

3. Kinder – und Jugend-Gesundheitskonferenz OHV

Sport-Prävention-Diagnostik
Max & Sven Bresemann GbR

Von kleinen Schritten zu
großen Sprüngen

Die Bedeutung der
Meilensteine für
Sensomotorik, Lernen und
Verhalten

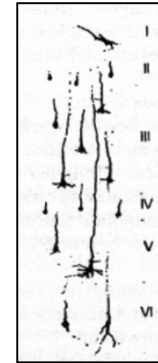


Quelle: www.bk-classic.de (abgerufen am 01.02.2023)

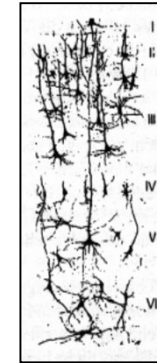
1

Am Anfang steht immer **Bewegung!!!**

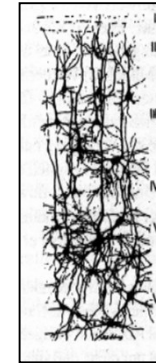
Sport-Prävention-Diagnostik
Max & Sven Bresemann GbR



Bei Geburt



2 Monate



6 Monate



2 Jahre

Das beim Bewegen entstehende neuronale Netzwerk bildet somit das solide Fundament für Entwicklungsprozesse und kann stetig erweitert werden! Es steht eng im Zusammenhang mit der **Wahrnehmung** und der **Kognition**!

2

Bewegung als Motor

Sport-Prävention-Diagnostik
Max & Sven Bresemann GbR

- Es gibt keine bessere Förderung, einem Kind von Geburt an genügend Zeit und Raum zum Spielen zu geben!
- Biologische Reife- und Entwicklungsprozesse werden selbst erprobt!
- Das Kind wirkt später im Kindergarten oder Schule stabil und ist erfolgreich in seinem Tun!
- Selbstwirksamkeit / Selbstbewusstsein

Das Kind hat gelernt, seinen Körper und sein Umfeld mit allen Sinnen zu begreifen!



Quelle: www.betzold.de/blog/bewegungsspiele-kindergarten (abgerufen am 10.10.2023)

3

Passivität als (Sprung)-Bremse

Sport-Prävention-Diagnostik
Max & Sven Bresemann GbR

Aber auch das sehen wir:

- Kinder wirken eher lustlos,
- sind wenig aktiv,
- können Spielangebote nicht nutzen,
- kommen nicht ins Spiel bzw. Kommunikation mit anderen Kindern,
- beißen, hauen, schreien, treten u.a.



Quelle: www.seelenverwunder24.de/faule-kinder-was-tun (abgerufen am 10.10.2023)

4

Folgen von Passivität können sein:

Sport-Prävention-Diagnostik
Max & Sven Bresemann GbR

- keine Armkraft und schlechte Handmotorik
- Auffälligkeiten in der Mundmotorik
- keine Kopfkontrolle/fehlender Ausgleich mit dem Gleichgewichtssinn zum Hochstützen und dem Fortbewegen in Bauchlage
- Unrunde oder unkoordinierte Bewegungsabläufe
- Verhaltensauffälligkeiten usw.



Quelle: www.kk-classic.de (abgerufen am 01.02.2023)

5

„Soft Signs“ sind erkennbar

Sport-Prävention-Diagnostik
Max & Sven Bresemann GbR

Entwicklungsverzögerungen finden wenig Beachtung bei Kinderärzten, da es sich im eigentlichen Sinne um gesunde Kinder handelt!

Meist können nur geringfügige Abweichungen vom neurophysiologischen Aufrichtungsprozess (**SOFT SIGNS**) vermerkt werden, wie z.B.

- Fehlender Mundschluss, erhöhter Speichelfluss
- Verweigerung der aktiven Bauchlage
- Lagebedingte Schädelabflachungen, Kopfgelenksdysfunktionen
- wenig Aktivität in Rückenlage
- Symmetriestörungen, Tonusdysregulationen
- Bindungsstörungen u.a.

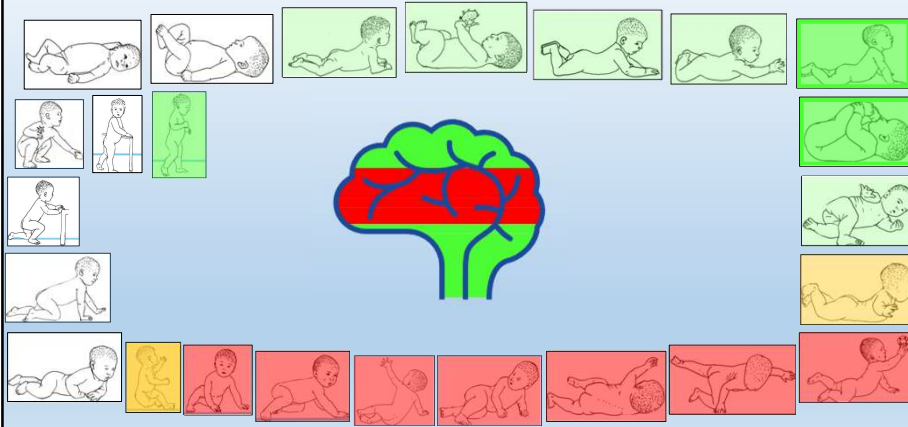


Quelle: www.ifeline.de/krankheiten/kiss-syndrom (abgerufen am 11.10.2025)

6

Neurophysiologische Aufrichtung – Kleine Schritte

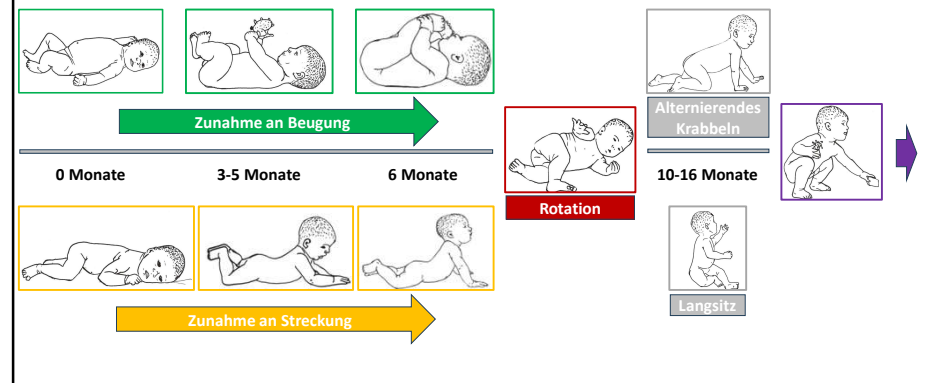
Sport-Prävention-Diagnostik
Max & Sven Bresemann GbR



7

Die wichtigsten Entwicklungsschritte in der Aufrichtung

Sport-Prävention-Diagnostik
Max & Sven Bresemann GbR



8

Häufige Lebenswelten von inaktiven Kindern...



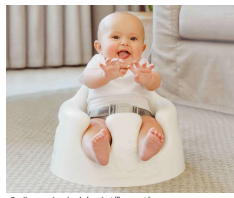
Quelle: www.babyundmutter.de (abgerufen am 22.10.2025)



Quelle: www.otto.de/ottos-babyshop (abgerufen am 10.10.2025)



Quelle: www.familie-und-tipps.de (abgerufen am 10.10.2025)



Quelle: www.bumbo.de/product/floor-seat/



9

Drei wichtige Entwicklungsziele in der natürlichen Bewegungsentwicklung



In den ersten Monaten ist das Kind damit beschäftigt:

- sich zu orientieren,
- sich gegen die Schwerkraft aufzurichten,
- ein Bewegungsrepertoire anzulegen und mit den sensomotorischen Bewegungserfahrungen abzustimmen.

Hierzu ist es wichtig, dass das Kind:

1. das Stützen und Langstrecken aus der Bauchlage heraus erlernt,
2. das aktive Beugen der Hüften und das Zentrieren in Rückenlage erprobt und
3. die Bewegungsübergänge bis hin zum Aufstehen über seitliche Gewichtsverlagerungen lernt.

10

Stützen und Langstrecken aus der Bauchlage heraus



- Mit 6 Monaten sollte der Hand-Beckenstütz erreicht werden
- Kopf sollte frei zu wenden sein
- Rumpf bis einschließlich Hüften ist gestreckt
- Beine sind weit abgespreizt
- Füße nehmen in der Luft die Haltung eines gut aufgerichteten Fußes mit ausgeprägtem Gewölbe ein



Vollkommene Streckung wird erreicht!



Quelle: www.ergobaby.de (abgerufen am 13.10.2025)



11

Aktives Beugen und Zentrieren in Rückenlage



- Kind sollte seine Hüfte so weit beugen, dass es seine Füße bis in den Mund führen kann
- Auge-Hand-Mund-Fuß-Zusammenspiel
- Sehr gute Dehnung der Rückenmuskulatur durch Zug
- Becken wird in eine Position gezogen, die schließlich Dreh-, Kipp- und Ausgleichsbewegungen ermöglicht - ISG



Vollkommene Beugung wird erreicht!



Quelle: www.familie-und-tipps.de (abgerufen am 13.10.2025)

12

Bewegungsübergänge über seitliche Gewichtsverlagerungen

Sport-Prävention-Diagnostik
Max & Sven Bresemann GbR

- gut koordinierte Drehungen, bei denen der Schultergürtel gegen den Beckengürtel koordiniert verdreht wird,
- Es kommt zu kreuzlateralen (alternierenden) Bewegungen, wie beim Krabbeln, Drehen und Gehen
- Gleichgewichtsverlagerungen zu beiden Seiten
- Trainieren von Muskelzügen, die diagonal von Schulter bis zum Becken und umgekehrt Spannung aufbauen

➔

Bewegung um die eigene Längsachse



Foto: W. Bein-Wierzbinski

13

...von kleinen Schritten zu großen Sprüngen

Sport-Prävention-Diagnostik
Max & Sven Bresemann GbR

Geistige Voraussetzungen

Soziale Voraussetzungen

- Konzentrationsfähigkeit
- Fähigkeit des Sprechens und Zuhörens
- Organisationsfähigkeit
- Grob- und feinmotorische Geschicklichkeit
- Ausbildung der Händigkeit

- Kontaktaufnahme
- Frustrationstoleranz
- Moderate und kommunikative Umgangsformen



Quelle: www.pinterest.de (abgerufen am 19.10.2017)

14

Kinder brauchen Bewegung, um...

Sport-Prävention-Diagnostik
Max & Sven Bresemann GbR

- Umwelt zu erforschen und zu begreifen,
- Selbstwirksamkeit zu erfahren,
- Wahrnehmung zu integrieren,
- sich aufzurichten,
- Interaktionen zu initiieren,
- die Sprachentwicklung zu unterstützen,
- eine solide Basis für kognitive Lernprozesse zu erhalten,
- eine gesunde Lebensweise zu erleben und
- ein gutes Körpergefühl und viel Spaß zu erfahren!



Quelle: www.ikl-classic.de (abgerufen am 01.02.2023)

15

Fragen?

Sport-Prävention-Diagnostik
Max & Sven Bresemann GbR



Max & Sven Bresemann GbR
 Schloßstraße 10
 07407 Rudolstadt
 ☎ 0151 – 40759845
www.lernen-braucht-bewegung.de
info@svenbresemann.de



www.unser-naturheilpraxis.de (abgerufen am 08.04.2022)

16