

1. Unsere Füße tragen uns durchs Leben

Das alles beginnt mit der Faszination kleiner Babyfüßchen. Wer sie betrachtet ist angerührt und findet sie niedlich. Kaum zu glauben, dass der kleine Mensch auf diesen zarten Füßen später durch das Leben gehen wird ...

Was aber geschieht, wenn Füße für den Menschen an Bedeutung und Wichtigkeit verlieren oder gar vernachlässigt werden?

Wenn schon im Kindesalter der Fokus erzieherischer Sorgfaltspflicht auf einer körperlichen und geistigen Gesundheit liegt und die Füße da eher eine untergeordnete Rolle spielen?

Fakten

- Kinder kommen zu 98% mit gesunden Füßen auf die Welt.
- Erwachsene haben nur noch zu 40% gesunde Füße! Ein eindeutiger Beweis dafür, dass es sich um zwei vernachlässigte Körperteile handelt, und dass im Laufe des Lebens zunehmend Fehlentwicklungen auftreten können.

Viele Beobachtungen deuten darauf hin, dass Füße schon in frühester Kindheit hinter hübschen Krabbelschuhen, Lauflernschuhen, Hausschuhen oder Gummistiefeln von der Außenwelt abgeschirmt werden.

Eltern sind stolz, wenn der Spross seine ersten Schuhe bekommt. Ob das Kind zu der Zeit schon selbständig laufen kann hat manchmal weniger Bedeutung. Viele Chancen für eine gesunde Fußentwicklung werden so schon durch vorzeitiges oder auch überflüssig häufiges Tragen von Schuhwerk beeinträchtigt.

In Kindertageseinrichtungen gibt es Regeln, die das Miteinander vieler Kinder erleichtern sollen. Dazu gehört das Tragen von Hausschuhen im Innenraum oder entsprechend Gummistiefeln bei Außenaktivitäten. Eine nachvollziehbare „Hausordnung“. Barfußlaufen drinnen oder draußen wird stellenweise Hygiene- und Sicherheitsaspekten oder der Sorge vor Unterkühlungen „geopfert“ und nur in ausgewählten Ausnahmesituationen zugelassen. Kinderfüße wachsen schnell und die Schuhe wachsen nicht mit. Der Anblick dieses Phänomens wird von manchen Eltern lange ausgehalten, denn schließlich sind neue Schuhe auch eine Preisfrage (Abb. 2).



Abb. 2

Um Fußfehlentwicklungen, die Auswirkungen auf den gesamten Körper haben können, entgegenzuwirken, sind zum einen Aufklärung über Fußgesundheit, richtigen Umgang beim Schuhkauf, zum anderen das Zusammenwirken von Fußwahrnehmung und Motorik von enormer Bedeutung.

Bei der Zusammenstellung dieser psychomotorischen Ideen rund um das Thema „Füße“ hat sich mit der intensiven Auseinandersetzung in der pädagogischen und therapeutischen Arbeit die Notwendigkeit gezeigt, spezielle Angebote regelmäßig mit einzubeziehen.

Je mehr Impulse wir den Kindern zur spielerischen Bewegung mit und für ihre Füße angeboten haben, umso selbstverständlicher explorierten die Kinder und trugen so zu einer gesunden Fußentwicklung bei. Wir wollen allerdings keine funktionale Fußgymnastik anbieten, die auf korrekte Ausführung abzielt und nur durch wiederholtes Training einen Erfolg verspricht. Die psychomotorischen Ideen in diesem Buch bedeuten immer eine ganzheitliche Herangehensweise. Den Kindern werden vor allem Selbsterfahrungen ermöglicht, die mit den verschiedenen Materialien die Sachkompetenz erweitern und im Zusammenspiel in der Gruppe auch soziale Elemente aufweisen. Ein Angebot für die Füße bedeutet im psychomotorischen Spiel, dass ein besonderes Augenmerk auf die Wahrnehmung und die Bewegung der Füße gelegt wird, die in einem thematischen Angebot oder im offenen Gesamtkontext eingebunden sein können, so dass für die Kinder „Fußabenteuer“ entstehen.