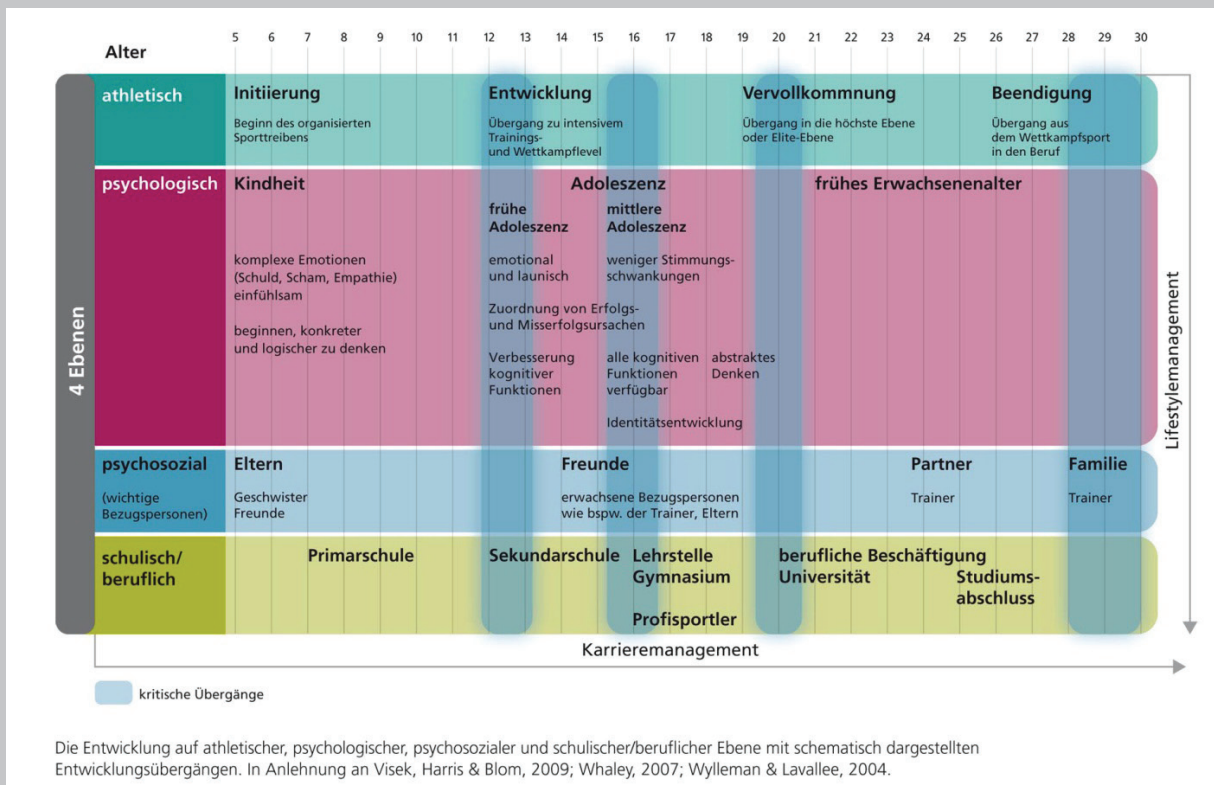


5-10 Umfeld

Autorin: Annemarie Rüegg

1

Psycho-soziale Entwicklung der 5- bis 10-Jährigen



Mit der Entwicklung des Kindes wandelt sich der Einfluss der sozialen Bezugspersonen sehr stark.

In der Altersgruppe 5-10 sind die Eltern des Kindes zunächst die zentralen Bezugspersonen, gefolgt von den Geschwistern und den Freunden. Ab 6 ist die Gruppenbildung mit Gleichaltrigen wichtig: Die Kinder beginnen sich weniger egozentrisch zu verhalten und ein Gruppenbewusstsein auszubilden. Die Beziehung zu Gleichaltrigen wird mit zunehmendem Alter immer wichtiger.

Für den Trainingsbereich bedeutet dies, dass die Kinder gut in den Gruppenunterricht integriert werden können. Die Eltern sind die wichtigsten Bezugspersonen, entscheidend für die weitere Entwicklung ist ein bewegungsfreundliches Umfeld – zu Beginn vor allem auf polysportiver Basis – und ein Unterricht, der viel Abwechslung bietet. Die positive Unterstützung der Familie ist sehr wichtig, ohne Zwang oder Druck auf Leistung und mit dem Ziel, viele positive Erfahrungen durch sportliche Betätigung zu erleben. Resultate und Klassierung sollten auf dieser Stufe für die Trainer von geringerer Bedeutung sein. Vor allem die Mädchen wollen lieber Trainingsfortschritte spüren und mögen es weniger, sich in 1:1-Situationen zu messen. Die Jungs hingegen lieben die Konkurrenzsituation in der Regel bereits auf dieser Altersstufe.

Empfehlungen zum schulischen Umfeld für die 5- bis 10-Jährigen

Der Zeitraum 5-10 umfasst in der Regel 1-2 Kindergartenjahre sowie die ersten vier Jahre der Primarschule. Während dieser Phase sind die Kinder in der Schule zeitlich noch nicht so stark belastet und der empfohlene Trainingsumfang ist noch nicht so gross, deshalb braucht es kaum Abkommen mit besonders sportfreundlichen Primarschulen. Falls doch nötig, geschieht dies auf individueller Basis. Oft ist es sinnvoll, eine Stundenplanerleichterung zu Gunsten der Regeneration und nicht für einen übertriebenen Trainingsumfang zu nutzen. Wichtig ist, dass Wohnort, Schule und Trainingsort nicht weit auseinander liegen, damit wegen der Distanzen nicht zu viel Zeit verloren geht. Ausserdem wäre es wünschenswert, dass das Kind im Schulalter den Weg von zuhause bzw. der Schule zum Trainingsort zumindest teilweise selbständig zurücklegen könnte. Dies fördert seine Selbständigkeit und seine Selbstverantwortung.

In diesem Altersabschnitt sollte das Ziel sämtlicher elterlichen Anstrengungen sein, dass das Kind Freude am Tennis hat und dass es allgemeine Verhaltensregeln (Fairness, Rücksicht, Anstand etc.) lernt. Siegen und Klassierung steht absolut nicht im Vordergrund.