



Kinder bewegen

Mit seinem Buch „Selbst ist die Maus“ will Freddy Siegenthaler Trainern und Trainerinnen ein Hilfsmittel an die Hand geben, um ihre immer jünger werdenden Schülerinnen und Schüler für den Tennissport zu begeistern.

Mein Bildertennisbuch handelt vom Mäusemädchen „Mausi“, das ihre Freizeit am liebsten im Kindertennisclub – ganz ohne Erwachsene – nur mit ihren Freundinnen und Freunden* verbringt. Dies bedingt, dass die Kinder Alltägliches gemeinsam selber organisieren müssen: Putzen, Einkaufen, Kochen, Essen und Getränke servieren ... Das Bilderbuch erzählt aber vor allem von ihren Unternehmungen und Abenteuern.

In „Selbst ist die Maus!“ werden Themen behandelt wie

1.) die Rolle der Mädchen in einer männerdominierten Welt (= dem Sport)

Mausi und ihre Freundinnen als Identifikationsfiguren

2.) die Abkehr vom Erwachsenen-dominierten Lernen

Das Selbstbildungspotenzial der Kinder unterstützen und fördern

3.) das freie Spiel als implizites Lernen

Im ziellosen, selbstvergessenen und freien Spiel können die Kinder lernen, die ihnen von Geburt angelegte Potenziale zu entfalten.

Die Philosophie

Die Philosophie ist die Kunst des Nachdenkens, das heißt, die wichtigsten Fragen des Lebens werden gestellt: Was ist Glück? Was ist Gerechtigkeit? Im Kinderbilderbuch werden verschiedenste Fragen behandelt: Was geschieht, wenn es in einem Lebensbereich, der Freizeit, keine Erwachsenen gäbe und die Kinder auf sich selber gestellt sein würden? Wie könnte so ein Kinderclub funktionieren ohne dass das Chaos ausbricht? Was braucht es, damit Kinder glücklich und zufrieden sind? Wie lernen Kinder am besten?

Das Bilderbuch gibt zwar keine vorgefertigten Antworten, aber Anregungen. Bei den beiden letzten Fragen orientieren sich die Antworten an Hüther, 2014 mit seinem „Zaubermittel“:

Durch scheinbar nutzlose Beschäftigungen wie gemeinsames Bewegen, Spielen, Tanzen, Geschichten erzählen und Musizieren lernen Kinder, ihre vielfältigen Begabungen zu entwickeln.

➔ Dazu müssen Eltern, Unterrichtende et cetera den Kindern genügend Freiräume lassen, in denen sie sich unbeobachtet bewegen können. Sie müssen loslassen können und vertrauen.

Dabei ist – neben ganz obigen, ernsten Fragen – Humor wichtig. Er hilft uns, „eine Distanz zum Ernst der Welt und sich selber zu schaffen“ (Yves Bosshart, SRF-Redaktor Sternstunde Philosophie; 15.11.2018) und lockert in unserem Fall das Buch auf. Kinder lieben lustige Geschichten.

Der Ursprung

Jahrelang habe ich meiner jüngeren Tochter Aline vor dem Einschlafen Geschichten von Müsli, einer kleinen Maus, erzählt. Da ich mit ihr meistens französisch rede, erzählte ich damals von der „petite souris“ (= der kleinen Maus).

Diese Erzählungen entstammten meiner Phantasie, aber sie hatten irgendeinen Bezug mit dem an diesem Tag Erlebtem, das heisst, wenn wir in den Ferien im Tessin waren, dann war „Müsli“ auch in der Südschweiz. Waren wir in den Skiferien, dann hat „Müsli“ natürlich etwas beim Skifahren erlebt.

Ich hatte also damals unbewusst gemacht, was Jochen Hering (2016) beschreibt: „dass Erzählungen und Bilderbücher Kindern helfen ihr Weltwissen zu fördern[,] und sie zum Erzählen anregen, vorausgesetzt, der Inhalt ist bedeutsam und die Kinder verfügen über den nötigen Hintergrund, in den das neue Wissen eingeordnet werden kann“.

Die Weiterentwicklung

Etwa um die Jahrhundertwende fing ich an, meine „Müsli“-Geschichten auch in meinen Tennislägern, Swiss Tennis Nationalkaderweekends bei den U12, zu erzählen. Einige Kinder fanden zwar am Anfang, dass sie zu alt seien für solche Geschichten, aber schlussendlich hörten alle gerne die Abenteuer der kleinen Maus. Im Unterschied zu den ursprünglichen Geschichten hatten diese zum Teil einen Bezug zum Tennissport. Mit der Zeit erfand ich noch die Figur des „Stinki“. Bei einem Juniorenturnier kaufte ich kleine (Schlüsselanhänger-)Plüschtiere: „Müsli“, „Müsli's kleine Schwester“ und „Stinki“. Von da an liess ich meine Hauptdarsteller auf einem verkleinerten Tennisfeld mit Netz Tennisspiele gegeneinander austragen.

Ich kaufte immer wieder neue kleine Plüschtiere und baute sie in meine Geschichten ein. So kam nach einer Reise nach Südafrika zum Beispiel das Erdmännchen dazu.

Da die U12-Selektionen von Swiss Tennis für Mädchen und Knaben getrennt an verschiedenen Wochenenden stattfanden, habe ich – um den Mädchen gerecht zu werden – das Schwesterchen von Müsli erfunden. Als meine Töchter klein waren, war mir noch nicht bewusst, wie wichtig starke weibliche Vorbilder für Mädchen waren. Dem Mäusemädchen gab ich erst beim Schreiben meines Buches einen richtigen Namen: „Mausi“.

Ich habe bewusst sie als Hauptfigur des Buches gewählt. Mädchen sollen sich mit ihr und „Zwilling weiss“ identifizieren können. Müsli ist jetzt nur noch ihr kleiner Bruder.

Ein Mädchen im Zentrum des Buches ergibt auch sportpolitisch Sinn, denn es ist eine Tatsache, dass die Anzahl lizenzierter Mädchen in der Schweiz seit 2001 um 35,5 Prozent abgenommen hat. Bei der Mädchenförderung ist ein grosser Handlungsbedarf entstanden, und es braucht viele neue Ideen, um auch den zahlenmässigen Rückstand der tennisspielenden Mädchen auf die Knaben wettzumachen (vgl. die Statistik von Jugend und Sport 2015).

Tennis	Knaben	Mädchen
alle	41294	17537
10 - 20 Jahre	19996	8157
gemischt	16859	7217
U10	4439	2163

Die Zielsetzung

„Selbst ist die Maus!“ ist mehr als ein Buch, das man einfach liest. Es soll Kinder aktivieren, sprichwörtlich bewegen: physisch und geistig. Zwar ist es im Tennis verankert, aber es geht auch um Sport allgemein und (Zusammen-)Leben im eigentlichen Sinne.

Ziel dieses Bilderbuches ist es (teilweise nach Jochen Hering, 2016):

- **die kindliche Fantasie durch Bilder-Geschichten, kurze Texte, Fragen und offene Szenen anzuregen:**

Das Bilderbuch soll die Lust an Rätseln, Entdeckungen und Fantasie ansprechen.

- **die Kinder in ihrer (Kinder-)Welt abzuholen:**

Die Inhalte sollten darum für das Kind bedeutsam sein und es sollte diese mit deren bisherigen Erfahrungen verknüpfen können.

- **die angeborene Neugier und Bewegungsfreude durch das Verwenden von Metaphern, Bildern und Geschichten zu erhalten und zu fördern:**

Die Kinder lernen durch Imitation, das heisst Lernen am Vorbild, soziales Lernen et cetera (Hahn; 1982)

- **dass Eltern und Lehrpersonen ihren Kindern wieder vermehrt Geschichten erzählen.**

Das Kinderbilderbuch ist eine Alternative zu den digitalen „Babysittern“ Fernseher, iPad, iPhone et cetera.

Den Kindertennisleiterinnen wird so ein Hilfsmittel in die Hand gegeben, um ihre immer jünger werdenden Schülerinnen für Sport zu begeistern.

Mögliche Anwendungen

Metaphern im Kinderunterricht einsetzen

Schon früh waren Metaphern und eine bildliche Sprache im Unterricht mit Kindern für mich wichtig. Ein früher Artikel von Martin Golser in der TennisSport war da ein gedanklicher Auslöser. Das Tennisbuch „Tierisch Tennisspielen“ (Molicnik 2012) bestärkte mein Vorgehen sehr. Seither nutze ich zum Beispiel die Metapher „Spiele wie ein Lämmli, spiele wie ein Wolf“.

Innerhalb des Kindertennisbuchs „Selbst ist die Maus!“ gibt es ein Trainingsbuch mit den sieben Lieblingsübungen der Kinder. Jede Übung wird mit einer Metapher übertitelt: „Hüpfe wie ein Floh, springe wie ein ...“, „Sei bereit und schnell wie ein Panther!“ et cetera. Die dazugehörenden Zeichnungen können in eine entsprechende Geschichte verpackt und direkt im Kinderunterricht eingesetzt werden. Das Benutzen von Metaphern ist ein positiver Ansatz, das heisst das Kind lernt in positiven Bildern zu denken, statt sich dauernd mit den (eigenen) Fehlern zu beschäftigen.

Dabei ist – neben ganz obigen, ernsten Fragen – Humor wichtig. Er hilft uns, „eine Distanz zum Ernst der Welt und sich selber zu schaffen“ (Yves Bosshart, SRF-Redaktor Sternstunde Philosophie; 15.11.2018) und lockert in unserem Fall das Buch auf. Kinder lieben lustige Geschichten.

Der Ursprung

Jahrelang habe ich meiner jüngeren Tochter Aline vor dem Einschlafen Geschichten von Müsli, einer kleinen Maus, erzählt. Da ich mit ihr meistens französisch rede, erzählte ich damals von der „petite souris“ (= der kleinen Maus).

Diese Erzählungen entstammten meiner Phantasie, aber sie hatten irgendeinen Bezug mit dem an diesem Tag Erlebtem, das heißt, wenn wir in den Ferien im Tessin waren, dann war „Müsli“ auch in der Südschweiz. Waren wir in den Skiferien, dann hat „Müsli“ natürlich etwas beim Skifahren erlebt.

Ich hatte also damals unbewusst gemacht, was Jochen Hering (2016) beschreibt: „dass Erzählungen und Bilderbücher Kindern helfen ihr Weltwissen zu fördern[,] und sie zum Erzählen anregen, vorausgesetzt, der Inhalt ist bedeutsam und die Kinder verfügen über den nötigen Hintergrund, in den das neue Wissen eingeordnet werden kann.“

Die Weiterentwicklung

Etwa um die Jahrhundertwende fing ich an, meine „Müsli“-Geschichten auch in meinen Tennislägern, Swiss Tennis Nationalkaderweekends bei den U12, zu erzählen. Einige Kinder fanden zwar am Anfang, dass sie zu alt seien für solche Geschichten, aber schlussendlich hörten alle gerne die Abenteuer der kleinen Maus. Im Unterschied zu den ursprünglichen Geschichten hatten diese zum Teil einen Bezug zum Tennissport. Mit der Zeit erfand ich noch die Figur des „Stinki“. Bei einem Juniorenturnier kaufte ich kleine (Schlüsselanhänger-)Plüschtiere: „Müsli“, „Müsli's kleine Schwester“ und „Stinki“. Von da an liess ich meine Hauptdarsteller auf einem verkleinerten Tennisfeld mit Netz Tennisspiele gegeneinander austragen.

Ich kaufte immer wieder neue kleine Plüschtiere und baute sie in meine Geschichten ein. So kam nach einer Reise nach Südafrika zum Beispiel das Erdmännchen dazu.

Da die U12-Selektionen von Swiss Tennis für Mädchen und Knaben getrennt an verschiedenen Wochenenden stattfanden, habe ich – um den Mädchen gerecht zu werden – das Schwesterchen von Müsli erfunden. Als meine Töchter klein waren, war mir noch nicht bewusst, wie wichtig starke weibliche Vorbilder für Mädchen waren. Dem Mäusemädchen gab ich erst beim Schreiben meines Buches einen richtigen Namen: „Mausi“.

Ich habe bewusst sie als Hauptfigur des Buches gewählt. Mädchen sollen sich mit ihr und „Zwilling weiss“ identifizieren können. Müsli ist jetzt nur noch ihr kleiner Bruder.

Ein Mädchen im Zentrum des Buches ergibt auch sportpolitisch Sinn, denn es ist eine Tatsache, dass die Anzahl lizenzierter Mädchen in der Schweiz seit 2001 um 35,5 Prozent abgenommen hat. Bei der Mädchenförderung ist ein grosser Handlungsbedarf entstanden, und es braucht viele neue Ideen, um auch den zahlenmässigen Rückstand der tennisspielenden Mädchen auf die Knaben wettzumachen (vgl. die Statistik von Jugend und Sport 2015).

Tennis	Knaben	Mädchen
alle	41294	17537
10 - 20 Jahre	19996	8157
gemischt	16859	7217
U10	4439	2163

Die Zielsetzung

„Selbst ist die Maus!“ ist mehr als ein Buch, das man einfach liest. Es soll Kinder aktivieren, sprichwörtlich bewegen: physisch und geistig. Zwar ist es im Tennis verankert, aber es geht auch um Sport allgemein und (Zusammen-)Leben im eigentlichen Sinne.

Ziel dieses Bilderbuches ist es (teilweise nach Jochen Hering, 2016):

- **die kindliche Fantasie durch Bilder-Geschichten, kurze Texte, Fragen und offene Szenen anzuregen:**

Das Bilderbuch soll die Lust an Rätseln, Entdeckungen und Fantasie ansprechen.

- **die Kinder in ihrer (Kinder-)Welt abzuholen:**

Die Inhalte sollten darum für das Kind bedeutsam sein und es sollte diese mit deren bisherigen Erfahrungen verknüpfen können.

- **die angeborene Neugier und Bewegungsfreude durch das Verwenden von Metaphern, Bildern und Geschichten zu erhalten und zu fördern:**

Die Kinder lernen durch Imitation, das heißt Lernen am Vorbild, soziales Lernen et cetera (Hahn; 1982)

- **dass Eltern und Lehrpersonen ihren Kindern wieder vermehrt Geschichten erzählen.**

Das Kinderbilderbuch ist eine Alternative zu den digitalen „Babysittern“ Fernseher, iPad, iPhone et cetera.

Den Kindertennisleiterinnen wird so ein Hilfsmittel in die Hand gegeben, um ihre immer jünger werdenden Schülerinnen für Sport zu begeistern.

Mögliche Anwendungen

Metaphern im Kinderunterricht einsetzen

Schon früh waren Metaphern und eine bildliche Sprache im Unterricht mit Kindern für mich wichtig. Ein früher Artikel von Martin Golser in der TennisSport war da ein gedanklicher Auslöser. Das Tennisbuch „Tierisch Tennisspielen“ (Molicnik 2012) bestärkte mein Vorgehen sehr. Seither nutze ich zum Beispiel die Metapher „Spiele wie ein Lämmli, spiele wie ein Wolf“.

Innerhalb des Kindertennisbuchs „Selbst ist die Maus!“ gibt es ein Trainingsbuch mit den sieben Lieblingsübungen der Kinder. Jede Übung wird mit einer Metapher übertitelt: „Hüpfe wie ein Floh, springe wie ein ...“, „Sei bereit und schnell wie ein Panther!“ et cetera. Die dazugehörigen Zeichnungen können in eine entsprechende Geschichte verpackt und direkt im Kinderunterricht eingesetzt werden. Das Benutzen von Metaphern ist ein positiver Ansatz, das heißt das Kind lernt in positiven Bildern zu denken, statt sich dauernd mit den (eigenen) Fehlern zu beschäftigen.

Eine Übung mit einer Geschichte einleiten oder einbauen

Sowohl in der Mini-Ballschule (2016) als auch in der überarbeiteten Fassung des „Trainingbook“ Stufe rot (2019) der Tennis High School von Swiss Tennis werden die Übungen in Bewegungs- und Phantasiegeschichten eingebettet. „Die Geschichten beginnen mit einer Erzählung der Erzieherin oder des Übungsleiters. Die Kinder spielen das Abenteuer nach und entwickeln eigene Ideen. Wenn die Kreativität oder die Konzentration der Heranwachsenden nachlässt, wird die Erzählung fortgesetzt. Es erfolgt ein ständiger Wechsel zwischen vorgegebenen Episoden und Aktivitäten der Kinder.“ (Roth, Roth, Hegar; 2016)

Die einzelnen Aktivitäten von „Mausi“ und ihren Freundinnen lassen sich wie ein roter Faden im Unterricht einsetzen. Die Geschichten sind der Handlungsrahmen:

Stufe	Episode	Aufgabe/Frage
Rot	Lasst uns jetzt spielen!	Zeig mir, was du mit Ball und Schläger kannst?
Orange	„Zwilling weiss“ holt ihre Schläge aus der Trickkiste	Versuche mal wie „Zwilling weiss“ Trickschläge aus.
Grün	„Schere, Stein, Papier“: Wer ist heute unsere Trainerin?	Wer übernimmt heute die Rolle der Trainerin?

Geschichten erzählen

Das Buch kann auch ganz normal von Eltern, Grosseltern et cetera vorgelesen werden, nur ist das ganz normale in unserer digitalen Zeit etwas aus der Übung gekommen:

Nach einer in der »New York Times« vorgestellten amerikanischen Untersuchung wird Kindern nach der Einschulung weniger vorgelesen (Rückgang von 52 Prozent bei Zweijährigen, auf 34 Prozent bei achtjährigen beziehungsweise sieben Prozent bei elfjährigen Kindern). Dabei geben 83 Prozent der sechs- bis 17-Jährigen an, dass sie das Vorlesen genießen oder genossen haben, weil sie dabei Zuwendung der Eltern erfahren (78 Prozent), gemeinsames Lesen Spaß mache (65 Prozent) und vor dem Schlafengehen entspannend wirke (54 Prozent). Weder Fernseher noch »iPad« können dies bieten!

Auch Kindertennisleiterinnen können mit Hilfe des Buches in Lagern, Weekends et cetera Geschichten erzählen. Früher waren es bei den Pfadfindern Abenteuergeschichten am Lagerfeuer. Heute kann eine Trainerin gewisse Theorien, aber auch Anekdoten in Geschichten verpacken:

Stufe	Episode	Aufgabe/Frage
Rot	Wir lassen unseren „Motor“ warmlaufen.	Kannst im gleichmässigen Tempo joggen?
Orange	Das Training macht uns Spaß!	Welche Übungen kennst du aus dem Trainingsalltag?
Grün	„Wolfi“ hat beim Matchspielen einen Knoten in den Pfoten.	Wie ist es bei dir? Kannst du beim Punktespielen dein Bestes geben?

Schwierigkeiten beim Einsatz des Buches

Bedenken, dass das Geschichtenerzählen zu schwierig ist, möchte ich zerstreuen. Dieses lässt sich lernen. Wichtig ist, dass die Erzählerin sich im Vorfeld ihre Geschichte sorgfältig auswählt und sich gedanklich vorbereitet. Dann muss man

üben und schauen, was gut bei den Kindern ankommt. Ich habe in den vergangenen Jahren viele verschiedene Kinderbilderbücher ausprobiert und so unzählige Erfahrungen gesammelt.

Tierische Trainingseinheiten

Das Mäusemädchen Maus verbringt ihre Freizeit am liebsten im Kindertennisclub mit ihren Freundinnen – ganz ohne Erwachsene. Dies bedingt, dass die Kinder Alltägliche gemeinsam selber organisieren müssen: Putzen, Einkaufen, Kochen, Essen und Getränke servieren ... Das Bilderbuch „Selbst ist die Maus“ erzählt aber vor allem von ihren Unternehmungen und Abenteuern!

Autor Freddy Siegenthaler hat schon vor vielen Jahren seinen beiden Töchtern Geschichten von der kleinen Maus erzählt. Auch in seinem Kindertennis-Unterricht sind die Geschichten ein wichtiger Bestandteil. Mit dem Kinderbuch setzt der renommierte Schweizer Tennistrainer nun seine Philosophie um: scheinbar nutzlose Beschäftigungen wie gemeinsames Bewegen, Spielen, Tanzen, Geschichten erzählen und Musizieren sind das „Zaubermittel“ (Hüther, 2014), damit Kinder lernen, ihre vielfältigen Begabungen zu entwickeln.

Freddy Siegenthaler: Selbst ist die Maus – Ein Bilderbuch für sportbegeisterte Kinder, Neuer Sportverlag, Stuttgart 2018. 56 Seiten. ISBN: 978-3-96416-007-2: Preis: 14,90 Euro.

Wir verlosen fünf Bücher „Selbst ist die Maus“. Schreiben Sie uns bei Interesse bis zum 15. Januar 2019 eine E-Mail mit dem Stichwort „Mausi“ und Ihren Kontaktdaten* an: sekretariat@deutsche-tennis-zeitung.de

Der Rechtsweg und eine Barauszahlung sind ausgeschlossen.

*Die von Gewinnspiel-Teilnehmern übermittelten, personenbezogenen Daten werden ausschließlich für die Durchführung und Abwicklung des Gewinnspiels verarbeitet.

Zum Autor

Freddy Siegenthaler ist ehemaliger Swiss Tennis-Stützpunkttrainer sowie ehemaliger dezentraler Swiss Nationaltrainer Kondition. In Brugg führt er eine eigene Tennisschule. Zu seinen ehemaligen Schützlingen zählen unter anderem Amra Sadikovic und Stefanie Vögele. Zudem war er lange Mitglied der Arbeitsgruppe Swiss Tennis U10. Zudem arbeitete er bei der Verfassung des Kids Tennis Trainingbook (2015/Überarbeitung 2019) von Swiss Tennis mit.

