

ausgabe november 2020

## Fokus: Jungen\* und ihre Körper

Stress, Spannung,  
Wohlbefinden

### Jungenarbeit

Der Körper als  
Ressource und  
Aufgabe

---

### Methoden

Praktische Übungen  
zur Körperarbeit

---

### Social Media

Instagram & Co. als Steilvorlage  
zum Bearbeiten von Körperthemen

# inhalt

editorial, impressum..... Seite 2

inhalt..... Seite 3

einführung..... Seite 4

## Geschlecht macht Körper macht Geschlecht

Wie der Jungenkörper zum Männlichsein – und zur Jungenarbeit gehört  
(Reinhard Winter, Gunter Neubauer)

..... ab Seite 6

## Jungenkörper und Bewegung im Kindesalter

Ein geschlechterbewusster Blick  
als Bestandteil von pädagogischen  
Konzepten im Bereich Körper,  
Gesundheit und Bewegung  
(Tim Rohrman)

..... ab Seite 9



## Jungenförderung durch Bewegung, Spiel und Sport

Ein ambivalentes Erfahrungsfeld  
zwischen Erfolg und Missachtung  
(Nils Kaufmann, Nils Neuber)

..... ab Seite 12

## Praxis-Methoden I

„Ab durch die Mitte“ (Risiko-  
kompetenz)  
„Diamanten-Cop“ (Sensibilität)  
„Insel-Hopping“ (Kooperation)

..... Seite 14

## Lust, Spannung, Wohlbefinden

Ein Plädoyer für lebendige Körper-  
arbeit  
(Marcel Franke)

..... ab Seite 15

## Praxis-Methoden II

Vier Übungen zum Erleben von  
Körpergrenzen  
(Alexander Hahne)

..... ab Seite 20

## Social Media macht was mit Jungs\*

Instagram & Co. als Steilvorlage zum  
Bearbeiten von Körperthemen  
(Vincent Beringhoff)

..... ab Seite 23

## Ich, mein Körper und Instagram

Erfahrungen 2012 bis 2020  
(Sebastian Goddemeier)


..... ab Seite 28

## Körper – auch ein Thema der Sucht- prävention...

Die Methodentasche „grundrauschen“

..... Seite 32

**Den eigenen Körper anzunehmen,  
ihn zu lieben und ihn zu feiern,  
fällt Jungs\* oft gar nicht so leicht.**



„Jungen haben nun einmal einen höheren Bewegungsdrang“: Jahrzehnte gemeinsamer Erziehung von Jungen und Mädchen haben nur wenig daran geändert, dass Jungen und Mädchen sich oft unterschiedlich verhalten – und diese Unterschiede von vielen Erwachsenen und Kindern als „wesenhaft“ erlebt werden. „Jungen sind nun einmal so“: Stimmt das? Und was bedeutet das für die Arbeit mit Jungen in der Kita?

# Jungenkörper und Bewegung im Kindesalter

Von Tim Rohrmann



**Der Autor\*:**

Dr. Tim Rohrmann ist Professor für Kindheitspädagogik und Studiengangskoordinator an der Hochschule für Angewandte Wissenschaft und Kunst (HAWK) Hildesheim. Er arbeitet seit 1995 in Forschung, Fortbildung und Beratung zu Jungen und Mädchen in Kitas.

**Zunächst einmal ist festzustellen: Von den primären Geschlechtsmerkmalen abgesehen sind die körperlichen Geschlechterunterschiede zwischen Jungen und Mädchen in den ersten Lebensjahren eher gering. In der durchschnittlichen Körpergröße unterscheiden sie sich nicht, und entgegen dem verbreiteten Klischee von „starken Jungs“ sind Jungen bis zur Pubertät auch kaum stärker als Mädchen.**

Wenn doch, handelt es sich oft um Übungseffekte – wer mehr rennt, ist irgendwann auch schneller! Denn geschlechtstypische Unterschiede im Verhalten sind durchaus schon im Kindergartenalter festzustellen.

Bereits in den ersten Lebensjahren bilden Kinder geschlechtstypische Orientierungen in Bezug auf Körper, Gesundheit und Bewegung heraus. So sprechen Mädchen im Kindergarten über Diäten, weil sie sich 'zu dick' finden. Jungen wiederum überschätzen ihre körperlichen Mög-

lichkeiten, um dem Bild zu genügen, dass Jungen 'stark' sind. Geschlechterunterschiede sind insbesondere bei wildem und riskantem Verhalten und beim Umgang mit Schmerz festzustellen. Jungen begeben sich häufiger in gefährliche Situationen, um 'ihre Männlichkeit zu beweisen', oder überschreiten Grenzen, weil sie kein 'Feigling' sein wollen.

Den vielfältigen und teils widersprüchlichen Bildern davon, wie Jungen und Männer idealerweise aussehen und wie sie sich bewegen sollten, können sich Jungen nicht einfach entziehen.

Diese sind nicht nur durch die Medien im Kinderalltag allgegenwärtig. Auch die Erwartungen

## **Jungen sind bis zur Pubertät kaum stärker**

und Verhaltensweisen von Eltern und pädagogischen Fachkräften tragen erheblich zu Geschlechterunterschieden bei, da sie – meist unbewusst – Jungen und Mädchen unterschiedlich herausfordern oder bremsen. Jungen werden subtil oder auch offen auf 'action'



vorbereitet, z. B. durch die Ermutigung zu kleinen Kämpfen oder auch durch die Annahme, dass Jungen sich 'auspowern' müssen. Mädchen wird zwar prinzipiell wildes Verhalten durchaus zugestanden, aber sie werden eher zu kreativen Bewegungsformen angehalten und lernen mehr, Bewegungsbedürfnisse zu unterdrücken und 'stillzuhalten'. Typische Freizeitaktivitäten entsprechen diesen Mustern: Jungen gehen zum Fußball, Mädchen zum Ballett.

Auch in der Kita sind Geschlechterunterschiede oft am deutlichsten im Bewegungsverhalten zu beobachten. Ein ständiges Thema im Alltag ist das Raufen und Toben der Jungen, mit dem viele Fachkräfte immer wieder einmal ihre Schwierigkeiten haben. Während viele Jungen dabei vor allem Spaß haben, gibt es auch einige, die bei Rangeleien sehr rücksichtslos mit sich und anderen umgehen. Besonders Jungen, die viel in Konflikte verwickelt sind, haben oft eine schlechte Körperwahrnehmung und können die Folgen von Verletzungen weder bei sich selbst noch bei anderen einschätzen. Dies spiegelt sich nicht zuletzt in Unfallstatistiken wider.

Ein geschlechterbewusster Blick sollte daher selbstverständlicher Bestandteil von pädagogischen Konzepten im Bereich Körper, Gesundheit und Bewegung sein. Gesundheitsförderung im Kindesalter muss in erster Linie das Selbstwertgefühl

stärken und die Körperwahrnehmung fördern.

Das Klischee vom 'starken' Jungen muss hinterfragt werden, denn es entspricht nicht der Realität von Jungen und legt ihnen nahe, die eigenen körperlichen Bedürfnisse und Grenzen nicht angemessen wahrzunehmen. Schönheitsideale vermitteln Mädchen und zunehmend auch Jungen unangemessene Körper-



bilder und führen zu einem gestörten Verhältnis zum eigenen Körper. Hilfreich sind positive Körpererfahrungen, bei denen Mädchen und Jungen erleben, dass ihr Körper vollkommen in Ordnung ist. Bei pädagogischen Angeboten im Bereich Körper und Bewegung wird eine zeitweise Trennung von Mädchen und Jungen in diesem Bereich – auch schon als einmaliges 'Experiment' – nicht nur von Kindern oft positiv aufgenommen, sondern

kann auch den eigenen Blick für geschlechtsbezogene Zusammenhänge

scharfen. Dies kann der Anfang einer geschlechterbewussten Körper- und Bewegungserziehung sein, die das Interesse und den Spaß von Jungen an Bewegung, Sport und Kampf aufgreift und dies mit dem Ziel eines bewussteren Umgangs mit dem eigenen Körper verbindet.

## literatur

### Zum Weiterlesen...

- Focks, Petra (2016). Bildungsbereich Körper und Bewegung. In dies. **Starke Mädchen, starke Jungen. Genderbewusste Pädagogik in der Kita** (S. 155-166). Freiburg: Verlag Herder.

- Neuber, Nils (2009). **Supermann kann Seilchen springen. Bewegung, Spiel und Sport mit Jungen**. Dortmund: Borgmann media.

- Rohrmann, Tim (2015). **Jungen und Bewegung in den ersten Lebensjahren**. In Christoph Blomberg & Nils Neuber (Hrsg.), Männliche Selbstvergewisserung im Sport. Beiträge zur geschlechtssensiblen Förderung von Jungen (S. 43–59). Wiesbaden: Springer VS.

- Rohrmann, Tim & Wanzeck-Sielert, Christa (2018). **Mädchen und Jungen in der KiTa. Körper, Gender, Sexualität** (2., erweiterte und überarbeitete Auflage). Stuttgart: Kohlhammer.