

Bartenieff Fundamentals: die frühkindliche Bewegungsentwicklung

Die Bartenieff Fundamentals gliedern die frühkindliche Bewegungsentwicklung vom Liegen bis zum Gehen in 6 aufeinander aufbauende Bewegungsmuster, die zunehmend komplexer werden. Durch diese Muster werden elementare Bewegungsabläufe neuromuskulär gebahnt und geschult. Alle Körperteile finden dadurch ihren Zusammenhang, unterstützt durch den Atem und die tiefe Muskulatur. Das Becken wird aktiviert und so der Bezug zur Schwerkraft hergestellt für eine gute Erdung, die Fortbewegung und die Aufrichtung werden geübt für mühelose Ebenenwechsel und schließlich wird der differenzierte Gebrauch von Schultergürtel und Armen integriert für dreidimensionalen Zugang zum Raum. Die jedem Muster inhärenten psychischen Entwicklungsschritte werden erlebbar und nachvollziehbar.

Die erlangte Klarheit auf der funktionalen Ebene ermöglicht einen differenzierten Körperausdruck. Selbsterfahrung und konzeptionelles Verstehen greifen ineinander und ermöglichen eine erlebte Integration beider Funktionen.

Die entwicklungsmotorischen Muster vermitteln ein basales Verständnis von Bewegung und sind ein hilfreiches Handwerkzeug für alle, die mit Bewegung arbeiten, ob mit Kindern oder Erwachsenen, ob pädagogisch oder therapeutisch.