

# Bewegung entscheidet über Intelligenz

Tanzen, Hüpfen und Toben sind nicht Zeitverschwendung, es sind Entwicklungschancen. Bewegtes Lernen ist ein Lebensprinzip von der Geburt weg bis ins hohe Alter.

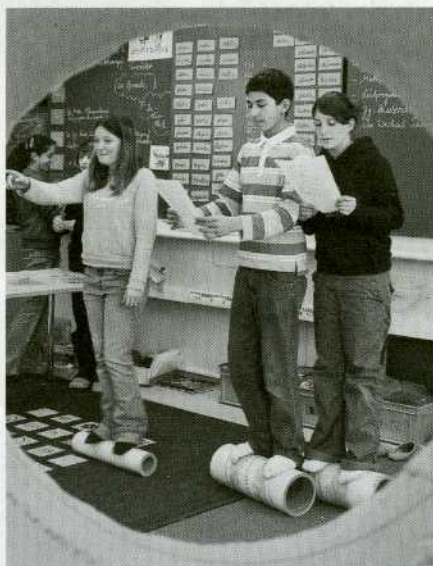


Bewegtes Lernen ist von der Wiege bis ins Altersheim ein wichtiges Lernprinzip. Fotos: zVg.

Die alte lateinische Weisheit «mens sana in corpore sano» zeigt, dass das Lernen und Wissen um die grosse Bedeutung der

## LERNEN IN BEWEGUNG

Bewegung keineswegs eine moderne Erfindung ist. Die Gedächtnisentwicklung braucht Nervenwachstumsfaktoren, deren Bildung durch Bewegung auffällig erhöht wird. Die Leistungsfähigkeit eines Gehirns ist im Wesentlichen davon abhängig, wie viele Synapsen gebildet und wie stark seine Nervenzellen vernetzt sind. Bewegung ist ein bewährtes Mittel des Organismus, um seine eigene tägliche Gehirnentwicklung selbstständig anzuregen. Wer etwas dafür



tut und aktiv bleibt, nicht nur am Schreibtisch, sondern auch mit Sport, lässt sein Gehirn wachsen. Lebenslanges Lernen ist also nicht nur ein Modeschlagwort, sondern ein Grundprinzip aller lebendigen Strukturen. Bewegtes Lernen ist demnach von der Wiege bis ins Altersheim ein wichtiges Lernprinzip. Erstaunlich ist, dass Geriatrie und Rehabilitation mit ihren Therapien dieses vor der Schule entdeckt haben. Bei all den schulischen Therapien wird das Prinzip von Lernen in Bewegung vermehrt mit Erfolg umgesetzt. Nur tote Lebewesen lernen nicht mehr.

Die Sportdidaktik hat natürlich eine besonders innige Beziehung zum Ansatz der Bewegung. Lernen in Bewegung oder bewegter Unterricht können und dürfen das Schulfach Sport nicht ersetzen.

## Organisierte Lernprozesse

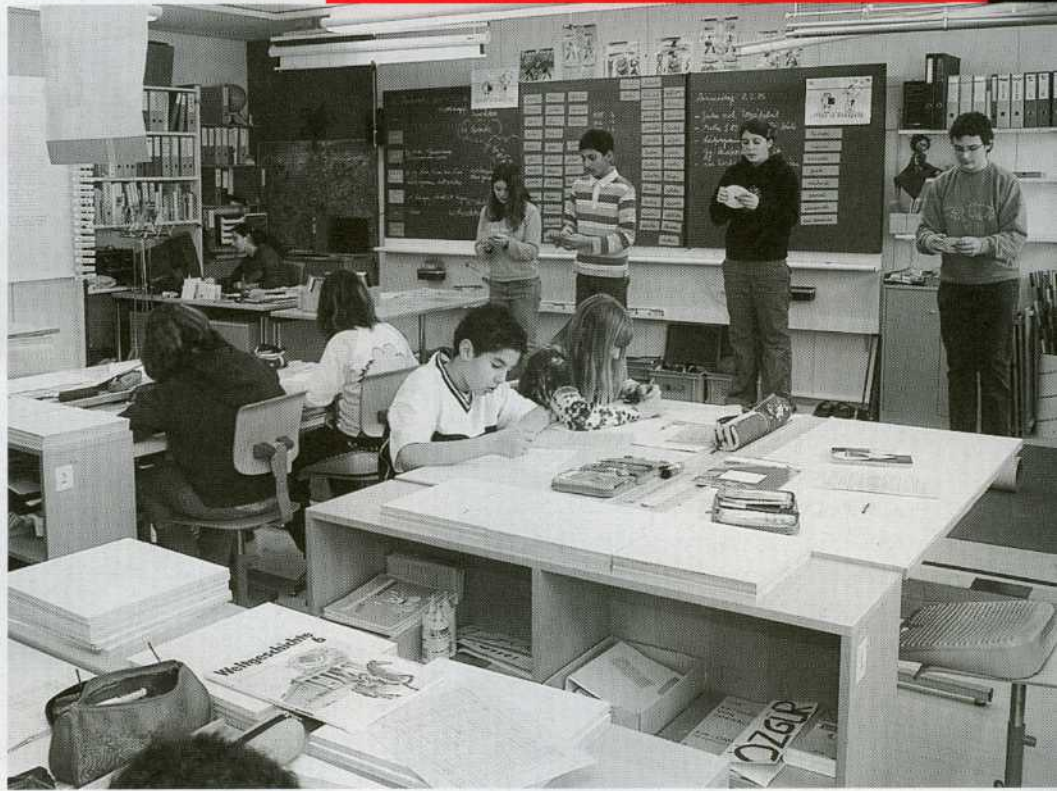
Tanzen, Hüpfen, Laufen und Toben sind keine Zeitverschwendung, sondern für alle Entwicklungschancen. Es ist also keineswegs gleichgültig, wie Kinder ihre Zeit zu Hause und in der Schule verbringen. Natürlich geht es bei Lernen in Bewegung nicht nur darum, dass Kinder sich irgendwie bewegen, sondern es geht um gezielte Förderung und organisierte Lernprozesse, die durch Bewegung unterstützt werden sollen. Diese Methode befindet sich in «guter Gesellschaft». Lernen in Bewegung ist in der Bewegungspädagogik ein bewährtes, ganzheitliches Prinzip.

Der Praxisansatz mit Lernen in Bewegung will, wie andere Ansätze auch, das Lernen und Erleben mit allen Sinnen ermöglichen und Unterrichtsteile zu einem positiven Erlebnis machen.

## Mehrfache Belastung

So auch das Arbeiten auf dem Balken oder auf Rollen. Bei den täglichen Übungspha-





sen werden Unterrichtsteile in den verschiedenen Fächern wiederholt, gesprochen, geübt und so gefestigt. Kommt dann noch ein Handgerät oder sogar eine Balljonglage in die Aufgabe dazu, haben die Übenden eine Mehrfachbelastung des Gehirns ausgelöst, den Stoffwechsel aktiviert und die Durchblutung des Körpers, insbesondere des Gehirns gesteigert. Wird dann noch die Augenmuskulatur gefordert, weil sie auf die verschiedenen Distanzen der im Schulzimmer aufgehäng-

ten Texten reagieren muss, können wir so Distanzsprünge üben und gleichzeitig den Visus der Augen ständig ändern.

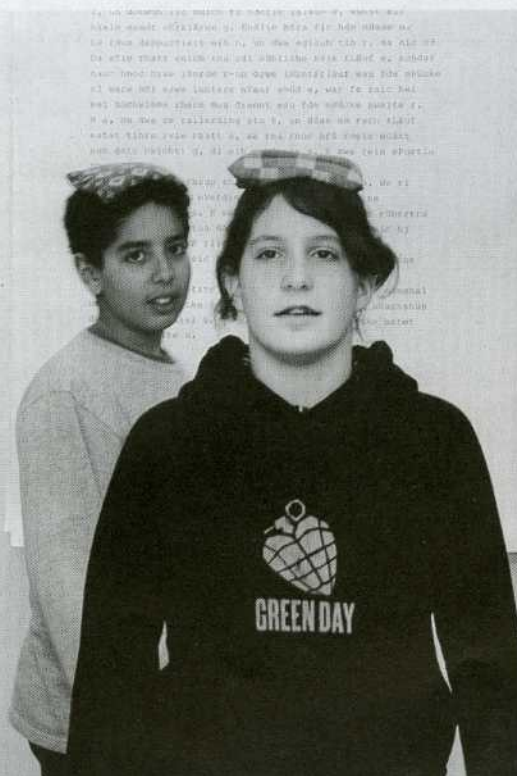
**In eigener Sache**

Vielen Dank für die vielen Rückmeldungen und Bemerkungen zu LIB. Natürlich stehe ich weiterhin bei Fragen zum Thema zur Verfügung. Leider wird mein Zeitgefäss schon sehr beansprucht. Was mich natürlich freut, aber auch stark einschränkt. Ich werde darum ein Forum einrichten, um

einen Austausch von Ideen und Erfahrungen zu ermöglichen. Wer sich interessiert, Material und Ideen zu LIB zu erhalten, soll sich für den Mittwochnachmittag, 10. Januar 2007, 13.30 bis 15.30 Uhr, mit E-Mail anmelden. Wer die vorhergehenden drei Veröffentlichungen im SCHULBLATT zum Thema LIB mit den grundsätzlichen Gedanken und einigen Praxisbeispielen nachlesen möchte, soll mir doch mailen.

**Eduard Buser-Batzli**

Informationen: [eduard.buser@schulenbiberist.ch](mailto:eduard.buser@schulenbiberist.ch)



SCHULBLATT AG/50 | 21/2006