

Rezension

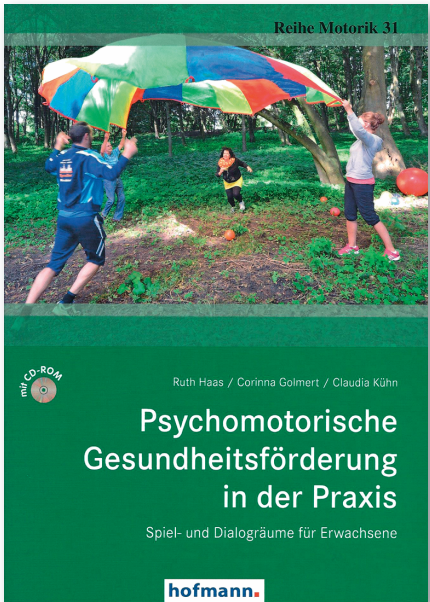
Ruth Haas, Corinna Golmert, Claudia Kühn: Psychomotorische Gesundheitsförderung in der Praxis. Spiel- und Dialogräume für Erwachsene. Hofmann Verlag, Schorndorf, 2014, 176 Seiten, € 21,90 (D)

In dem vorliegenden Buch wird mit konkreten Umsetzungsbeispielen dargestellt, wie Spiel- und Dialogräume in psychomotorischer Gesundheitsförderung für Erwachsene geschaffen werden können, um gesundheitliche Schutzfaktoren und Ressourcen zu stärken. Die Autorinnen wenden sich dabei an PraktikerInnen, die bereits in der psychomotorischen Praxis mit Erwachsenen arbeiten oder dies beabsichtigen.

Im ersten Kapitel werden einleitend grundlegende Begriffe definiert und die Nutzung des Buches beschrieben. Kapitel zwei führt in die psychomotorische Gesundheitsförderung ein und thematisiert vier zentrale, für die praktische Arbeit handlungsleitende Grundannahmen. Anschließend wird auf die Gesundheit im Erwachsenenalter eingegangen. Hierbei beziehen sich die Autorinnen auf gesetzliche Rahmenbedingungen, das Gesundheitsverständnis und insbesondere auf gesundheitliche Schutzfaktoren, die für die psychomotorische Gesundheitsförderung eine zentrale Grundlage bilden. Des Weiteren wird die Entwicklung im Erwachsenenalter beleuchtet und anschließend mit dem Thema Gesundheit verknüpft. Das Kapitel schließt mit einem von Haas im Jahre 1999 entwickelten multifaktoriellen Gesamtbild, welches auf Themen für Angebote psychomotorischer Gesundheitsförde-

rung basiert. Es werden erste Hinweise für die methodisch-didaktische Umsetzung gegeben. Den Autorinnen gelingt es hier, aus den theoretisch dargestellten Überlegungen wesentliche Aspekte für psychomotorische Gesundheitsförderung abzuleiten. Im nächsten Kapitel werden erst allgemein und dann auf psychomotorische Gesundheitsförderung bezogen methodische Hinweise für eine bewegungsorientierte Arbeit mit Erwachsenen gegeben. Mithilfe der Begriffe Prozessorientierung und Intuition heben die Autorinnen die psychomotorische Arbeit hervor, verdeutlichen die Abhängigkeit der verbalen Anleitung von der Vorgehensweise und stellen die Phasen der psychomotorischen Angebote dar, bei denen die Autorinnen auf ein klassisches Modell mit einer Drei-Phasen-Einteilung zurückgreifen.

Im letzten Unterkapitel wird nach der Definition von Bewegungsthemen methodisch dargestellt, dass diese anhand entsprechender Bewegungsaufgaben umgesetzt werden können. Die theoretischen Grundlagen werden neben gut ausgewählten Zitaten aus Fachliteratur und Visualisierungen zentraler Inhalte, wie zum Beispiel die Abbildungen und Tabellen, durch Hilfsmaterial in Form von Arbeitsblättern vermittelt. In jedem Kapitel wird das Symbol des »Schreibblocks« gewählt, um konkret auf entsprechende Arbeitshilfen, die



sich auf der CD anhand von nummerierten Arbeitsblättern befinden, hinzuweisen. Die Verwendung der Arbeitsblätter im Buch ist zum Teil nicht chronologisch, aber durch die verwendeten Hinweistexte nachvollziehbar.

Im Hauptteil widmen sich die Autorinnen ausführlich auf über 100 Seiten den Praxisbeispielen, die auf den Erfahrungen der Verfasserinnen beruhen. Es werden drei übergeordnete Bewegungsthemen in den Mittelpunkt gestellt, die auf die drei Erfahrungsbereiche der Psychomotorik zurückzuführen sind und zu denen mehrere Unterthemen in ihrer Umsetzung aufgezeigt werden. Alle dargestellten Bewegungsthemen folgen einer einheitlichen Struktur mit Angaben zum Bewegungsthema, zur Aufgabe, zum Material, zu Raum- und Sozialformen, zur verbalen Anleitung, zu Reflexionsfragen und zu Hinweisen. Die Ausführ-

rungen und die Vorgehensweise sind durch klare Übungsbeschreibungen und die Verwendung von entsprechenden Fotos gut verständlich und nachvollziehbar. Die Beispiele sind eine vielfältige und gute Sammlung von Bewegungsaufgaben und -situationen und nach drei übergeordneten Bewegungsthemen nacheinander dargestellt. Der Bezug zum bereits dargelegten Phasenmodell bleibt unberücksichtigt.

Die Kapitel des Buches bauen aufeinander auf, sodass es besonders für

Neueinsteiger in die psychomotorische Arbeit mit Erwachsenen sinnvoll ist, die Inhalte vom Anfang beginnend nacheinander durcharbeiten. Je nach Interessensschwerpunkt des Lesers sind jedoch auch einzelne Kapitel inhaltlich gut zu verwenden. Insgesamt ist es ein sehr praxisorientiertes Buch, das die theoretischen Grundlagen und Vorgehensweisen der psychomotorischen Gesundheitsförderung aus der Fachliteratur präzise darstellt und diese in die Praxis transferiert. Es gibt

eine gute Orientierung, welche Themen in der Gesundheitsförderung betrachtet und wie diese konkret in psychomotorischen Settings umgesetzt werden können. Damit dient es hervorragend zur Begründung der praktischen Arbeit und ist sowohl für den erfahrenen Psychomotoriker als auch für den Berufseinsteiger mit psychomotorischem Hintergrundwissen zu empfehlen.

Stephanie Bahr

DOI 10.2378 / motorik2014.art25d

Linktipp

Unterricht in Bewegung – Materialien für die Grundschule

In der Publikation »Unterricht in Bewegung: Materialien für die Grundschule« finden Lehrerinnen und Lehrer vielfältige und erprobte Anregungen, um Lernen und Bewegung miteinander zu verknüpfen. Die Publikation greift zwei Entwicklungen auf, die zunehmend Einfluss auf die Gestaltung von Schule nehmen sollten. Zum einen geht es darum, Kindern im Grundschulalter mehr Bewegungsanlässe zu bieten und damit der grundlegenden Bedeutung von Bewegung für eine gesunde kindliche Entwicklung Rechnung zu tragen. Zum anderen bieten neuere Erkenntnisse der Lehr-Lern-Forschung und der

Psychomotorik Anlass, gezielt Möglichkeiten zu erschließen, das Erlernen von fachlichen Inhalten auch über Bewegung zu unterstützen.

Die Unterrichtsvorschläge zu den drei großen grundschulpädagogischen Lernbereichen Deutsch, Mathematik und Sachunterricht werden als Module angeboten. So können Lehrerinnen und Lehrer die konkreten Anregungen an die Lernvoraussetzungen ihrer Klasse anpassen. Viele der Übungen und Materialien lassen sich sowohl als Einstieg in ein Thema als auch für die Erarbeitung und Vertiefung nutzen.

Die Publikation »Unterricht in Bewe-

gung: Materialien für die Grundschule« kann online als pdf-Dokument abgerufen werden: <http://www.bzga.de/infomaterialien/unterrichtsmaterialien/nach-themen/?idx=2344>

In Papierform kann sie bestellt werden bei der BZgA unter der Bestellnummer 20520000 per Online-Bestellsystem, per E-Mail unter order@bzga.de sowie per Fax unter +49(0)221 / 8992-257.

Quelle: <http://www.bzga.de/infomaterialien/unterrichtsmaterialien/nach-themen/?idx=2344>