

Eine Vereinfachung der Prinzipien findet sich in den 3 Hauptregeln, die von den Kindern in dieser Reihenfolge verstanden und gelebt werden sollen:

1. Sich selbst nicht wehtun
2. Anderen nicht wehtun
3. Nichts kaputt machen.

In Rheinland-Pfalz erlebbar ist AES u.a. bei:



Ohlmannstraße 24, 55606 Kirn

Tel. 06752/91387-0

Fax 06752/91387-29



An der Altbach 12

67551 Worms-Weinsheim

info@beso-worms.de/www.beso-worms.de

Abenteuer- und Erlebnissport (AES)

ist ein Bewegungsangebot für drinnen und draußen



Viele verschiedene sportliche und sozialpädagogische Elemente kommen beim AES zum Einsatz.

Feuer machen, Schnitzen, Geocache und Letterboxing, Floßbau, Angeln, Outdoorübernachtungen und sonstige Survivalaktivitäten ermöglichen Bewegung in der Natur und schaffen Vertrautheit und Freude am Draußensein.

Aus den Bereichen Theater und Zirkus werden Rollenspiele, Akrobatik und Jonglage für Auftritte/Präsentationen vor Publikum geübt. Spiele mit den Sinnen sensibilisieren die Wahrnehmungen. Trendsportarten wie Parkour und Slackline fördern die Motorik ebenso wie Klettern und Mountainbike.

Die **Grundprinzipien** des AES sind:

- **Sicherheit:** Trotz Nervenkitzel ist Sicherheit oberstes Gebot
- **Freiwilligkeit:** Jeder kann, keiner muss
- **Vertrauen:** In seine eigenen Leistungen, in den Partner, in die Gruppe
- **Verantwortung:** Bereitschaft, die Verantwortung für sich, für andere und für eingesetzte Materialien zu übernehmen
- **Geduld:** Mit sich selbst, um die für sich richtigen Entscheidungen zu treffen und mit den anderen Gruppenmitgliedern, um für die Gruppe gute Lösungen zu finden
- **Toleranz und Akzeptanz:** Jeder Mensch ist ein einzigartiges Individuum mit Stärken und Schwächen. Diese Verschiedenartigkeit gilt es zu tolerieren und in ihren Auswirkungen auf das gemeinsame Tun zu akzeptieren und wertzuschätzen.

Die **Intentionen** des AES sind Erlebnisse aus erster Hand

- Die natürliche Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen bietet immer mehr Elektronik und immer weniger individuelle Erfahrungen, die aber zur Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein sehr wichtig sind.
- Ohne Wettkampfcharakter ermöglicht AES den Zugang zu Bewegung und Sport und zur eigenen Körperlichkeit.
- AES dient der ganzheitlichen Gesundheitsförderung ebenso wie der interkulturellen Arbeit und Gewaltprävention.
- Nicht zuletzt werden durch AES Naturerfahrungen und damit Umwelterziehung und Umweltschutz erlebbar gemacht.

