

Fit für die Grundschule

„Geistiges Judo“ soll Kinder mental stark machen / Evangelischer Kindergarten beteiligt sich an Pilot

VON HELGA KROOSS

■ Brakel. Elf Mädchen und Jungen sitzen in einem Kreis zusammen. Sie haben den Judositz eingenommen. Die Augen sind geschlossen. In ihrer Phantasie lassen sie einen magischen Baum entstehen. „Die Wurzeln sind das Wichtigste“, sagt Trainer Christian Sonnenschein. „Je tiefer sie in der Erde sind, desto stabiler ist der Baum“. Dann fordert er die Kinder auf, sich an den „Super-Computer“ anzuschließen.

Sogleich greifen die Kinderhände nach einer imaginären Strippe und schließen diese an ihrem Kopf an. Sie können den Super-Computer mit vielen Informationen und Wünschen füttern, aber auch Programme herunterladen, die ihnen in bestimmten Situationen eine Hilfe sein sollen.

Es ist schon eine gewisse Herausforderung für die fünf- bis sechsjährigen Kinder ruhig zu sitzen, aber dennoch wach im Geist zu sein, sich auf die Worte ihres Trainers zu konzentrieren und das Gesagte zu verinnerlichen. Doch die Mädchen und Jungen des Brakeler evangelischen Kindergartens „Zum guten Hirten“ meistern dies mit Bravour – und das, obwohl es erst die dritte Trainingsstunde ist. Gemeinsam mit zwei Erzieherinnen nehmen sie an dem Pilotprojekt „Mental stark – Fit für die Grundschule“ teil.

Der erfahrene Pädagoge und



„Wolf-und Schaf-Spiel“: Selbstbewusstsein, Stabilität und Verhalten werden dabei gefördert. Mit Hilfe von Trainer Christian Sonnenschein (5) hat Fay (5) die sechsjährige Asuman auf die Matte geschickt.