

Bewegung und Selbstwirksamkeit



Starttag «Erfahrungsräume für Purzelbäume», 27. August 2022

27.08.2022

Susanne Störch Mehring / Dominique Högger, Pädagogische Hochschule FHNW

Kurze Pause (5') und Leseauftrag (10')

Text: Renate Zimmer (2015). Das Glück der gelungenen Tag.

Bitte lesen Sie die Seiten 4 bis 6 (bis Abschnitt: 'Die eigene Tätigkeit kontrollieren')

Stellen Sie sich bitte folgende Fragen:

- Gibt es Aussagen im Text, die Sie überrascht haben?
- Worin bestärkt Sie der Text?

Austausch

- 2er oder 3er-Gruppen: Vergleichen Sie Ihre Antworten
- Plenum: offene Fragen oder Bemerkungen

Wie entsteht Selbstwirksamkeit? Die Einschätzung eigener Wirksamkeit entsteht in der frühen Kindheit und verändert sich lebenslang durch die Erfahrungen, die ein Mensch macht.

Kinder mit einer wenig ausgeprägten Selbstwirksamkeitsüberzeugung neigen dazu, das Schulklima als negativ zu empfinden, wenig soziale Eingebundenheit und Anerkennung zu erfahren, was zu Rückzug und Zukunftsängsten führen kann.

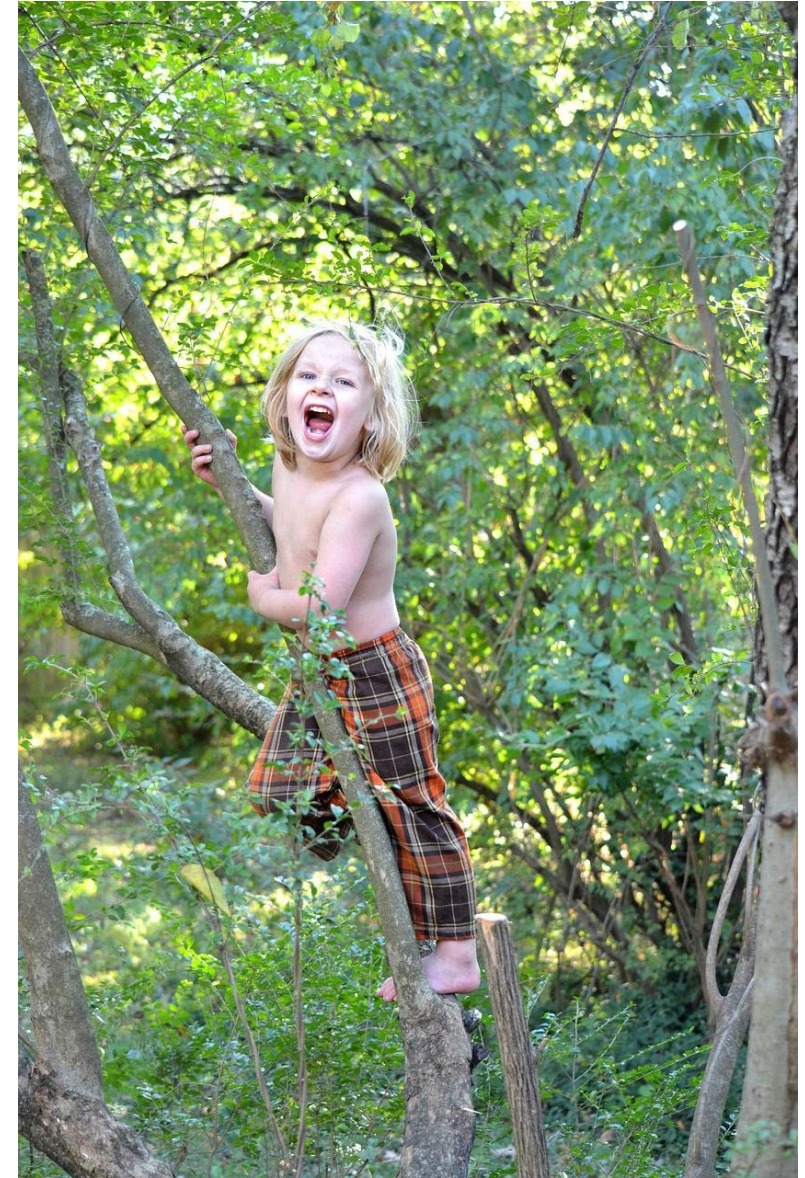
Müller (2012, S. 4 & 6)

Bewegung und Selbstwirksamkeitserleben

- Erfahrungen über Körper und Sinne
- Urheber von Handlungen (Entwicklung Selbst)
- Können und Nicht-Können: Grenzen und Fähigkeiten

*«über körperliche Erfahrungen gelangt das Kind zu
Überzeugungen und Einstellungen zur eigenen Person»*

(Zimmer 2015)



Förderung Selbstwirksamkeitsentwicklung

- Raum für Selbstständigkeit
- Zeit und Offenheit für eigene Lösungen
- Passung der Aufgaben (Anspruch und Können)
- Begleitung und Feedback



Handlungsthemen freier Spiel- und Bewegungsangebote

Wirkungen wahrnehmen und sich selbst zuschreiben	Freude an elementaren Ursache-Erfahrungen erleben	aktiv und initiativ sein
sich Ziele setzen	sich Wege zur Zielerreichung suchen	Die Aufgabenschwierigkeit und die Aufgabenauswahl den eigenen Fähigkeiten anpassen
Leibliche und motorische Handlungsmöglichkeiten ausprobieren	Grenzen der eigenen Möglichkeit erfahren und akzeptieren	Bewegungsmöglichkeiten spüren, die trotz vorhandener Störungen oder Einschränkungen möglich sind
Bewegungstechniken erlernen	die eigene Kreativität in der Bewegung entdecken	etwas leisten und Leistungen steigern
die materiale Welt handhaben	mit Materialien gestalten, kombinieren, verändern, planen	sich Bewegungssituationen aufbauen und abbauen
Material sachgerecht behandeln	mit der veränderten materialen Welt umgehen	(Sport)Techniken selbstbestimmt erlernen

(Schulz 2015, S.113)

Selbstwirksamkeit



Handlungsfähigkeit

Wandern in den Bergen –



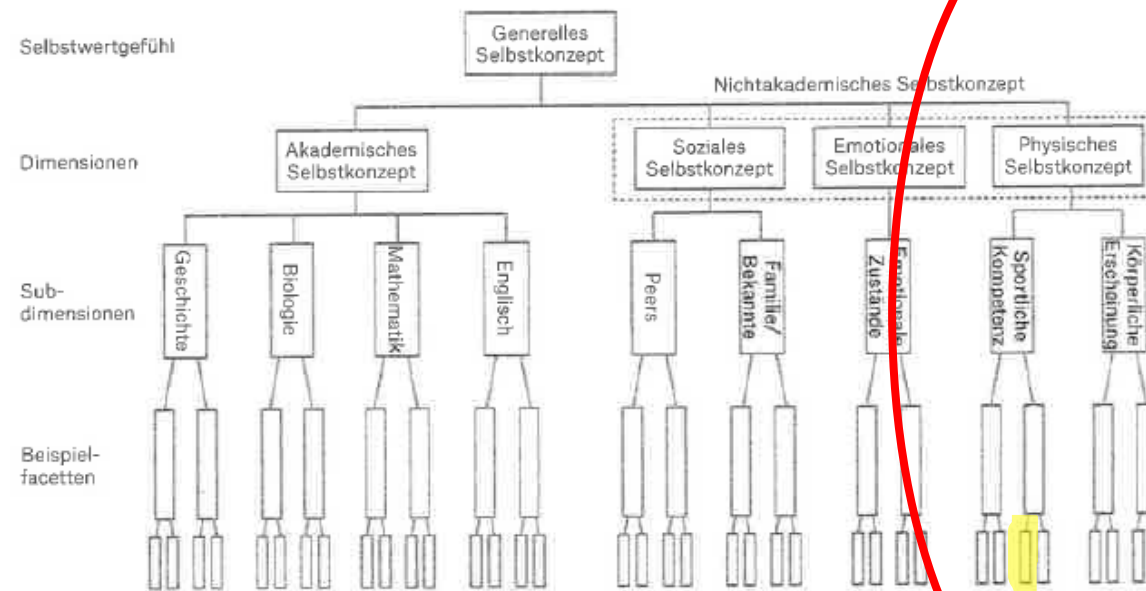
Schaffe ich das?



Selbstwirksamkeit:

Überzeugung einer Person, dass sie aufgrund eigener Fähigkeiten ein bestimmtes Ziel erreichen kann

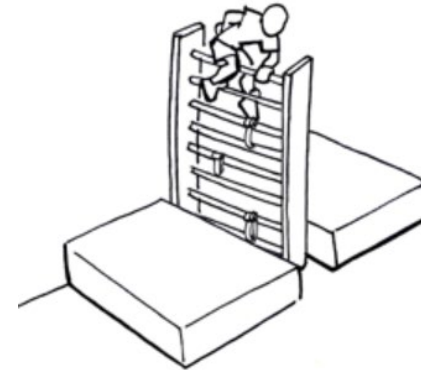
Selbstkonzept



(Oswald, Rubeli & Berger 2018, S. 17 in Anlehnung an Shavelson 1976)

Informationsquellen Selbstkonzept (Oswald et. al. 2018)

- Beobachtung des eigenen Verhaltens
- Feedback anderer Personen
- Verhaltensbeobachtungen anderer
- Sozialer Vergleich mit anderen
- Nachdenken über zukünftiges Handeln



Quellenangaben

Literatur:

- Müller, E. (2012). «Ich kann das!» Selbstwirksamkeit bei Kindern fördern. In: Kindergarten heute – Das Leitungsheft, 02/12, S. 4-9
- Oswald E., Rubeli B., Berger R. (2018). Kinder stärken – durch persönlichkeitsfördernden Bewegungs- u.. Sportunterricht. Bern: HEP Verlag
- Schulz, J. (2015). Psychomotorisches Handeln in sozialpädagogischen Arbeitsfeldern des Lern- und Bildungssystems Schule. In: Krus, A./Jasmund, C. (Hrsg.) Grundwissen Soziale Arbeit. Psychomotorik in Sozialpädagogischen Handlungsfeldern. Kohlhammer: Stuttgart, S. 104-119
- Zimmer, R. (2015). Das Glück der gelungenen Tat. Mit dem Körper die eigenen Stärken entdecken. In: Theorie und Praxis der Sozialpädagogik, 6, S. 4-7

Fotos:

www.pixabay.com