

## **"Lernen in Bewegung"**

Wir wissen heute, dass immer mehr Auffälligkeiten von Kindern von der Art der Lebensführung geprägt und mit verursacht werden. Angespannte Kinder fühlen sich im Alltag oft körperlich und seelisch nicht im Gleichgewicht. Ungelöste Lebensprobleme und Konflikte lösen nicht nur bei Erwachsenen, sondern auch bei Kindern Spannungen aus, die sie als Nervosität empfinden.

So ist ihr Unwohlsein und Gestresstsein nicht Schicksal, sondern häufig Resultat einer unangemessenen Lebensweise oder Ausdruck eines gestörten Lebensgleichgewichts. Gesundheit und Wohlbefinden resultieren in jedem Lebensabschnitt aus einem Gleichgewicht zwischen der Leistungsfähigkeit des Körpers und der Seele und den Anforderungen und Belastungen durch die Umwelt.

Die Angebote des Kurses "Lernen in Bewegung" bieten Möglichkeiten, die Gesundheit und das Wohlbefinden der Kinder zu fördern. Verschiedene Bewegungsangebote haben die besondere Aufgabe, die natürlichen Heilungs- und Ordnungskräfte des kindlichen Organismus in seiner Gesamtheit anzuregen, damit durch die gesteigerten Abwehrkräfte des Körpers die Belange des Unwohlseins überwunden werden.

Langfristiges Wohlbefinden beruht auch auf dem Ausüben von körperlichen Anstrengungen, denn alle, besonders die kindlichen Körperfunktionen, brauchen eine gewisse körperliche Belastung um gesund bleiben zu können. Hierzu bieten die Inhalte von "Lernen in Bewegung" Trainingsmöglichkeiten, die durch einen gezielten Wechsel von Anspannung und Entlastung gekennzeichnet sind.

Der Kurs findet an zwei Bockenheimer Grundschulen statt und gliedert sich in "ruhende" und "aktive" Angebote. Das ruhende Angebot (von: ausruhen, die Fähigkeit erwerben mental an seine innere Kraft zu gelangen) umfasst beispielsweise Yoga für Kinder, Entspannungsspiele und Gespräche, in denen sich angstfrei über Konflikte aus dem Schul- und Lebenskontext ausgetauscht werden kann. Der "aktive Teil" bietet Raum für Stadteilerkundungen auf dem Fahrrad, Schwimmen, Klettern, Theater, Ballspiele und dergleichen mehr.

Der Kurs findet zweimal wöchentlich statt und dauert in der Regel zwei Jahre. Die sozialpädagogischen Kleinprojekte werden von der Stadt Frankfurt unterstützt und finanziert.

"Lernen in Bewegung" an der Francke-Schule (max. 12 SchülerInnen) findet statt:

Montag: 14.00 - 16.00 Uhr  
Donnerstag: 14.00 - 17.00 Uhr

"Lernen in Bewegung" an der Bonifatius-Schule (max. 12 SchülerInnen) findet statt:

Dienstag: 14.00 - 16.00 Uhr  
Mittwoch: 14.00 - 17.00 Uhr

Der "Verein für Soziale Arbeit im Stadtteil / Kinderwerkstatt Bockenheim" hat seinen Sitz in der Falkstr. 72 in Frankfurt. Weitere Informationen u. a. zu Offenen Angeboten unter:

**[www.kinderwerkstatt.com](http://www.kinderwerkstatt.com)**.