



Einführung in die pädagogische Arbeit mit den Spiel- und Bewegungsmaterialien nach Elfriede Hengstenberg

Ganztagsworkshop für Fachkräfte aus Kita, Hort & Schule (3–14 Jahre)

„Wir alle kennen diese ursprünglichen Regungen der Kinder, die immer wieder darauf hinauslaufen, selber probieren zu wollen!

Wir sollten nur noch mehr darum wissen, dass diese unermüdliche Überwindung von Widerständen aus eigener Initiative dem Kind jene Spannkraft verleiht, die wir ihm zu erhalten wünschen...“ **Elfriede Hengstenberg**

Worum geht es in diesem Seminar?

Wie können Kinder zu einer **natürlichen inneren und äußeren Aufrichtung** finden, körperlich wie seelisch?

Wie kann Bewegung pädagogisch wirken, ohne dass wir „turnen“, anleiten oder vorführen?

Dieser Workshop führt praxisorientiert in die **Bewegungspädagogik nach Elfriede Hengstenberg** ein und zeigt, wie Kinder durch eigene Exploration, durch das Ausprobieren von Gleichgewicht, Kraft und Schwerkraft zu **Selbstvertrauen, Ruhe und Körperbewusstsein** gelangen.

Elfriede Hengstenberg (1892–1992) arbeitete über 60 Jahre mit Kindern und Jugendlichen in Berlin. Zentral war für sie die Frage:

Wie kann das, was Kinder im Bewegungsraum erforschen, so tief wirken, dass es ihr alltägliches Bewegungsverhalten verändert?

Ihre Antwort: Durch Räume, in denen Kinder **selbsttätig, unbeobachtet leistend, ohne Druck und Vergleich** an Herausforderungen wachsen. Und durch Materialien, die **ehrlich antworten** – ein Brett kippt, ein Hocker wackelt, eine Stange fordert Balance. So entstehen „Aufrichtung“ und „Ordnung“ von innen heraus.

Themen, die uns im Workshop begleiten werden

1. **Körperbewusstsein & Selbstkontrolle**
Wie Kinder lernen, ihren Körper differenziert wahrzunehmen und Bewegungen bewusst zu steuern.
2. **Frustrationstoleranz & Selbstwirksamkeit**
Warum es wichtig ist, Widerstände selbst zu überwinden – und wie Materialien dazu beitragen.
3. **Soziale Kompetenzen & Empathie**
Wie gemeinsames Bewegen zu Rücksicht, Koordination und Mitgefühl führt.
4. **Stressabbau & emotionale Regulation**
Bewegung als Weg zu innerer Ruhe und Selbstorganisation.
5. **Sicherheit & Vertrauen**
Wie Kinder lernen, ihre eigenen Grenzen realistisch einzuschätzen.

Der Workshop verbindet **theoretische Einblicke** (Fotos, Berichte, Filmsequenzen) mit **praktischem Erleben** der klassischen Hengstenberg-Spiel- und Bewegungsmaterialien.

Im Wechsel zwischen **Erfahrungszeiten, Beobachten, Gespräch und Reflexion** erkunden wir:

- Was passiert mit uns, wenn wir selbst balancieren, aushalten, überwinden?
- Was braucht es, damit Kinder diesen Weg aus eigener Initiative gehen können?
- Welche Rolle spielt die *pädagogische Haltung* – beobachtend, zugewandt, ohne zu korrigieren?

Ziel des Workshops

Die Teilnehmenden erhalten ein lebendiges Verständnis dafür, wie aus Spiel und Selbsttätigkeit **Kraft, Konzentration, Selbstvertrauen und soziale Reife** entstehen.

Und wie wir als Pädagog:innen Räume schaffen, die Kindern ermöglichen, **durch Bewegung zu sich selbst zu finden**, ganz im Sinne Elfriede Hengstenbergs.