährt der Mensch unterschiedliche Eindrücke. Eine Fülle von Reizen wirken auf den Körper und sowohl Veränderungen aber auch der eigene Körper werden sehr bewusst wahrgenommen. Welche physikalischen Eigenschaften diese Wirkung auf den Körper haben, wird nun genauer beschrieben (Cherek, 1989, S. 80-86).

5.2.1 Thermische Reize

Die Thermorezeptoren geben uns erste Informationen über die Temperatur des Wassers, wenn wir das Schwimmbecken betreten. Warmes Wasser, welches ab 32 Grad bezeichnet wird, wird als wohltuend und entspannend angesehen. Eine Wassertemperatur von 31,5 Grad wird als neutral empfunden. Alles darunter registrieren die Rezeptoren als kalt. Beim Babyschwimmen wird daher darauf geachtet, dass eine Temperatur zwischen 31 und 36 Grad herrscht (Cherek, 1989, S. 80-86).

5.2.2 Der hydrostatische Druck

Ist der ganze Körper im Wasser eingetaucht, so verspürt man einen Druck auf den ganzen Körper, der gegenüber dem Luftdruck deutlich stärker ist. Dieser Wasserdruck wird auch hydrostatischer Druck genannt. Besonders merkbar wird der Wasserdruck, wenn man mit dem Körper in die Tiefe taucht. Meist entsteht hier ein Druck an den Ohren oder sogar ein Schmerz. Auch das Ertasten und Spüren von Bewegungen wird im Wasser durch den Wasserdruck stärker wahrgenommen (Cherek, 1989, S. 80-86).

5.2.3 Wasserwiderstand

Der Wasserwiderstand ist beim Schwimmen gut zu erkennen, denn bei jeder Bewegung, die man im Wasser durchführt, ist er spürbar. Je schneller man die Schwimmbewegung durchführt, umso größer wird der Widerstand. Auf unseren Körper hat dies aber eine positive Wirkung, denn durch diese Kraft die auf den Körper wirkt, wird einerseits die Haut massiert, wodurch die Durchblutung gefördert und andererseits die Muskulatur gekräftigt wird. Diese Faktoren beeinflussen unseren Körper positiv und das Herz- Kreislauf-System wird aktiviert und gestärkt (Kempf, 1990, S. 25-26).

5.2.4 Wasserdruck

Den Wasserdruck verspürt man beim Eintauchen in das Wasser vor allem auf dem Brustkorb. Auch die Atmung fällt einem schwerer als an Land, da der Wasserdruck die Atemmuskulatur beeinflusst. Durch den ständigen Druck und das erschwerte Atmen wird die Atemmuskulatur gestärkt und auch das Lungenvolumen vergrößert. Gerade bei Kindern die an Asthma leiden, kann das Schwimmen positiven Einfluss haben und Verbesserungen bewirken (Cherek, 1989, S. 81).

5.2.5 Auftrieb

Sowohl der Auftrieb als auch der Wasserwiderstand sind nur im Element Wasser deutlich zu erkennen, da an Land diese beiden Kräfte nicht spürbar sind. Am Anfang ist es noch sehr ungewohnt, denn der Körper fühlt sich leichter an als an Land. Daher muss ausprobiert werden, wie viel Kraft für Bewegungen benötigt wird. Auch die Wahrnehmung dieser Eigenschaften ist nur im Wasser möglich und lässt uns unseren Körper noch inten-

siver spüren (Cherek, 1989, S. 82). Der Physiker und Mathematiker des Altertums, Archimedes, erklärt den Begriff des Auftriebs folgendermaßen:

„Ein in eine Flüssigkeit eingetauchter Körper erfährt einen Auftrieb, der gleich dem Gewicht der durch den Körper verdrängten Flüssigkeitsmenge ist“ (Cherek, 1989, S. 81).

Vereinfacht gesagt wird der Körper leichter, umso tiefer er in das Wasser eintaucht und sobald er wieder aus dem Wasser kommt, wird der Körper schwerer. Durch den Auftrieb werden auch die Wirbelsäule und der ganze Bewegungsapparat entlastet und die Menschen haben ein Gefühl von Schwerelosigkeit, die sich lockernd und entspannend auf den Körper übertragen. Daher wird auch bei Therapien im Wasser der Vorteil des Auftriebs genutzt (Kempf, 1990, S. 24-25).

6 Säuglings- und Kleinkinderschwimmen

Schon in den 70er-Jahren begann man mit Babys im Wasser aktiv zu sein und bezeichnete diese Form der Bewegung mit dem Schlagwort „Babyschwimmen“. Diese Art des Babyschwimmens unterschied sich jedoch von dem heutigen Begriff des Babyschwimmens. Übungen wurden damals ohne jeglichen Nutzen durchgeführt und oftmals waren diese auch nicht kindgerecht aufbereitet. Man ging davon aus, dass das Kind den frühen Wasserkontakt bereits durch die pränatale Phase gewohnt ist und es demnach physiologisch sei. Unkontrollierte Bewegungen des Babys im Wasser wurden als erste Schwimmversuche angesehen und Tauchübungen wurden zur Wassergewöhnung und Wassersicherheit eingesetzt (Graumann, 1996, S. 164).

Heute hat sich die Meinung zum Babyschwimmen verändert und es wird als Form der Eltern-Kind-Gymnastik im Wasser gesehen. Hier ist wiederum zu unterscheiden, dass beim Babyschwimmen im Gegensatz zum Kleinkinderschwimmen noch keine Schwimmtechniken erlernt werden (Graumann, 1996, S. 164).

Folgende Themen stehen beim Babyschwimmen im Vordergrund:

- Der Spaß im Wasser steht im Mittelpunkt und auch der Kontakt zu anderen Kindern soll beim Babyschwimmen hergestellt werden.
- Übungen werden so gewählt, dass sie dem Entwicklungsstand des Kindes entsprechen.
- Eltern sollten lernen, wie sie mit ihrem Kind im Wasser umgehen und wie sie ihr Kind fördern können (Austrian Babyswim Association, o. J., Abs. 2).¹

Beim Kleinkinderschwimmen, welches das Kind ab einem Alter von 15 Monaten bis zu ca. 3,5 Jahren besucht, hat laut der offiziellen Seite des Austrian Babyswim Association folgende Ziele:

- Es wird an die Grundlagen, die beim Babyschwimmen aufgebaut worden sind, angeknüpft.
- Das Üben und Erlernen von Neuem findet auf einer spielerischen Basis statt.
- Das Kind soll Vertrauen zu dem Element Wasser aufbauen oder erhalten (Austrian Babyswim Association, o. J., Abs. 2).²

¹ [Zugriff am 13. Dezember 2015 unter http://www.austrianbabyswim.at/babyschwimmen.html](http://www.austrianbabyswim.at/babyschwimmen.html).

6.1 Geschichtlicher Hintergrund

Die Fortbewegung des Säuglings im Wasser wurde lange Zeit in der westlichen Welt nicht erkannt. In anderen Kulturen, wie zum Beispiel bei den kalifornischen Yokur-Indianern oder bei afrikanischen Stämmen im Kongo begannen Babys zu schwimmen, noch bevor sie überhaupt laufen konnten (Odent & Johnson, 1995, S. 12).

Dr. Myrtle McGraw verfasste 1939 im *Journal of Pediatrics* einen Artikel, wie Säuglinge während des Schwimmens im Wasser reagieren. Dafür untersuchte er 442 Babys während ihrer ersten zweieinhalb Lebensjahre und untersuchte die Reaktionen. Die erhobenen Daten bilden die heutige Grundlage des Wissens über das Schwimmverhalten des Babys (Odent & Johnson, 1995, S. 13).

Das Babyschwimmen hat sich erst in den letzten 30 Jahren sehr stark entwickelt. In den USA, Australien, Kanada, Deutschland begann die Entwicklung des Babyschwimmens Anfang der sechziger Jahre. Heutzutage wird in fast allen Ländern Babyschwimmen praktiziert und Länder wie Schweden, Japan, Norwegen, Spanien, Italien, Frankreich, Portugal, Argentinien, Israel, Russland und auch Österreich folgen dabei unterschiedlichen Zielsetzungen. In Japan wird eher im therapeutischen Sinne unterrichtet. Im Gegensatz dazu hat in den USA das Babyschwimmen die Motivation, trainingshaft zu unterrichten, um vor Poolunfällen zu schützen, die leider häufig passieren. Trotz der Unterschiede lässt sich eine Grundgesamtheit bzgl. des Babyschwimmens in allen Ländern finden: Das Tauchen ist überall untrennbar mit dem Babyschwimmen verbunden und wird während Kurseinheiten praktiziert und eingebunden (Boszotta, 2014, S. 11-15).

6.2 Inhalte und Ziele des Säuglingsschwimmens

Der Gedanke, dass Wasser etwas Gefährliches und nicht für Säuglinge geeignet ist, hat sich in den letzten Jahren verändert, und man hat entdeckt, dass Kinder schon schwimmen können, bevor das Laufen an Land überhaupt möglich ist. Dieser Fehler, der in der Vergangenheit gemacht wurde, zeigt, dass man Kinder viel zu lange vom Wasser ferngehalten hat und sie schon viel früher mit dem Wasser bekannt machen hätte sollen. Gerade in dem ersten Lebensjahr fühlen sich Kinder genauso wohl über als auch unter Wasser. Beobachtet man einen Säugling im Wasser, so erkennt man seine Ruhe und Gelassenheit. Von Furcht oder Angst ist nichts zu bemerken (Morgan, 1988, S. 89).

² [Zugriff am 13. Dezember 2015 unter http://www.austrianbabyswim.at/babyschwimmen.html](http://www.austrianbabyswim.at/babyschwimmen.html).

Wird allgemein vom Säuglingsschwimmen gesprochen, so werden Kinder von null bis zwei Monate bezeichnet. Darüber hinaus findet die Bezeichnung Kleinkinderschwimmen Anwendung, die für Kinder zwischen dem ersten und dritten Lebensjahr angewandt wird. Die Ziele und Inhalte des Säuglings- und Kleinkinderschwimmens sind jedoch sehr ähnlich oder teilweise sogar dieselben. Im Folgenden sollen die Ziele und Inhalte allgemein beschrieben werden:

- Das Kind soll sich früh an das Wasser gewöhnen.
- Es soll eine Mutter-Vater-Kind Beziehung im Wasser aufgebaut werden und die gesamte Entwicklung des Kindes wird gefördert und unterstützt.
- Der spielerische Umgang mit dem Medium Wasser soll erlernt werden.
- Die Koordination und Geschicklichkeit soll früh geschult werden (Boszotta, 2014, S. 6).

Im Vordergrund sollte stehen, die Entwicklung des Kindes zu fördern, damit

- das Kind lernt sowohl oberhalb des Wassers als auch beim Tauchen ein positives Gefühl zu erlangen.
- das Kind Wasser und seine Gefahren kennenlernt und diese einzuschätzen weiß.
- sich das Kind an die Rückenlage gewöhnt, die auch zur Selbstrettung dient.
- das Kind schwimmen kann und dabei die richtige Atmung einsetzt, wobei hier zu beachten ist, dass laut der Definition des American Heritage Dictionarary „Schwimmen“ als Fortbewegung im Wasser von einem Punkt zu einem anderen Punkt durch Beibehaltung der richtigen Atmung definiert wird (Boszotta, 2014, S.6).

Säuglings- und Kleinkinderschwimmkurse finden meist in Gruppen statt und werden von einem Gruppenleiter geführt. Übungen werden vorgezeigt und mit der ganzen Gruppe zusammen ausgeführt. Die Ziele des Kurses sollten am Anfang jedes neuen Kurses genannt werden, jedoch ist zu beachten, dass den Eltern vermittelt wird, dass jedes Kind in seinem Können unterschiedlich schnell ist und individuell lernt (Boszotta, 2014, S. 83).

Der Deutsche Schwimm-Verband sieht die Ziele des Babyschwimmens in der Nutzung der physikalischen Eigenschaften des Wassers. Druck, Auftrieb, Widerstand sollen genutzt werden und somit die Entwicklung des Kindes fördern. Folgende Ziele stehen beim Babyschwimmen im Vordergrund. Das erste Ziel ist die körperliche Entwicklung des Kindes, die durch die Bewegung und die dadurch entstehenden Reize des Wassers sich auf sämtliche Organsysteme auswirken. Die motorische Entwicklung wird durch die freie Bewegung im Wasser ermöglicht. Bewegungen können im Wasser viel früher umgesetzt werden als an Land und die Schwerelosigkeit des Wassers ist dabei eine große Unter-

stützung. Säuglinge können sich zielgerichtet fortbewegen. Dabei sind Schwimmhilfen oder die Eltern als Hilfe erforderlich. Ebenfalls wird die geistige Entwicklung gefördert, indem das Kind durch Ausprobieren, Üben und auch durch Scheitern lernt Auftriebshilfen zu nutzen und das Element Wasser wahrzunehmen und mit allen Sinnen kennenzulernen. Durch den ständigen Körperkontakt zur Bezugsperson erfährt das Kind während der Schwimmstunde, als auch davor und danach, eine enge Bindung und so wird die seelische Entwicklung gefördert. Durch den Kontakt mit anderen Babys und Müttern und das gemeinsame Spiel während der Schwimmstunde, wird dabei auch die soziale Entwicklung des Babys unterstützt (Graumann, 1996, S. 76).

6.3 Ab welchem Alter ist das Babyschwimmen sinnvoll?

Der Zeitpunkt, ab wann man mit dem Säugling Babyschwimmen beginnen sollte, wird in der Literatur recht unterschiedlich behandelt. Sprechen manche schon davon, nach sechs Wochen mit dem Babyschwimmen zu beginnen, so empfehlen andere Autoren das Babyschwimmen erst nach dem vollendeten vierten Lebensmonat zu starten, um es vor Infektionen zu schützen. Allgemein lässt sich aber sagen, dass das Babyschwimmen unbedingt vor dem ersten Lebensjahr stattfinden sollte, denn danach ist das Kind mit dem Element Wasser nicht mehr vertraut (Raabe-Oetker, 1998, S. 38).

Im Folgenden werden unterschiedliche Auffassungen von Autoren über das richtige Alter für den Beginn des Babyschwimmens dargestellt,

Die Autorin Barbara Ahr ist der Ansicht, dass das Babyschwimmen schon in der Regel ab der sechsten Lebenswoche möglich ist und praktiziert dies auch in ihrem eigenen Kurs. In diesem Alter ist es zwar noch nicht möglich, alle Übungen des Kursprogrammes umzusetzen, aber die Babys lernen schnell dazu. Die Wassergewöhnung steht dabei im Vordergrund und Übungen, die der Säugling bereits beherrscht, werden geübt und gefestigt. Auch sie vertritt die Ansicht, dass das Babyschwimmen vor dem ersten Lebensjahr begonnen werden muss, da dann der Atemschutzreflex nicht mehr vorhanden ist (Ahr, 1993, S. 13).

Dieter Graumann vertritt die Meinung, dass der Beginn des Babyschwimmens von der Entwicklung des Kindes abhängt. In weiterer Folge geht er sehr genau auf die einzelnen Entwicklungsschritte des Babys ein, die im Weiteren genauer betrachtet werden und die daraus resultierenden Konsequenzen für das Babyschwimmen aufzeigen (Graumann, 1996, S. 13).

6.3.1 Das Skelett

Bei der Geburt des Säuglings ist das Knochengerüst noch nicht vollständig entwickelt. Erst im Laufe der Kindheit und Jugend ist die endgültige Form der rund 240 Knochen erreicht. In den ersten Lebensjahren besteht der Körper zum großen Teil aus Knorpelmasse, die sehr weich ist. Die Verknöcherung ist ein langer Prozess und wird erst zum Ende des zwölften Lebensjahres abgeschlossen. Bei der Geburt des Säuglings ist aber zu erkennen, dass der Kopf im Gegensatz zum restlichen Körper sehr groß ist. Rund ein Viertel der Gesamtkörperlänge wird vom Kopf abgedeckt. Dies reduziert sich im Laufe der Entwicklung und so ist bei einem Sechsjährigen nur mehr ein Sechstel und bei einem Erwachsenen ein Achtel der Gesamtkörperlänge auf den Kopf zurückzuführen. Weiters ist die Wirbelsäule bei einem Neugeborenen noch sehr rund und wird erst mit dem Aufrichten zu einer Doppel-S-Form geformt. Gerade in den ersten Lebensjahren passt sich die Wirbelsäule an die Schwerkraft an. Der aufrechte Gang wird durch den großen Kopf des Kindes erschwert. Mit circa zwei Jahren beginnt das Kind eine Hohlkreuzhaltung einzunehmen und der Bauch wird dabei nach vorne gestreckt. Somit verlagert sich auch der Schwerpunkt weiter nach vorne. Erst mit Beginn des Kindergartenalters streckt sich die Wirbelsäule weiter und der Schwerpunkt verlagert sich nach hinten. Bewegungen werden leichter umsetzbar und kontrolliert durchgeführt (Graumann, 1996, S. 12-13).

Folgen für das Babyschwimmen:

Graumann meint, dass das Kind den Kopf bereits alleine halten muss, bevor es mit dem Babyschwimmen beginnen kann. Dies ist circa ab dem 4. Lebensmonat möglich, da die Nackenmuskulatur kräftig genug ist. Bei längeren Übungen, bei denen das Kind den Kopf selbstständig halten muss, kann es noch zu Schwierigkeiten kommen. Daher ist es wichtig, dass Eltern eingreifen und helfend zur Seite stehen, sodass das Kind nicht Wasser verschluckt. Auch bei Kleinkindern ist dies noch bemerkbar und daher bewegen sich Kinder lieber unter der Wasseroberfläche (Graumann, 1996, S. 13-14).

6.3.2 Länge und Gewicht

Während der kindlichen Entwicklung sind keine auffälligen Längen- oder Gewichtszunahmen erkenntlich. Das Längenwachstum und die Gewichtszunahme nehmen von Geburt an gleichmäßig zu. Jedoch ist auch anzumerken, dass das Längenwachstum insbesondere während des ersten Lebensjahres stark ist (Graumann, 1996, S. 14).

Ein Neugeborenes hat eine durchschnittliche Körperlänge von 52 cm. Im Laufe des ersten Jahres gibt es noch keine großen Unterschiede zwischen Mädchen und Buben. Durch das rasante Wachstum im ersten Lebensjahr erreicht das Kind nach circa einem Jahr die durchschnittliche Körperlänge von 75 cm. Nach zwei Jahren beträgt die Körperlänge circa 87 cm und mit drei Jahren hat das Kind eine Größe von circa 97 cm erreicht (Graumann, 1996, S. 15).

Auch beim Körpergewicht ist ein rasanter Anstieg in dem ersten Lebensjahr zu verzeichnen und es hat sich nach einem Jahr fast verdreifacht. Ein Neugeborenes wiegt an die 3,5 Kilogramm. Mit drei Jahren hat das Kind durchschnittlich an die 14,6 Kilogramm. Natürlich können diese Werte nur als Mittelwerte angesehen werden und treffen nicht auf alle Kinder zu. Abhängig sind diese Werte außerdem von folgenden Faktoren:

- Die Vererbung spielt eine große Rolle und wird meist bei großgewachsenen Eltern auch an ihre Kinder weitergegeben.
- Eine ausreichende Ernährung mit Vitaminen und Mineralstoffen fördert das Wachstum der Kinder.
- Auch Umweltreize, wie zum Beispiel regelmäßige Bewegungsreize sind für das Wachstum förderlich (Graumann, 1996, S. 16-17).

Gerade bei Säuglingen ist das ausgewogene Verhältnis zwischen der Länge des Körpers und des Gewichts von Bedeutung. Untergewichtige Kinder verlieren aufgrund ihrer relativ großen Oberfläche im Verhältnis zum Körpergewicht viel mehr Wärme durch die Wärmeleitung des Wassers. (Graumann, 1996, S. 17).

Folgen für das Babyschwimmen:

Sowohl die Gewichtszunahme als auch das Wachstum nimmt gleichermaßen zu. Dadurch ist ein schnelles Abkühlen nicht mehr möglich und das Kind kann länger im Wasser bleiben. Jedoch muss trotzdem darauf geachtet werden, dass die Temperatur beim Babyschwimmen nicht unter 32 Grad beträgt (Graumann, 1996, S. 19).

6.3.3 Resistenz gegen Infektionen

Die sogenannten Gamma-Globuline, die für unser Immunsystem verantwortlich sind, erhält das Kind von der Plazenta der Mutter vor der Geburt. Nach der Geburt verliert das

Kind sehr schnell die Gamma-Globuline und es dauert bis zu drei Monate, bis das Kind selbst Antikörper bilden kann (Graumann, 1996, S. 21).

Folgen für das Babyschwimmen:

Graumann ist der Meinung, dass das Immunsystem erst voll entwickelt sein muss, bevor das Kind den Babyschwimmkurs besucht. Da auch Infektionen von Eltern, anderen Kindern oder vom Kursleiter übertragen werden können, sollte erst ab dem vierten Monat das Babyschwimmen besucht werden. Dann ist das Kind im Stande, Infektionen abzuwehren. Ein positiver Aspekt des Babyschwimmens ist, dass durch den regelmäßigen Badebesuch das Kind abgehärtet wird und Krankheiten nicht im starken Ausmaß auftreten (Graumann, 1996, S. 22).

6.4 Der Einfluss des Wassers auf die körperliche Entwicklung des Kindes

Eine regelmäßige Teilnahme an Babyschwimmkursen wirkt sich positiv auf die geistige und körperliche Entwicklung des Kindes aus und man kann oftmals erkennen, dass schwimmende Babys gegenüber gleichaltrigen Babys, die nicht schwimmen, einen Entwicklungsvorsprung haben. Positive Auswirkungen des Wassers zeigen sich am Herz-Kreislaufsystem, die Atmung wird verbessert und der Bewegungsapparat wird positiv beeinflusst. Folgende vier Bereiche profitieren vom Babyschwimmen und werden auch in der Literatur genannt:

- Die Atmung
- Das Herz und Kreislaufsystem
- Das Skelett des Kindes
- Die Muskulatur (Graumann, 1996, S. 43).

Durch die noch vorhandenen Reflexe beim Säugling beginnt das Kind beim Eintauchen in das Wasser schwimmartige Bewegungen zu machen. Weiters können die Babys ihren Körper und die Bewegungen besser wahrnehmen und spüren, da kaum bzw. nur wenig Beleidigung für die Fortbewegung im Wasser notwendig ist. Die Körper- und Sinneseindrücke werden dabei anders wahrgenommen. Durch den Wasserwiderstand der auf die Nervenfasern einwirkt, beginnt sich das Kind zu entspannen. Die dreidimensionale Wirkung des Wassers hat eine besonders positive Wirkung auf das Baby, da es Bewegungen schon früher umsetzen kann, die zumeist am Land noch nicht möglich sind. Bewegungen können mit Hilfe der Eltern, schon selbst erlebt und kleine Ziele können erreicht werden.

Bewegungen werden als etwas Positives erlebt und motivieren für neue Bewegungsabläufe. Desweiteren wird der Eltern-Kind Kontakt durch die Interaktion im Wasser gefördert und unterstützt die Beziehung positiv (Ahrendt, 2001, S. 17-18).

6.4.1 Die Atmung

Das Babyschwimmen hat ebenfalls eine positive Auswirkung auf die Atmung des Säuglings. Während der Eintauchbewegungen und Auftauchbewegungen atmet das Kind schneller aber auch tiefer ein und aus. Durch den Druck wird die Atemmuskulatur gekräftigt und bei regelmäßigem Schwimmunterricht, beginnt das Kind ruhiger und tiefer zu atmen. Gerade beim Säugling ist in den ersten Monaten zu erkennen, dass der Brustkorb stark gewölbt ist. Erst durch das Aufrichten verändert sich die Position und lässt ihn senken. Ab dem zweiten Lebensjahr beginnt das Kind durch die Brust zu atmen (Graumann, 1996, S. 25).

6.4.2 Der Kreislauf

Bei der Geburt sind die beiden Herzhälften des Babys gleich groß, verändern sich jedoch danach und passen sich den Leistungsanforderungen an. Ein Neugeborenes hat einen Puls von 130-140 Schlägen, was noch sehr hoch ist. Mit dem Alter, der Anpassung an die Leistungsfähigkeit und dem Herzwachstum, verändert sich die Anzahl der Schläge pro Minute. Das Herz kann sich schon nach der Geburt sehr gut an Leistungen anpassen. Der Blutdruck des Neugeborenen ist noch sehr niedrig. Das liegt daran, dass das Herz noch eine geringe Größe hat, die Arterien elastisch sind und die Muskulatur noch schwach entwickelt ist (Graumann, 1996, S. 24).

Der regelmäßige Aufenthalt im Wasser wirkt sich positiv auf das Herz und den Kreislauf aus, da das Kind sich sehr schnell anpasst. Durch die regelmäßige Teilnahme am Schwimmunterricht sinkt die Pulsfrequenz und das Kind erholt sich schneller von Belastungen (Graumann, 1996, S. 24-25).

6.4.3 Das Skelett des Säuglings

Die Bewegungen im Wasser geben bestimmte Reize auf das Skelett ab und lassen die Entwicklung schneller voranschreiten als bei Kindern die keinen Babyschwimmkurs besuchen. Das Knochenwachstum wird begünstigt und das Hüftgelenk wird durch die Bewe-

gung im Wasser gut ausgeformt. Bei der Geburt ist die Wirbelsäule des Babys noch in einer totalen runden Form. Es konnte nachgewiesen werden, dass Kinder die sich regelmäßig im Wasser betätigen, die Umformung der Wirbelsäule von einer total runden in die Doppel-S-Form schneller vollzieht (Graumann, 1996, S. 44).

6.4.4 Die Muskulatur

Die Schwerelosigkeit ist für die gesamte Skelettmuskulatur von Vorteil, da das Kind im Wasser Bewegungs- und Haltemuskulatur durch sein aktives Verhalten kräftigt. Haltungsschäden kann daher schon in jüngstem Alter vorgebeugt werden (Graumann, 1996, S. 44).

6.5 Der Einfluss des Wassers auf die motorische Entwicklung des Kindes

Die motorische Entwicklung des Babys wird beim regelmäßigen Schwimmen positiv beeinflusst. Das Kind lernt durch eigenes Versuchen und erfährt dabei auch Irrtum und Misserfolg. Sehr schnell kann es Bewegungen dem Wasser anpassen und auch die Schwerelosigkeit unterstützt diesen Prozess. Das Gleichgewicht wird verbessert und Bewegungen im Wasser dienen als frühzeitige Förderung der Geschicklichkeit und Koordination. Die Wiederholung der Übungen dient dazu, dass das Kind allmählich Bewegungen verinnerlicht und bewusst durchführt. Von richtigen Schwimmbewegungen wird hier aber noch nicht gesprochen (Boszotta, 2014, S. 7).

6.6 Der Einfluss des Wassers auf die geistige Entwicklung des Kindes

Die geistige Entwicklung wird beim Babyschwimmen durch die Selbstbestimmung gefördert. Die Babys dürfen selber bestimmen, mit welchem Spielzeug sie spielen wollen, wie sie damit umgehen und wie sie sich dabei fortbewegen, um dieses zu erlangen. Auch die Entscheidung sich der Mutter zuzuwenden, das Spielzeug zu ergreifen oder es fallen zu lassen wird dem Kind selbst überlassen. Die Wahrnehmung wird dabei gefördert und zugleich werden die beiden Gehirnhälften stärker miteinander vernetzt (Graumann, 1996, S. 46).

6.7 Die richtige Wassertemperatur

Die Wassertemperatur im Hallenbad liegt beim Babyschwimmen zwischen 30 und 32 Grad Celsius. Die Temperatur ist erforderlich, da das Fettgewebe der Babys noch nicht ausreichend vorhanden ist und es so zu einer Unterkühlung kommen könnte. Im warmen Wasser führt das Kind Bewegungen nur langsam durch und Herz und Kreislauf werden geschont. Laut Enning sollte ein Kind erst ab einem Gewicht von circa sechs Kilogramm in kühlerem Wasser schwimmen. Das kühlere Wasser dient jedoch dazu, dass die Kinder sich mehr bewegen und der Kreislauf dadurch angeregt wird (Enning, 1995, S. 111).

6.8 Wassergewöhnung in der Badewanne

Bevor man mit dem Babyschwimmkurs beginnt, sollte das Kind bereits zuhause in einer Badewanne an das Element Wasser gewöhnt werden. Wichtig dabei ist eine Wassertemperatur von 37 Grad. Nach und nach sollte die Temperatur gesenkt werden um das Kind auf das Babyschwimmen vorzubereiten (Odent & Johson, 1995, S. 22). Mit der Wassergewöhnung in der Badewanne kann bereits begonnen werden, sobald die Nabelwunde abgeheilt ist. Dies ist meist nach vier Wochen der Fall. Außerdem muss beim Baden in der Badewanne darauf Acht gegeben werden, dass keine Badezusätze dem Wasser beigefügt werden. Das Kind soll Freude und Entspannung beim Baden erfahren. Daher ist es wichtig, dass sich Eltern Zeit nehmen und der Badevorgang Entspannung und Ruhe ausstrahlt. Gerade bei Neugeborenen sollten Spielsachen weggelassen oder nur vereinzelt eingesetzt werden, da sich das Kind dann ganz auf das Wasser und die Bewegungen konzentrieren kann. Eltern haben die Aufgabe, mit ihrem Kind während der Badezeit zu sprechen, zu kuscheln, zu genießen und eine schöne Zeit zu verbringen. Nach und nach wird das Baby mit all seinen Körperteilen in das Wasser eingetaucht. Dabei ist wichtig, dass das Kind immer einen fröhlichen Eindruck macht und Wasser als etwas Schönes ansieht (Graumann, 1996, S. 119-120). Manche Eltern pflegen es ihr Kind nur einmal wöchentlich zu baden, da sie der Meinung sind, dass das Wasser für die kindliche Haut nicht gut ist. Jedoch kann festgehalten werden, dass es Kulturen gibt, in denen Kinder täglich baden und dies zugleich eine gute Möglichkeit darstellt, dem Kind das Element Wasser näher zu bringen und in engem Kontakt mit den Eltern zu sein (Ahrendt, 2001, S. 79).

Zuerst sollte das Baby engen Kontakt zur Beziehungsperson verspüren. Daher ist es wichtig beim ersten Badeversuch in der Badewanne, das Kind nahe beim Herzen der Mutter oder des Vater hinzulegen. So spürt das Kind eine Vertrautheit und Sicherheit. Wenn das Kind beim Eintauchen des Körpers eine Ruhe und Gelassenheit zeigt, so kann damit

begonnen werden, das Baby langsam im Wasser vor und rückwärts zu bewegen. Körperteile des Babys können gestreichelt und benannt werden, sollen aber immer im Kontakt mit dem Wasser sein. Zu beachten ist, dass auf das Wohl des Kindes geachtet wird und der Badevorgang rechtzeitig beendet wird, sodass es zu keinem Unwohlsein kommt. Wenn das Eintauchen in das Wasser geübt ist, so kann das Kind in Schlangenlinien durch das Wasser gezogen werden (Odent & Johson, 1995, S. 20-24). Wasserspiele mit dem Duschkopf sind für die meisten Babys ein schönes Erlebnis. Eltern können Körperteile des Kindes sanft abduschen. Bei älteren Kindern kann auch ein Becher eingesetzt werden und die Kinder dürfen sich selbst mit Wasser übergießen (Graumann, 1996, S. 121). Zu Beginn ist es wichtig, dass der Badevorgang nicht länger als fünf bis zehn Minuten dauert. Von Mal zu Mal kann dieser aber kontinuierlich gesteigert werden. Nach der Vorbereitung in der Badewanne ist das Kind bereit für den Babyschwimmkurs (Odent & Johson, 1995, S. 22).

7 Psychomotorische Förderung von Säuglingen und Kleinkindern im Wasser

Da die vorliegende Arbeit der Frage nachgeht, wie psychomotorische Angebote beim Säuglings- und Kleinkinderschwimmen die Entwicklung unterstützen können, werden im nachfolgenden Kapitel die beiden großen Themen Psychomotorik und Säuglings- und Kleinkinderschwimmen zusammengeführt. Erkenntnisse aus beiden Bereichen wurden in den vorangehenden Kapiteln genau beschrieben und sollen nun Aufschluss darüber geben, wie psychomotorische Angebote im Wasser unterstützend wirken können.

Wie auch schon in Kapitel 3 genauer beschrieben, hat sich die Psychomotorik zur Aufgabe gemacht, den Menschen in seiner Ganzheit zu fördern. Die Förderung beschränkt sich dabei nicht nur auf eine Altersklasse sondern reicht vom Säugling bis zum Seniorenalter. Viel Fördermaterial wurde in der psychomotorischen Arbeit erstellt und eingesetzt, wobei ein Bereich in der Literatur nur wenig Beachtung findet, die Psychomotorik im Wasser. Die psychomotorische Förderung findet zumeist nur in der Literatur von Cherek Erwähnung und ansonsten ist nur wenig Material vorhanden. Literatur zu therapeutischen Angeboten im Wasser findet man hingegen einige und die Psychomotorik hat ihre Erkenntnisse darauf aufgebaut (Cherek, o. J., S. 1).³ Das Medium Wasser bietet dabei Möglichkeiten der Bewegung und Erlebnisse, die an Land im Säuglingsalter noch nicht durchführbar sind. Immer mehr Angebote werden für Bewegung im Wasser erstellt. Von Aquafitness, Wettkampfschwimmen bis hin zum Baby- und Kleinkinderschwimmen bietet das Element Wasser viele Möglichkeiten an. Die Psychomotorik im Wasser hat jedoch nicht zum Ziel, Techniken zu vermitteln oder als Therapieform eingesetzt zu werden, sondern das Wasser soll eine positive Wirkung auf den Körper ausstrahlen. Die psychomotorische Förderung im Wasser verfolgt dabei die gleichen Ziele wie die Psychomotorik im Allgemeinen. Im folgenden Kapitel sollen die Inhalte und Ziele der psychomotorischen Angebote im Wasser genauer beschrieben werden (Reth, 2015, S. 60).

³ [Zugriff am 9. Dezember 2015 unter http://www.cherek.de/aufsaeetze/psychomotorik.pdf](http://www.cherek.de/aufsaeetze/psychomotorik.pdf)

7.1 Psychomotorische Frühförderung im Wasser nach Cherek

Cherek, selbst Buchautor und Schwimmlehrer beschäftigt sich schon lange mit dem Babyschwimmen und untersucht dabei Praxis und Theorie. Daher wird sein Konzept der Frühförderung im Wasser auch in dieser Arbeit separat genannt. Cherek unterteilt die Ziele der Frühförderung im Wasser in vier große Bereiche, wobei alle Faktoren sich gegenseitig beeinflussen und meist auch zugleich aktiv auftreten. Zu seinen Unterrichtsinhalten bei der Frühförderung zählen:

- „Die Wirkung des Wassers
- Die Wirkung der Übungen
- Die Wirkung der Materialien
- Die Wirkung der Übungen“ (Cherek, o.J., S. 5).

Am Kurs können und sollen alle Kinder teilnehmen. Egal ob Kinder mit Behinderung, motorischen Einschränkungen oder anderen Handicaps sind im Kurs erwünscht. Wichtig ist aber, dass die Bereiche nicht getrennt voneinander gesehen werden (Cherek, o. J., S. 5).⁴

Im Folgenden wird die Wirkung des Wassers auf das Baby und Kleinkind laut Cherek genauer beschrieben.

7.1.1 Die Wirkung des Wassers

Gerade beim ersten Besuch des Kindes im Wasser kann es zu Verunsicherungen kommen, da das Kind mit dem Element Wasser noch nicht vertraut ist. Die neue Umgebung, die Leichtigkeit der Bewegungen im Wasser sind neue Erfahrungen für das Kind. Ganz besonders wichtig ist, dem Kind Zeit zu geben und es nicht zu drängen. Gerade bei Säuglingen und Kleinkindern, wo die Bezugsperson eine wichtige Rolle spielt, sollten diese Gelassenheit und Freude im Wasser ausstrahlen, um dem Kind eine gewisse Sicherheit zu geben. Haben sich die Kinder an die Gegebenheiten angepasst, so kommt meist Freude im Wasser auf und die Schwimmstunde wird als positiv empfunden (Cherek, o. J., S. 6).⁵

⁴ [Zugriff am 9. Dezember 2015 unter http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/fruhforderung.pdf](http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/fruhforderung.pdf)

⁵ [Zugriff am 9. Dezember 2015 unter http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/fruhforderung.pdf](http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/fruhforderung.pdf)

7.1.2 Die Wirkung des Wassers auf die Wahrnehmung

Gerade im Wasser wird es dem Kind ermöglicht, seinen Körper besser wahrzunehmen und zu spüren. Dabei spielen die Sinne eine wichtige Rolle. Nur durch die Sinne empfängt der Körper Informationen. Zu den fünf Sinnen zählen der Gehörsinn, der Geruchssinn, der Tastsinn, der Sehsinn, und der Geschmackssinn. Die Sinne werden in körpernahe und körperferne Sinne unterteilt. Zu den körpernahen Sinnen zählen der Tastsinn, Bewegungssinn und der Gleichgewichtssinn. Den körperfernen Sinnen werden der Hörsinn, der Sehsinn und der Geruchssinn zugeordnet. In der Literatur wird aber davon gesprochen dass es noch weitaus mehr Sinne gibt, die beispielsweise im Körper in den Muskeln, Sehnen und Gelenken zu finden sind. Da einige der genannten Sinne schon in der pränatalen Phase entwickelt sind und die Entwicklung des Gehirns durch ihre Reize fördern, nennt man diese, die basalen Reize (Cherek, o. J., S. 11).⁶ Um die Sinne miteinander zu verknüpfen ist es wichtig den Begriff der sensorischen Integration zu verstehen. Jean Ayres stellt die Bedeutung der Integration der Sinne für die kindliche Entwicklung dar. „Die Integration der Sinne ist das Ordnen der Empfindungen, um sie gebrauchen zu können“ (Ayres, 1984, S. 6). Eine gute Organisation der Empfindungen ist dabei Voraussetzung um lernen zu können oder sich normal fortzubewegen. Besonders das Spiel unterstützt die Entwicklung der sensorischen Integration, da das Kind Sinneseindrücke verarbeitet und wahrnimmt. Die meisten Menschen können von Geburt an sinnliche Wahrnehmungen verarbeiten. Jedoch muss sich das Kind mit der Welt auseinandersetzen um die sensorische Integration zu entwickeln und Wahrnehmungen verarbeiten zu können (Ayres, 1984, S. 6-8). Daher ist auch das Element Wasser eine gute Möglichkeit, aktiv tätig zu werden und dabei viel eigenständig zu erkunden. Die Wahrnehmungsfähigkeit wird beim Baby- und Kleinkinderschwimmen gezielt geschult (Cherek, o. J., S. 12).⁷

7.1.3 Die Wirkung des Wassers auf die Motorik

Das Wasser hat auch eine positive Wirkung auf die Motorik des Kindes. Gerade am Anfang sind Bewegungen, die am Land noch nicht möglich sind, schon im Wasser umsetzbar. Kinder können sich frei bewegen und die Muskulatur wird dabei gestärkt und auch das Gleichgewicht wird verbessert. Auch die Fortbewegung kann schon bei ein paar Monate alten Säuglingen beobachtet werden. Wenn man das Kind auf den Bauch legt, so

⁶ [Zugriff am 9. Dezember 2015 unter http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/fruhforderung.pdf](http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/fruhforderung.pdf)

⁷ [Zugriff am 9. Dezember 2015 unter http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/fruhforderung.pdf](http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/fruhforderung.pdf)

beginnt es mit seinen Armen und Beinen hektisch Streck- und Beugebewegungen durchzuführen. Durch mehrmaliges Üben dieser Bewegung im Wasser, wird diese verbessert und auch eine schnellere Fortbewegung ist möglich. Ab circa acht Monaten kann sich das Kind mit einer geeigneten Schwimmhilfe auch selber im Wasser fortbewegen. Das Wasser beeinflusst auch die Atmung des Kindes positiv und das Lungenvolumen kann durch regelmäßiges Schwimmen verbessert werden. Allgemein kann festgehalten werden, dass das Wasser die Entwicklung der Motorik unterstützt (Cherek & Hausmann, 1993, S. 563-565).

7.1.4 Die Wirkung des Wassers auf die soziale Bindung

Nach der Geburt pflegt die Mutter eine sehr intensive Beziehung zum Säugling und durch das Stillen wird diese intensive Beziehung noch verstärkt. Die Bezugsperson gibt dem Baby Sicherheit und ermöglicht dem Baby die Welt kennenzulernen und Neues zu entdecken. Besonders der Körperkontakt und die Nähe sind für das Kind von Wichtigkeit, um sich gut entwickeln zu können. Wird diese durch unterschiedlichste Faktoren unterbrochen, so kann es auch zu einem Entwicklungsstopp kommen, besonders in der sozialen Bindung des Kindes. Um die Entwicklung des Kindes zu fördern, ist es wichtig, dass die Eltern mit ihrem Kind kommunizieren und sich aktiv mit ihm beschäftigen. Bedürfnisse des Kindes und der Schutz stehen dabei im Vordergrund. Besonders wichtig ist auch die Erkenntnis, dass die Emotionen der Eltern vom Kind übernommen werden. Sobald das Kind sich selbstständig fortzubewegen versucht und die Umgebung selbstständig entdeckt, ist es für viele Mütter eine schwierige Situation, denn es kommt ein Gefühl der Nutzlosigkeit oder Abwendung auf. Viele Mütter beginnen in dieser Phase ihr Kind von eigenen Bewegungsversuchen abzuhalten oder zu schützen. Laut der Autorin Ahrendt ist in dieser Phase beim Babyschwimmen zu erkennen, dass Eltern den Säugling laufend im Wasser bewegen. Andere wiederum muten ihrem Säugling keine Bewegung zu und glauben, den Säugling schützen zu müssen. Eine Untersuchung zwischen afrikanischen und europäischen Säuglingen hat gezeigt, dass afrikanische Babys in ihrer Entwicklung weiter sind als europäische Kinder, da afrikanische Mütter einen engen Kontakt, sei es durch Stillen oder durch das Tragen, zu ihren Kindern aufbauen. Diese Untersuchung zeigt, wie wichtig die Zuneigung und Vertrauen in einer Mutter-Kind Beziehung für deren Entwicklung ist. Gerade das Element Wasser fördert diesen Körperkontakt, durch die Nähe zur Bezugsperson. Über die Haut findet eine körperliche Kommunikation statt. Im Alltag kommuniziert die Mutter mit ihrem Kind durch die Sprache, Stimme, Mimik und Gestik und sucht die

Kommunikation durch Blickkontakt zu ihrem Kind. Beim Schwimmen kommt noch der körperliche Kontakt dazu und so ist eine ganzheitliche Kommunikation möglich (Ahrendt, 2001, S. 41-47).

7.2 Einsatz von Materialien in der psychomotorischen Förderung

Schwimmhilfen werden gerne beim Baby- und Kleinkinderschwimmen eingesetzt. Wichtig ist dabei, dass die Schwimmhilfen laut Ahrendt erst ab dem zehnten Monat verwendet werden wenn die Kinder bereits sitzen können und auch schon ihr Gleichgewicht ausbalancieren können. Schwimmhilfen können als Unterstützung dienen, sollten aber nicht andauernd verwendet werden, da sie den körperlichen Kontakt zur Mutter einschränken und dieser doch ein wesentlicher Teil des Baby- und Kleinkinderschwimmens ist. Auch die elterliche Aufsicht kann durch den Gebrauch von Schwimmhilfen nicht abgegeben werden. Weiters führt der Einsatz von Schwimmhilfen oftmals dazu, dass die Bewegung des Kindes eingeschränkt wird oder das Kind sich nur von den Auftriebshilfen tragen lässt. Daher ist zu beachten, wann und wie man die Materialien in die Schwimmstunde einbaut (Ahrendt, 2001, S. 197). Gerade im Säuglingsalter sind die meisten Kinder von rascheln- den oder bunten Spielzeugen fasziniert. Diese können im Wasser so eingesetzt werden, dass Kinder Interesse am Erlangen des Spielzeuges bekommen und so beginnen, dem Spielzeug nachzuschwimmen oder es zu ergreifen. Auch die Aufmerksamkeit des Kindes auf bestimmte Ziele kann durch Hilfe des Spielzeuges gelenkt werden. Weiters ist der Einsatz von Matten oder Reifen in der psychomotorischen Arbeit nicht wegzudenken. Matten dienen vor allem zur Entspannung, sie können jedoch auch zu Bewegungslandschaften im Wasser genutzt werden. Durch den Einsatz von unterschiedlichen Matten lernen Kinder neue Materialien kennen sowie die unterschiedlichen Anwendungsformen. So können Matten geschaukelt werden, man kann auf ihnen krabbeln oder stehen, oder die Matte kommt bei Bewegungslandschaften zum Einsatz. Gerade beim Babyschwimmen eignet sich der Einsatz der Matte für die Entspannung. Hier kann das Baby auf die Matte gelegt werden und spürt je nach Mattenstärke die Wellenbewegungen des Wassers. Dabei muss das Kind seinen Körper an die neuen Gegebenheiten anpassen und dies wiederum fördert die Wahrnehmung und Integration der Basisinne (Cherek, 2008, S. 39). Weiters wird zwischen den aktiven und passiven Schwimmhilfen unterschieden. Zu den passiven Schwimmhilfen zählen die Rettungsweste und der Schwimmreifen. Diese kommen nur dann zum Einsatz, wenn das Ziel ist, dass sich das Kind passiv im Wasser bewegt. Zumeist sind die Schwimmhilfen dabei nicht bewegungsfördernd und sind nur sogenannte Auftriebshilfen. Bei den aktiven Schwimmhilfen zu denen die Schwimmnudel, das

Schwimmbrett oder die Schwimmscheiben zählen, muss das Kind selbstständig das Gleichgewicht versuchen zu halten. Auch die Bewegungen muss das Kind durchführen um von einem Punkt zum anderen zu gelangen (Boszotta, 2014, S. 92). Solange die Babys noch nicht fähig sind, sich selbstständig fortzubewegen, sollte man Schwimmhilfen mit mehr Auftriebskraft anbieten. Nach und nach können diese dann wieder reduziert werden. Außerdem können Kleinkinder durch Einsatz von Schwimmhilfen ihre Bewegungen kontrollieren und gezielter umsetzen, da das Überwasserhalten wegfällt. Gerade bei den Schwimmscheiben ist ein gezielter Abbau möglich, da durch die Wegnahme einer oder mehrerer Scheiben, der Auftrieb verringert wird. Da der Einsatz von Schwimmscheiben immer mehr Bedeutung beim Babyschwimmen beigemessen wird, werden diese im Folgenden näher beschrieben (Graumann, 1996, S. 51-52).

Schwimmscheiben

Die Schwimmscheiben, auch Delphinscheiben genannt, bestehen aus jeweils sechs farbigen Scheiben die man ineinander stecken kann. Der Vorteil der Schwimmscheiben liegt darin, dass man sie nacheinander abbauen kann. Das bedeutet, wenn das Kind weniger Auftriebshilfe benötigt, so kann jeweils eine Scheibe pro Arm entfernt werden. So ist ein langsamer und effizienter Abbau möglich. Sobald das Kind den Kopf eigenständig halten kann, können die Schwimmscheiben eingesetzt werden. Die Auftriebshilfe ist bei den Delphinschwimmscheiben natürlich gegeben, trotzdem behält das Kind eine gute Körperlage und bis auf den Kopf befinden sich alle Körperteile unter Wasser (Boszotta, 2014, S. 92).

7.3 Inhalte und Ziele der psychomotorischen Förderung im Wasser

Den Menschen in seiner Ganzheit zu betrachten und zu fördern sind die vordergründigen Ziele. Auch das Babyschwimmen hat sich zur Aufgabe gemacht, das Kind in seiner frühen Entwicklung zu unterstützen, seinen Körper und sich selbst besser kennenzulernen und dadurch seine Kompetenzen zu fördern (Reth, 2015, S. 60). Im Gegensatz zu den Zielen und Inhalten des Kleinkinderschwimmens, vertritt die Psychomotorik die Ansicht, dass ein gezielter Unterricht zur Förderung des Schwimmens nicht angemessen ist. Es geht nicht darum, ob ein Kind gut oder nicht so gut schwimmen kann. Jedes Kind soll sich nach seinem Können und seinen Voraussetzungen fortbewegen. Weiters kann ein Kind nach Meinung der Psychomotoriker und der Psychomotorikerinnen erst gelernte Bewegungen ab-

rufen, ab einem Alter von circa 3 1/2 Jahren, da erst dann das Langzeitgedächtnis einwandfrei funktioniert (Cherek, o.J., S. 8).⁸

Um das Kind ideal unterstützen zu können, stehen Übungen zur eigenen Körperwahrnehmung, zur Kräftigung der Muskulatur und Verbesserung der Bewegung im Vordergrund. Auch der Kontakt zur Bezugsperson ist beim Schwimmen sehr wichtig. Trotz der nötigen Unterstützung beim Babyschwimmen durch eine Bezugsperson, wird dem Kind ein frühes selbstständiges Beeinflussen seiner Bewegungen ermöglicht. Ein weiteres Ziel ist dabei, dass sich das Kind alleine und zielbewusst im Wasser fortbewegt. Das Kind erfährt dabei aber nicht nur seine eigenen Fähigkeiten, sondern wird zugleich auch durch das Wasser positiv in seiner Entwicklung beeinflusst. Der Säugling spürt im Wasser einen ständigen Druck und Widerstand der sich, wie schon in den vorigen Kapiteln erwähnt, positiv auf die Entwicklung auswirkt. Ebenfalls wird der eigene Körper durch den Druck besser wahrgenommen, die Durchblutung wird verbessert und die warme Temperatur wirkt sich entspannend auf das Wohl des Babys aus. Weiters wird die Schwerkraft, die an Land nur schwer zu bewältigen ist, im Wasser überwunden und den Babys fällt es leichter, sich fortzubewegen. Vor allem sollte aber die Freude an der Aktivität im Wasser im Vordergrund stehen (Cherek, o. J., S. 5-6).⁹

7.4 Rituale bei der psychomotorischen Förderung im Wasser

Bei der Planung einer psychomotorischen Schwimmstunde im Wasser steht im Vordergrund, das Angebot an den Elternteil und das Kind offen zu halten, da Faktoren wie die Tagesverfassung, der Entwicklungsstand und die Stimmung des Kindes berücksichtigt werden müssen. Wie auch schon in den zu vorigen Kapiteln beschrieben, soll die psychomotorische Förderung das Kind ganzheitlich fördern und Übungsangebote dem Entwicklungsstand des Kindes anpassen. Daher haben der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin die Aufgabe, Übungen so aufzubereiten, dass sowohl leichtere als auch anspruchsvollere Übungen der Mutter und dem Kind zur Verfügung stehen. Auch die Wiederholung der Übungen ist ein wichtiger Aspekt, da das Kind gewohnte Bewegungsabläufe allmählich verinnerlicht. Oftmals wird aber ein Thema für eine Schwimmeinheit festgelegt. Das kann bedeuten, dass das Augenmerk auf eine Übung oder einen Gegenstand im Speziellen gerichtet wird (Ahrendt, 2001, S. 93-94).

⁸ [Zugriff am 7. Dezember 2015 unter http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/psychomotorik.pdf](http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/psychomotorik.pdf)

⁹ [Zugriff am 7. Dezember 2015 unter http://www.cherek.de/aufsaeetze/psychomotorik.pdf](http://www.cherek.de/aufsaeetze/psychomotorik.pdf)

Jedoch sollten auch in der psychomotorischen Stunde im Wasser genau wie in den psychomotorischen Stunden an Land Rituale festgelegt werden. Zu Beginn einer Stunde ist es fördernd, wenn man sich zum Beispiel auf den Stufen des Beckens oder außerhalb des Beckens versammelt und alle Kinder die anwesend sind, begrüßt. Das vermittelt Sicherheit und ein Gefühl des Willkommenseins. Abwesende Kinder oder neue Gruppenmitglieder bekommen die Möglichkeit sich vorzustellen oder werden beim Namen genannt. Dadurch entwickelt sich ein Gefühl der Zugehörigkeit und die Kinder lernen einander besser kennen. Selbiges sollte der Gruppenleiter und die Gruppenleiterin auch am Ende jeder Einheit wiederholen, d.h. alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen zusammenführen und eine immer bestehende Abschlussübung einführen. Dies kann ein Lied, eine Entspannungsübung oder ein kurzes Gespräch sein (Zimmer, 2012, S. 156).

7.5 Rolle des Psychomotorikers und der Psychomotorikerin

Der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin haben die Aufgabe, von Anfang an eine Beziehung zum Kind aufzubauen. Nur wenn Kinder ein gewisses Vertrauen aufgebaut haben, lässt sich Förderung wirklich umsetzen. Bei jeder Stunde ist es wichtig, dass der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin den Kindern die volle Aufmerksamkeit widmet. Bewegungsabläufe des Kindes werden genau beobachtet und die Auseinandersetzung mit dem Kind steht dabei im Mittelpunkt (Zimmer, 2012, S. 161-162). Da bei der psychomotorischen Stunde im Wasser nicht direkt das Baby oder Kleinkind die Anweisungen erhält, sondern diese über die Eltern vermittelt werden, ist es auch wichtig, eine gute Beziehung zu den Bezugspersonen der Kinder aufzubauen. Anweisungen müssen deutlich formuliert werden, sodass sie von den Eltern umgesetzt werden können (Graumann, 1996, S. 65). Selbst wenn die Übungen von Eltern umgesetzt werden und der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin nicht direkt an der Aktion beteiligt sind, muss er und sie präsent sein und für Fragen oder Anregungen bereitstehen.

Eine weitere Aufgabe liegt darin, die Kinder in ihrem Tun zu bestärken und wenn nötig zu unterstützen. Zusätzlich ist es wichtig, dass der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin erkennt, wo seine Hilfe gefragt ist und ob Kinder mit den Übungen unter- oder überfordert sind. Um passend reagieren zu können, sollte der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin den Gemütszustand jedes Kindes im Blick haben, um schnell reagieren zu können und eventuell Übungen zu anzupassen. Gerade in der sogenannten „Fremdelphase“ ist es für den Kursleiter wichtig zu erkennen, wie weit die Nähe zu einem Kind akzeptiert wird oder nicht (Zimmer, 2012, S. 162-163).

Der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin haben die Aufgabe, Eltern bei Übungen zu unterstützen und einzugreifen, wenn diese Hilfe brauchen. Dies kann beim Anlegen der Delphinscheiben sein oder bei der Umsetzung des richtigen Haltegriffs und er ist auch verantwortlich ein angenehmes Gruppenklima zu schaffen. Gefahren müssen rechtzeitig erkannt werden und die noch oft vorhandene Angst der Eltern gemildert werden. Übungen müssen so erklärt werden, dass Eltern den Sinn darin verstehen (Graumann, 1996, S. 69).

Auch der Aspekt der Ganzheitlichkeit, die in der Psychomotorik im Vordergrund steht, sollte den Eltern nähergebracht werden. Wenn Eltern solch einen Babyschwimmkurs besuchen, sind sie meist daran interessiert, die Entwicklung ihres Säuglings und Kleinkindes zu fördern. Daher ist es wichtig, dass der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin den Eltern unterschiedliche Möglichkeiten anbieten, wie sie ihr Kind bestmöglich fördern können. Hier können Spiele angeboten werden oder auch bewegungsfördernde Übungen gezeigt werden. Besonders im Wasser ist noch zu erwähnen, dass der enge Eltern-Kind Kontakt ein wichtiger Punkt in der Entwicklung des Kindes darstellt und darauf der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin speziell achten muss (Ahrendt, 2001, S. 55-56).

7.6 Positive Aspekte der psychomotorischen Förderung im Wasser

Wie auch schon in den Kapiteln zuvor beschrieben, hat das Wasser eine ganzheitliche positive Wirkung auf den Menschen. Nicht nur die Motorik und Wahrnehmung werden beim Baby- und Kleinkinderschwimmen gefördert, sondern auch der soziale Kontakt zur Bezugsperson wird während des Aufenthalts im Wasser bestärkt. Wichtig ist, die Spielsituationen an den Entwicklungsstand des Kindes anzupassen und dass das Erleben von Mutter und Kind im Vordergrund steht (Ahrendt, 2001, S. 71). Laut Graumann hat die regelmäßige Teilnahme am Baby- und Kleinkinderschwimmen eine positive Auswirkung auf die Entwicklung des Kindes. Gegenüber gleichaltrigen Babys, die nicht einen Baby- und Kleinkinderschwimmkurs besuchen, sind schwimmende Babys- und Kleinkinder in ihrer Entwicklung fortgeschritten. „Dieser Vorsprung wird erreicht durch Einflüsse auf die körperliche, geistige, seelische und soziale Entwicklung des Kindes“ (Graumann, 1996, S. 43).

8 Planung eines psychomotorischen Säuglings- und Kleinkinderschwimmkurses

Zuerst sollte man bei der Planung eines Säuglings- und Kleinkinderschwimmkurses überlegen, welche Ziele verfolgt werden und was die Kinder am Ende eines Kurses können sollten. Da die psychomotorische Förderung die Kinder in ihrer Ganzheit adressiert, steht hier nicht das Erlernen von einer Schwimmtechnik im Vordergrund, sondern das Einbeziehen aller Kinder und die Freude an der Bewegung. Bei der psychomotorischen Arbeit würde daher das offene Unterrichtskonzept passend sein, da Eltern sich mit ihren Kindern treffen, Spaß haben und der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin als Berater agieren. Diese Kurseinheiten sollten zwischen zehn bis fünfzehn Einheiten umfassen und gerade bei Säuglingen nicht länger als 30 bis 45 Minuten dauern. Die Gruppengröße umfasst etwa acht Kinder und deren Bezugspersonen. Bei der Planung eines Kurses sollte weiters bedacht werden, dass die Wassertemperatur zwischen 32 bis 33 Grad liegt, da es sonst nicht für das Baby- und Kleinkinderschwimmen geeignet ist. Die Gruppeneinteilung sollte so erfolgen, dass Kinder gleichen Alters in einer Gruppe sind. Auch hier muss aber berücksichtigt werden, dass Kinder gleichen Alters sich in der Entwicklung sehr unterscheiden können und die regelmäßige Teilnahme am Schwimmunterricht muss bei der Einteilung beachtet werden (Ahrendt, 2001, S. 75-76). Hat der Kursleiter eine passende Örtlichkeit gefunden wo der Schwimmkurs stattfinden kann, so sollte der Raum dafür einladend gestaltet sein und daher eignet es sich buntes Spielzeug in den Bädern aufzulegen, sodass die Angst vor dem Wasser und die neuen Gegebenheiten vom Baby leichter akzeptiert werden. Weiters sollte das Schwimmbad in den Umkleiden in angemessener Anzahl mit Wickeltischen ausgestattet sein. Wie bereits zuvor erwähnt, ist während des Kurses die Wassertemperatur sehr wichtig. Gerade zu Beginn sollte man aufpassen, dass dem Kind nicht kalt wird. Besonders Babys kühlen rasch ab und daher sollte der Kursleiter genau darauf achten, ob ein Kind sich nicht mehr im Wasser wohlfühlt und dementsprechend reagieren. Prinzipiell kann das Baby oder Kleinkind immer am Schwimmunterricht teilnehmen, mit Ausnahme von folgenden Erkrankungen: Ohrenentzündungen, Augenentzündungen, Durchfall, Fieber oder andere ansteckende Krankheiten. Hier darf das Kind nicht ins Wasser und sollte den Schwimmkurs nicht besuchen (Graumann, 1996, S. 77-79).

Beim Baby- und Kleinkinderschwimmen ist es außerdem wichtig, dass der Kursleiter die Übungen so plant, dass sie individuell und motivierend für das Kind sind. Gerade in der

Psychomotorik sind freie Bewegungsformen wie Bewegungslandschaften oder Bewegungsgeschichten eine gute Alternative zu herkömmlichen Übungen. Cherek organisiert seine Schwimmstunden nach einem fixierten Stundenkonzept (Cherek, 2008, S. 33).

Folgende Punkte werden in der Stunde behandelt, wobei man auf einzelne Bereiche mehr oder weniger eingehen kann:

- „Adaptionsphase,
- Überprüfung der Grifftechniken,
- Körperwahrnehmung,
- Bewegungsweckung,
- Einsatz von Geräten,
- Kräftigungsübungen,
- Ausklang“ (Cherek, 2008, S. 33).

9 Planung einer psychomotorischen Einheit mit Säuglingen im Wasser

Bei der Planung einer psychomotorischen Einheit mit Säuglingen im Wasser, wurden die erworbenen Kenntnisse aus den vorigen Kapiteln zur Orientierung eingebracht.

Die Einheit wurde konzipiert für eine Gruppe von sechs Kindern die etwa acht bis zehn Monate alt sind. Normalerweise ist in einer psychomotorischen Einheit eine Gruppengröße von circa zwei bis vier Kindern optimal, jedoch befindet sich in dieser Gruppe kein Kind mit einer Behinderung oder Entwicklungsauffälligkeit. Die Teilnahme der Eltern erleichtert dem Psychomotoriker und der Psychomotorikerin die Durchführung. Der Grund für die Teilnahme ist, das Kind in seiner Entwicklung zu unterstützen, Zeit mit ihm zu verbringen und andere Eltern kennenzulernen. Die Babys besuchen die Schwimmstunde mit einer Begleitperson. Während der Stunde befinden sich das Kind, die Eltern und auch der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin im Wasser. Die Kinder haben bereits Erfahrung im Wasser.

Das Thema der Stunde lautet: Die Weihnachtswelt

Vor der Stunde wurden folgende Zielsetzungen formuliert. Die Übungen wurden so gewählt, dass die Wahrnehmung, die Bewegung und der Körper im Mittelpunkt stehen:

- Kennenlernen des Materials, der Schwimmnudel
- Selbstständiges Fortbewegen im Wasser mit der Schwimmnudel
- Wiederholung und Festigung der Bauch- und Rückenlage
- Förderung der Eltern-Kind Beziehung

Folgende Materialien werden für die Stunde benötigt:

Materialien:

- dünne Matten
- Spielzeuggießkanne
- Schwimmnudel
- diverse Spielsachen
- Mossgummikugeln und Styroporplatte (Christbaum)
- Wasserplattformen

Da die Einheit eine ganzheitliche Förderung anstrebt, wird eine Bewegungslandschaft aufgebaut, die unterschiedlich lange und auch nach Wunsch des Kindes ausprobiert werden soll. Die Stationen sind so aufgebaut, dass möglichst viele Sinne angesprochen werden und das Kind laufend in Bewegung ist. Wichtig im Hallenbad ist zu beachten, dass kein Kind unbeaufsichtigt ist. Auch die Materialien werden vor Unterrichtsbeginn neben den Beckenrand gestellt, sodass nichts verloren geht. Um die Einheit genauer vorzubereiten, habe ich einen genauen Stundenverlauf geplant, wobei dieser je nach Gegebenheiten auch variieren kann.

Am Anfang jeder Stunde wird das Willkommenslied „Zeigt her eure Füße, zeigt her eure Schuh“ mit den Kindern gesungen sowie am Ende der Einheit das Abschlusslied „Auf Wiedersehen“. Die Liedtexte können dem Anhang entnommen werden.

Dieser Ablauf wiederholt sich in jeder Einheit aufs Neue. Die Planung der Einheit beläuft sich auf eine halbe Stunde. Gerade im Säuglingsalter ist es wichtig, den Badeaufenthalt nicht zu lange anzusetzen, da die Babys noch sehr schnell auskühlen. Daher ist eine halbe Stunde für Säuglinge ausreichend.

Das Motto der Stunde lautet: **Die Weihnachtswelt**

Aufbau der Stunde anhand einer Skizzenplanung

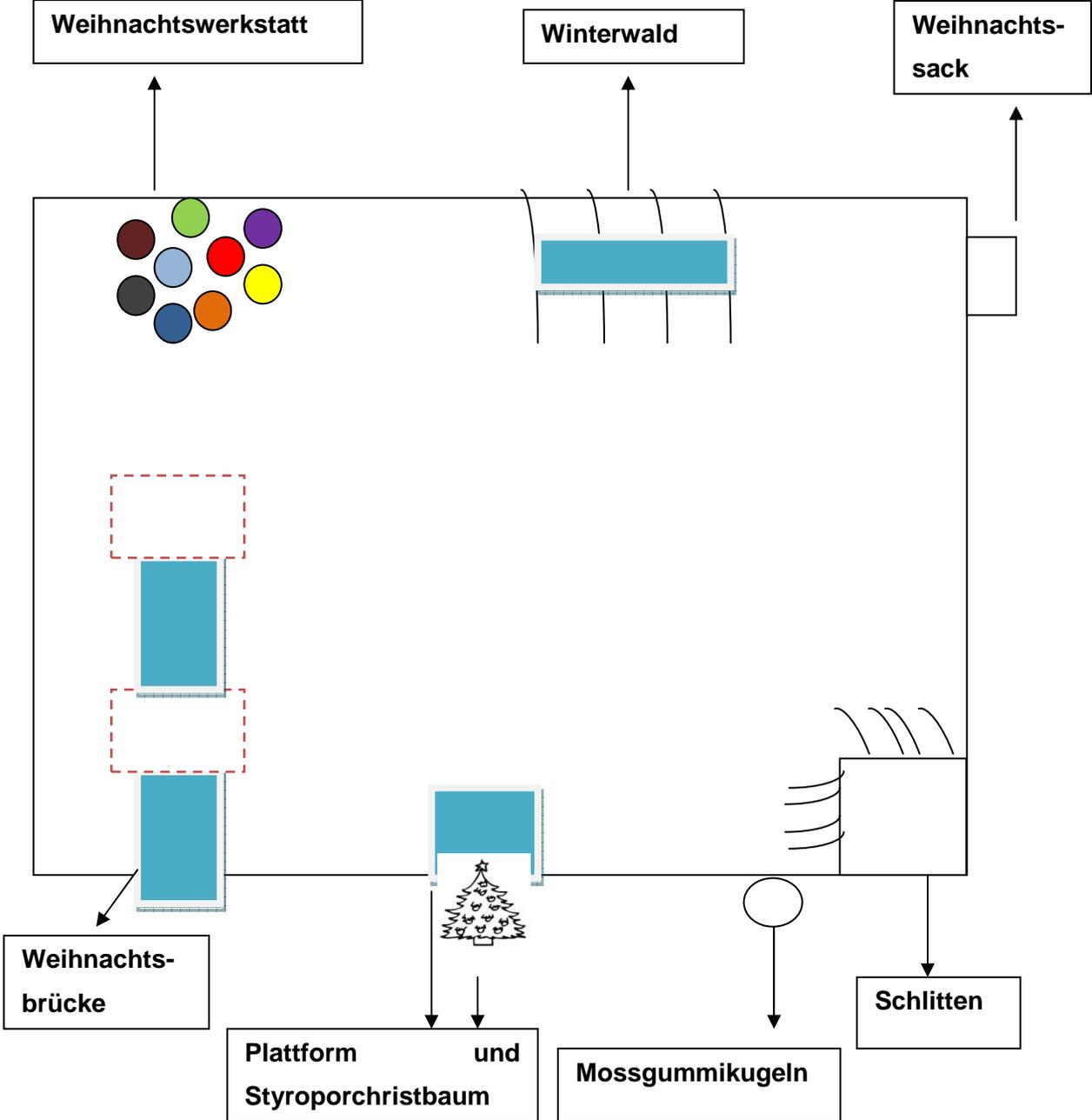


Tabelle 1: Stundenplanung für acht bis zehn Monate alte Babys

Zeit	Inhalte	Ziel der Übungen	Organisation	Methode
2 min	<p>Willkommenslied „Zeigt her eure Füße, zeigt her eure Schuh“</p> <p>Planschbewegungen; Strampelbewegungen;</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wassergewöhnung 2. Bewegung aktivieren 3. Eigenschaften des Wassers erleben 	<p>Eltern & Baby sitzen auf den Stufen des Beckenrandes.</p> <p>Eltern helfen bei den Bewegungen indem sie die Strampelbewegungen und das Plantschen mit dem Baby machen</p>	<p>Kontaktaufnahme mit dem Psychomotoriker und den anderen Kursteilnehmern</p>
25 min	<p>Die Weihnachtswelt erkunden</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Weihnachtsbrücke</i> (krabbeln, gehen, laufen) 2. <i>Winterwald</i> (in Rückenlage den Tunnel durchschwimmen) 3. <i>Weihnachtswerkstatt</i> (verschiedene Gegenstände in einen Sack werfen/geben) 4. <i>Schlittenfahrt</i> (Nudel dient als Schlitten; Moosgummikugeln werden von einem Korb zum Styroporchristbaum transportiert. <p>Alle Materialien die am Beckenrand stehen, dürfen von den Kindern benützt werden.</p>	<p>Verschiedene Bewegungen ausprobieren</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gleichgewicht und Balance finden; Körperspannung 2. Rückenlage üben und enger Kontakt zwischen Mutter-Kind 3. Grob- und Feinmotorik wird durch das Greifen geübt; Auge-Hand Koordination 4. Eigenbewegung des Kindes wird gefördert 	<p>Jede Übung kann je nach Interesse des Kindes ausprobiert werden.</p>	<p>Bei der Gleichgewichtsübung auf der Matte, müssen die Eltern darauf achten, dass das Kind immer auf der Matte bleibt.</p> <p>Der Kursleiter muss laufend die noch verbleibende Zeit ankünden, damit die Eltern wissen, wie viel Zeit sie für bestimmte Übungen haben.</p>
3 min	<p>Ausklang: Abschlusslied: „Auf Wiedersehen“</p>	<p>Alle Kinder & Eltern verabschieden sich voneinander</p>	<p>Kreis</p>	

10 Planung einer psychomotorischen Einheit mit Kleinkindern im Wasser

Bei der Planung einer psychomotorischen Einheit mit Kleinkindern im Wasser, ist im Vergleich zu einer Babyschwimmeinheit zu beachten, dass die Kleinkinder sich oft schon selbstständig im Wasser fortbewegen können. Übungen können zum Teil ohne Hilfe der Eltern und nur mit Auftriebshilfen durchgeführt werden.

Die Einheit wurde konzipiert für eine Gruppe von sieben Kindern die etwa zwischen zwei bis drei Jahre alt sind. Die Eltern besuchen mit ihrem Kind die psychomotorische Einheit im Wasser, um das Kind in der Entwicklung zu unterstützen, Zeit mit ihm zu verbringen und andere Eltern kennenzulernen. Auch in dieser Gruppe befindet sich kein Kind mit einer Behinderung oder Entwicklungsauffälligkeiten. Die Kleinkinder besuchen die Schwimmstunde mit einer Begleitperson, wobei diese nicht bei allen Übungen aktiv beteiligt ist. Während der Stunde befinden sich das Kind, die Eltern und auch der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin im Wasser. Die Kinder haben bereits Erfahrung im Wasser.

Vor der Stunde wurden folgende Zielsetzungen formuliert:

- Förderung des Selbstkonzeptes
- Bewegungsanregung
- Spaß an der Bewegung im Wasser

Folgende Materialien werden vor der Einheit neben dem Beckenrand hergerichtet, um während der Stunde unnötige Wartezeiten zu vermeiden und gegebenenfalls Materialien griffbereit zu haben.

Materialien:

- Rutsche
- Matten
- Delfinscheiben
- Rettungsring und Seil
- Verschiedene Bälle
- Kleiner Basketballkorb

Da die Einheit eine ganzheitliche Förderung anstreben soll, wird eine Bewegungslandschaft aufgebaut, die unterschiedlich lange und auch nach Wunsch des Kindes ausprobiert werden soll. Die Stationen sind so aufgebaut, dass möglichst viele Sinne angesprochen werden und das Kind laufend in Bewegung ist. Wichtig ist während des Aufenthaltes im Wasser zu beachten, dass kein Kind unbeaufsichtigt ist. Auch die Materialien werden vor Unterrichtsbeginn neben den Beckenrand gestellt, sodass nichts verloren geht. Um die Einheit genauer vorzubereiten, wurde ein Stundenverlauf geplant, wobei dieser je nach Gegebenheiten auch variieren kann.

Bei den Kleinkindern ist es wichtig, die Themen so auszuwählen, dass sie an die Erfahrungswelt des Kindes angepasst werden. In dem Alter zwischen zwei bis drei Jahren können sich die Kinder schon selbstständig an Land fortbewegen. Daher ist es wichtig Ihnen unterschiedliche Möglichkeiten im Wasser anzubieten, wo sie frei nach ihren Wünschen und Bedürfnissen wählen können. Für die psychomotorische Einheit im Wasser wurde daher eine Bewegungslandschaft unter dem Motto „Abenteuerspielplatz“ zusammengestellt. Spielplätze kennen die Kinder in diesem Alter bereits und eine Assoziation mit dem Begriff ist schon gegeben. Während der Stunde ist ein Psychomotoriker oder eine Psychomotorikerin anwesend, der/die die Kinder unterstützt oder gegebenenfalls eingreift. Die Eltern befinden sich auch im Wasser, wobei sie im Gegensatz zum Babyschwimmen eine passive Rolle einnehmen.

Am Anfang jeder Stunde wird das Willkommenslied „Auf der Donau will ich fahren“ mit den Kindern gesungen und auch das Abschlusslied „Auf Wiedersehen“, bleibt in jeder Einheit gleich. Die Liedtexte können dem Anhang entnommen werden.

Die Planung der Einheit beläuft sich auf eine halbe Stunde. Durch die intensive und aktive Bewegung reicht auch bei Kleinkindern eine halbe Stunde als Unterrichtseinheit aus.

Das Motto der Stunde lautet: **Der Abenteuerspielplatz**

Aufbau der Stunde anhand einer Skizzenplanung

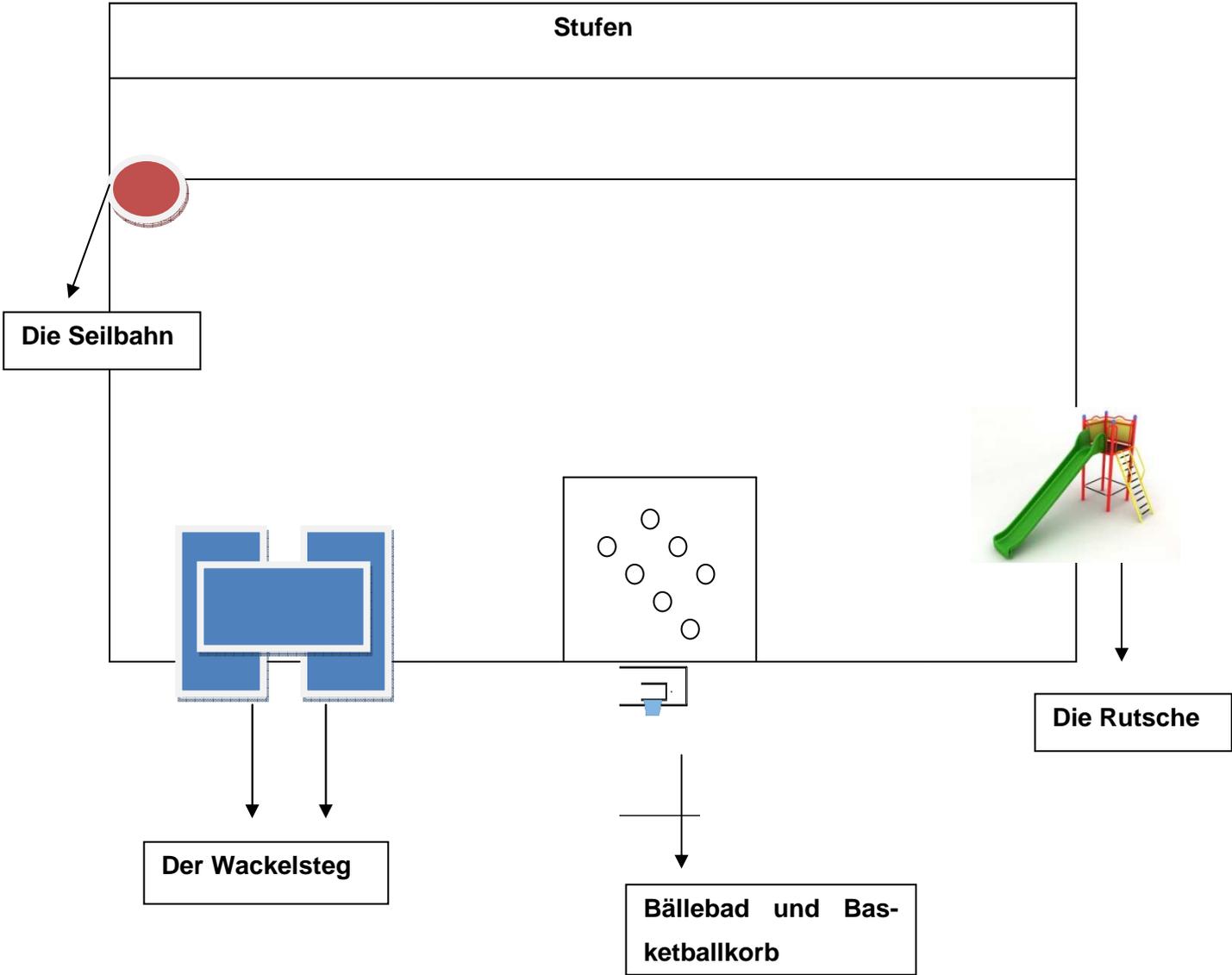


Tabelle 2: Stundenplanung für zwei bis drei jährige Kinder

Zeit	Inhalte	Ziel der Übung	Organisation	Methode
2 min.	<p><i>Begrüßungslied</i></p> <p>„Auf der Donau will ich fahren“</p> <p>Eltern halten das Kind im Hüftgriff und schwimmen auf den Psychomotoriker und die Psychomotorikerin zu und erhalten einen bunten Becher.</p> <p>Danach dürfen die Kinder sich mit dem bunten Becher bespritzen, übergießen...</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bewegung wird angeregt 2. Alle Kinder werden persönlich begrüßt 3. Mit dem Wasser in Kontakt kommen und auch Kopf nass machen 	<p>Eltern sitzen mit ihrem Kind auf der Treppe und schwimmen nacheinander im Hüftgriff los.</p>	<p>Eltern müssen bei dieser Übung aktiv mitmachen.</p>
25 min.	<p>Der Abenteuerspielplatz:</p> <p>Die Kinder werden befragt, ob sie schon einmal auf einem Spielplatz waren?</p> <p>Danach wird der Abenteuerspielplatz den Kindern erklärt.</p> <p><i>1. Die Rutsche</i></p> <p>(in verschiedenen Positionen rutschen)</p> <p><i>2. Der Wackelsteg</i></p> <p>(Über den Steg, klettern, laufen, springen, krabbeln,...)</p> <p><i>3. Die Seilbahn</i></p> <p>(Das Kind hält sich an einem Rettungsreifen fest und wird durch das Wasser gezogen)</p>	<p>Erfahrungssammlung und gemeinsames überlegen.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Überwindung und Ausprobieren von unterschiedlichen Möglichkeiten; Eintauchen in das Wasser 2. Wahrnehmung des wackeligen Untergrunds und halten des Gleichgewichts 3. Wasserwiderstand spüren <p>Festhalten an Gegenständen</p>	<p>Die Kinder sitzen auf den Stufen.</p> <p>Die Rutsche muss von den Eltern gesichert werden.</p> <p>Psychomotoriker und Psychomotorikerin unterstützt das Kind bei allen Übungen im Wasser</p>	<p>Auf mögliche Gefahren muss geachtet werden.</p> <p>Unterschiedliche Arten des Rutschens soll den Kindern ermöglicht werden.</p>

	<p><i>4. Bällebad</i></p> <p>(Die Kinder müssen versuchen, die Bälle in einen kleinen Basketballkorb zu werfen)</p>			<p>Delfinscheiben werden bei dieser Übung angelegt.</p>
<p>3 min.</p>	<p>Was hat dir an dem Abenteuerspielplatz am besten gefallen?</p> <p>Abschlusslied „Auf Wiedersehen“</p>	<p>Reflexion der Einheit.</p> <p>Abschlussritual</p>	<p>Abschlusskreis</p>	<p>Jedes Kind soll zu Wort kommen.</p>

11 Diskussion

Mit der vorliegenden Masterarbeit und der damit verbundenen Planung einer psychomotorischen Stunde für Babys und Kleinkinder ist es gelungen, Erkenntnisse zur Förderung der kindlichen Entwicklung anhand von psychomotorischen Angeboten im Wasser darzulegen. Vor allem die kindliche Entwicklung und die daraus resultierenden Konsequenzen für die Planung einer psychomotorischen Einheit im Wasser wurden genau ausgearbeitet. Erwartungsgemäß konnte festgestellt werden, dass eine ganzheitliche Unterrichtsform die Entwicklung des Kindes positiv unterstützen kann. Dies beeinflusst aber nicht nur die körperliche, geistige oder motorische Entwicklung sondern auch die soziale Entwicklung wird dadurch gefördert.

In meiner abschließenden Diskussion möchte ich die wichtigsten Erkenntnisse zusammenfassen und auf die am Anfang dieser Arbeit festgelegte Forschungsfrage eingehen.

Diese lautet:

Wie kann die Entwicklung des Säuglings und Kleinkinds durch psychomotorische Angebote im Wasser unterstützt werden?

Aufgrund zahlreicher Recherchen kann gesagt werden, dass psychomotorische Angebote beim Baby- und Kleinkinderschwimmen sich positiv auf die Entwicklung des Kindes auswirken, solange man das Kind in seiner Ganzheit betrachtet und die Übungen dem Entwicklungsstands des Kindes anpasst.

Dabei muss die körperliche, geistige, seelische und soziale Entwicklung des Kindes im Vordergrund jeder Übung stehen. Um ein Kind fördern zu können, muss zuerst eine positive Beziehung zwischen dem Psychomotoriker und der Psychomotorikerin und dem Kind aufgebaut werden. Ist dies geschehen, so können die besonderen Eigenschaften des Wassers, wie der Auftrieb, der Wasserdruck oder der Wasserwiderstand genutzt werden um dem Kind zu ermöglichen, seinen Körper zu spüren und wahrzunehmen. Durch die unterschiedlichen Angebote des Psychomotorikers und der Psychomotorikerin wird das Kind vermehrt zur Bewegung angeregt. Das Kind lernt durch Ausprobieren, wie Bewegungen am effektivsten durchgeführt werden. Das Gleichgewicht wird dabei verbessert und auch die frühzeitige Förderung der Geschicklichkeit und Koordination findet statt.

Durch die freie Wahl die das Baby- und Kleinkind während der psychomotorischen Einheit im Wasser erfährt, wird die Selbstbestimmung gefördert. Materialien werden dem Kind zur Verfügung gestellt, jedoch liegt es in seiner Entscheidung, wie, womit und wie lange es

sich damit beschäftigen möchte. Die Wahrnehmung steht dabei im Vordergrund und dieser Prozess ist wichtig für die Vernetzung des Gehirns.

Auch die Gruppe in der sich das Baby- oder Kleinkind während der psychomotorischen Einheit im Wasser befindet, trägt zur sozialen Entwicklung bei. Schon sehr früh lernen die Kinder, mit anderen Kindern zu spielen und in Kontakt zu treten. Dies fördert nicht nur den Kontakt zu Gleichaltrigen sondern stärkt auch das Selbstbewusstsein. Auch die Beziehung zwischen der Bezugsperson und dem Kind wird durch den intensiven Körperkontakt gefördert. Besonders wenn der Psychomotoriker und die Psychomotorikerin Übungen und Spiele anbietet, die diesen sozialen Kontakt fördern.

Es kann also gesagt werden, dass ein psychomotorisches Angebot im Wasser sowohl zur positiven Entwicklung der motorischen, physiologischen und sozialen Entwicklung beiträgt und das Kind dadurch seine Persönlichkeit entfalten kann. Wichtig ist noch anzumerken, dass dies nur möglich ist, wenn Kinder regelmäßig die psychomotorische Einheit im Wasser besuchen.

Da die Psychomotorik im Wasser ein noch eher unerforschtes Gebiet ist, war es relativ schwer, geeignete Studien oder Literatur zu finden. Daher habe ich mich zuerst in meiner Arbeit der Psychomotorik im Allgemeinen gewidmet und bin dann näher auf das Baby- und Kleinkinderschwimmen eingegangen. Um das Thema zusammenzuführen, waren die Publikationen von Cherek sehr hilfreich. Anhand der erworbenen Erkenntnisse wurden zuletzt zwei Stundenbilder für eine Baby- und eine Kleinkinderschwimmstunde geplant. Um genauere Erkenntnisse der Entwicklungsfortschritte durch psychomotorische Angebote beim Baby- und Kleinkinderschwimmen zu erlangen, wäre es wichtig, die Teilnehmer über einen längeren Zeitraum zu beobachten und auch gegebenenfalls eine Elternbefragung über die Entwicklung des Kindes durchzuführen. In meiner Arbeit orientierte ich mich vor allem an den Studien von Cherek, Graumann und Ahrendt, die die Entwicklung des Kindes durch Baby- und Kleinkinderschwimmen bereits untersucht haben. Beim Vergleich dieser Studien war zu erkennen, dass alle Autoren der Meinung waren, dass das Baby- und Kleinkinderschwimmen sich positiv auf die ganzheitliche Entwicklung des Kindes auswirkt. Weiter kann festgehalten werden, dass die Ziele des Baby- und Kleinkinderschwimmens sich mit dem Gedankengut der Psychomotorik überschneiden. Kinder sollen nach den Zielen und Inhalten des Baby- und Kleinkinderschwimmens ganzheitlich in ihrer Entwicklung unterstützt werden. Allein der Unterschied der Aufbereitung des Unterrichts und des Hinarbeitens zur richtigen Atmung und Rückenlage unterscheidet eine normale Baby- und Kleinkinderschwimmstunde von einer Psychomotorikstunde im Wasser. Vertritt die Psychomotorik eher die Idee des offenen und freien Unterrichts sowie die individuelle

Beteiligung und Lernerfolg, so werden beim Baby- und Kleinkinderschwimmen vorgegebene Übungen für die gesamte Gruppe durchgeführt.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die vorliegende Arbeit die Bereiche Körper, Wahrnehmung und Bewegung durch den Einfluss von psychomotorischen Angeboten beim Baby- und Kleinkinderschwimmen im Wasser untersucht. Ebenfalls wurde im Rahmen dieser Masterarbeit ausgearbeitet, wie psychomotorische Angebote im Wasser sich auf die unterschiedlichen Entwicklungsbereiche des Kindes auswirken. Um weitere Erkenntnisse in diesem Bereich zu erwerben, wäre eine empirische Untersuchung und Befragung der Eltern und des Psychomotorikers und der Psychomotorikerin sinnvoll. Hier besteht in Zukunft ein weiterer Forschungsbedarf.

12 Zusammenfassung

Im Rahmen dieser Masterarbeit erfolgte eine intensive Auseinandersetzung mit dem Thema Psychomotorik und wie psychomotorische Angebote beim Säuglings- und Kleinkinderschwimmen die Bereiche Wahrnehmung, Bewegung und Körper fördern können.

Die Psychomotorik hat sich zum Ziel gesetzt, das Kind durch die Bewegung ganzheitlich zu fördern. Hier ist es wichtig, dass das Kind zum selbstständigen Tun angeregt wird und seine eigenen Ressourcen kennenlernt und nutzt. Auch der Kontakt zu anderen Kindern hilft dabei, das Selbstbewusstsein zu stärken und ein positives Selbstbild zu erlangen. Daher stehen auch die Sozialerfahrung, Materialerfahrung und Selbsterfahrung in der psychomotorischen Arbeit im Vordergrund (Zimmer, 2012, S. 23).

Auch in der Frühförderung wird das Konzept der Psychomotorik angeboten und gerade da ist es wichtig, denn die Entwicklungspsychologie geht davon aus, das Lernen im Säuglings- und Kleinkindesalter durch Bewegung stattfindet (Eggert, 2008, S. 23).

Ein weiterer Teil dieser Arbeit befasst sich mit dem Thema Baby- und Kleinkinderschwimmen. Das Baby- und Kleinkinderschwimmen erfährt immer größerer Beliebtheit und man kam zu der Erkenntnis, dass das Element Wasser zur Bewegungsförderung eingesetzt werden kann, da Kinder bereits Bewegungsabläufe umsetzen können, die an Land noch nicht möglich sind. Dies liegt an der dreidimensionalen Bewegungsmöglichkeit im Wasser (Ahrendt, 2001, S. 14-15). Durch eine regelmäßige Teilnahme am Baby- und Kleinkinderschwimmkurs kann ein Entwicklungsvorsprung gegenüber gleichaltrigen Babys und Kleinkindern, die nicht regelmäßig schwimmen gehen, beobachtet werden. Das Wasser wirkt sich besonders positiv auf die Atmung, den Kreislauf, die Muskulatur und das Skelett des Kindes aus (Graumann, 1996, S. 43). Auch der Kontakt mit der Bezugsperson während der Schwimmstunde ist ein wichtiger Faktor und unterstützt den Entwicklungsprozess des Kindes (Ahrendt, 2001, S. 41-47). Das Baby- und Kleinkinderschwimmen hat zum Ziel, Kindern ein wohltuendes Erlebnis im Wasser zu ermöglichen, die Rückenlage näher zu bringen die auch der Selbststreckung dient und die Kinder zum Schwimmen zu motivieren (Boszotta, 2014, S. 6).

Führt man diese beiden großen Themen zusammen, so kommt man zu dem Entschluss, dass psychomotorische Angebote im Wasser die Entwicklung nur positiv beeinflussen, wenn die Voraussetzungen des Kindes bei den Übungen berücksichtigt werden und das Übungsangebot individuell und nach freiem Interesse für jedes Kind durchführbar ist. Hier hat der Psychomotoriker oder die Psychomotorikerin die Aufgabe, Übungen so auszuwäh-

len, dass Kinder nicht über- oder unterfordert sind (Ahrendt, 2001, S. 93-94). Durch die selbstgesteuerte aktive Bewegung des Kindes werden Bewegungen wiederholt und dadurch verbessert sich nicht nur die Bewegung sondern auch die Muskulatur (Cherek, Hausmann, 1993, S. 563-565). Jedoch haben psychomotorische Angebote im Wasser nicht zum Ziel, Kinder in ihrem Schwimmkönnen zu fördern. Die Psychomotorik ist nämlich der Meinung, dass Kinder erst ab circa 3 1/2 Jahren Bewegungen aus dem Langzeitgedächtnis abrufen können und es zuvor keinen Nutzen für das Kind hat, richtige Schwimmbewegungen zu erlernen (Cherek, o.J., S. 8).¹⁰

Materialien finden oft Anwendung beim Baby- und Kleinkinderschwimmen im Wasser. Eine Möglichkeit ist die Matte, die gerne zum Einsatz kommt, da sie zum Krabbeln, Schaukeln und Gehen übers Wasser geeignet ist. Die Matte kann weiters auch für Entspannungsübungen eingesetzt werden. Hier kann das Kind seinen Körper wahrnehmen und sich an die Gegebenheiten anpassen (Cherek, 2008, S. 39).

Vergleicht man die erworbenen Erkenntnisse mit der Aussage von Graumann, so kann man erkennen, dass sich diese deckt. Graumann sagt darin wie folgt, dass ein Entwicklungsvorsprung gegenüber Gleichaltrigen nur erreicht werden kann „durch Einflüsse auf die körperliche, geistige, seelische und soziale Entwicklung des Kindes“ (Graumann, 1996, S. 43)

Abschließend kann gesagt werden, dass das Baby- und Kleinkinderschwimmen bereits viele psychomotorische Ansätze in den Schwimmunterricht integriert, jedoch der Stundenablauf und die Zielsetzung eines Kurses sich von einem psychomotorischen Kurs im Wasser unterscheidet.

¹⁰ [Zugriff am 7. Dezember 2015 unter http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/psychomotorik.pdf](http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/psychomotorik.pdf)

Literaturverzeichnis

- Ahr, B. (1993). *Schwimmen mit Babys und Kleinkindern. Spielerische Übungen zur frühzeitigen Bewegungsförderung im Wasser*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag.
- Ahrendt, L. (2001). *Säuglingsschwimmen und kindliche Entwicklung. Theorie und Praxis des Eltern-Kind-Schwimmens im ersten Lebensjahr*. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Austrian Babyswim Association (o. J.). Die Kurse. Zugriff am 13. Dezember 2015 unter <http://www.austrianbabyswim.at/babyschwimmen.html>
- Ayres, J. A. (1984). *Bausteine der kindlichen Entwicklung. Die Bedeutung der Integration der Sinne für die Entwicklung des Kindes*. Berlin, Heidelberg, New York, Tokyo: Springer-Verlag.
- Boszotta, A. (2014, Oktober). *InstruktorInnen Ausbildung Baby und Kleinkinderschwimmen*. Vortrag zum Babyschwimmen Modul 1 Basisseminar, Linz.
- Cherek, R. (1989). Körperwahrnehmung im Wasser. *Praxis der Psychomotorik*, 14(2), 80-86.
- Cherek, R. (o. J.). Psychomotorik im Wasser. Zugriff am 7. Dezember 2015 unter <http://www.cherek.de/aufsaetze/psychomotorik.pdf>
- Cherek, R. (o. J.). Psychomotorische Förderung durch Säuglings- und Kleinkinderschwimmen. Zugriff am 9. Dezember 2015 unter <http://www.cherek-reiner.de/mediapool/116/1169702/data/fruhforderung.pdf>
- Cherek, R. (2008). Säuglings- und Kleinkinderschwimmen als Mototherapie. In Deutsche Schwimmjugend (Hrsg.), 5. *Fachtagung Säuglings- und Kleinkinderschwimmen. 06./07. Oktober 2007 in Köln* (S. 28-41). Hamburg: Books on Demand GmbH
- Cherek, R. & Hausmann, G. (1993). Kann das Säuglings- und Kleinkinderschwimmen eine wirksame Therapie sein? *Krankengymnastik*, 45(5), 561-575.
- Eggert, D. (2008). *Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung*. Dortmund: Löer Druck GmbH.
- Enning, C. (1995). *Erlebnis Wassergeburt. Ratgeber für Eltern und Geburtshelfer*. Köln: Vgs Verlagsgesellschaft.
- Fischer, K. (2001). *Einführung in die Psychomotorik* (3. Auflage). München: Reinhardt.
- Graumann, D. (1996). *Babyschwimmen. Ein Fachbuch für Schwimmlehrer und Eltern zur Förderung einer gesunden Entwicklung unserer Kinder*. Flintbek: Sportbuch-Verlag Wolf Pflesser.
- Kempf, H. (1990). *Gesund und aktiv im Wasser - Übungsbeispiele für Kursleiter und alle, die aktiv etwas für ihre Gesundheit tun wollen*. Celle: Phl-Verlag.
- Kiphard, E. (2001). *Motopädagogik*. Dortmund: Verlag modernes lernen.

- Meinel, M. & Schnabel G. (2007). *Bewegungslehre Sportmotorik. Abriss einer Theorie der sportlichen Motorik unter pädagogischem Aspekt*. Aachen u. a.: Meyer & Meyer Verlag.
- Morgan, E. (1988). *Kinder des Ozeans. Der Mensch kam aus dem Wasser*. Augsburg: Goldmann Verlag.
- Odent, M. & Johnson, J. (1994). *Wir sind alle Kinder des Wassers*. München: Kösel-Verlag GmbH & CO.
- Piaget, J. & Inhelder, B. (1972). *Die Psychologie des Kindes*. Olten: Walter-Verlag.
- Raabe-Oetker, A. (1998). *Spiel und Spaß im Wasser- Babyschwimmen*. Niederhausen: Falken Verlag.
- Reth, C. (2015). *Bessere Frühförderung durch psychomotorische Entwicklungsförderung im Wasser*. Hamburg: Diplomica Verlag GmbH.
- Schilling, F. (1986). Zur Situation von Psychomotorik-, Motopädagogik- und Mototherapie. *Der Kinderarzt*, 1(5), 726-735.
- Schulz, M. (1999). *Bewegen und Bewegtsein im Wasser. Prävention und Therapie*. München: Richard Pflaum Verlag GmbH & Co.
- Voglsinger, J. (2004). Bewegungsräume als Lernräume. Grundlagen, Praxis und Perspektiven der „Bewegten Klasse“ und der psychomotorischen Förderung. In S. Kuntz & J. Voglsinger (Hrsg.), *Humor, Phantasie und Raum in Pädagogik und Therapie. Zum 80. Geburtstag von Prof. Dr. Ernst J. Kiphart* (S. 73-96). Dortmund: Verlag modernes lernen.
- Wilke, K. (2007). *Schwimmenlernen für Kinder und Erwachsene*. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Woolfolk, A. (2008). *Pädagogische Psychologie*. München: Print Consult GmbH.
- Zimmer, R. (2012). *Handbuch Psychomotorik. Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung* (13. Gesamtauflage). Freiburg im Breisgau: Verlag Herder GmbH.
- Zimmer, R. (1996). *Motorik und Persönlichkeitsentwicklung bei Kindern. Eine empirische Studie zur Bedeutung der Bewegung für die kindliche Entwicklung*. Schorndorf: Verlag Hoffmann.
- Zinke-Wolter, P. (1991). *Spüren-Bewegen-Lernen. Handbuch der mehrdimensionalen Förderung bei kindlichen Entwicklungsstörungen*. Dortmund: Borgmann Publishing.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Dimensionen menschlichen Seins (mod. n. Voglsinger, 2004, S. 74)..... 9

Abbildung 2: Diagramm der Wahrnehmung (mod. n. Zinke-Wolter, 1991, S. 65)..... 20

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Stundenplanung für acht bis zehn Monate alte Babys..... 51

Tabelle 2: Stundenplanung für zwei bis drei jährige Kinder 55

Anhang

Begrüßungslied „Zeigt her eure Füße, zeigt her eure Schuh“

Zeigt her eure Füße, zeigt her eure Schuh, und schauet den fleißigen Babyschwimmern zu, sie strampeln, sie strampeln, sie strampeln den ganzen Tag, sie strampeln, sie strampeln, sie strampeln den ganzen Tag. Zeigt her eure Füße, zeigt her eure Schuh... sie pendeln – sie hüpfen - sie schwimmen

Abschlusslied „Auf Wiedersehen“

Auf Wiedersehen, auf Wiedersehen, sagen alle Kinder.

Große Kinder, kleine Kinder, dicke Kinder, dünne Kinder.

Auf Wiedersehen, auf Wiedersehen, sagen alle Kinder.

Abschlusslied „ Auf der Donau will ich fahren“

Auf der Donau will ich fahren, hab ein Schiffein gesehen und das Schiffein heißt ... und ... und sie dürfen sich jetzt drehen. Tralalalalalala, tralalalalala, tralalalalalala, tralalalalala.