Die Welt der Kopfakrobaten

Autor(en): **Gautschi, Roland**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **7 (2005)**

Heft 1

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-992211

Nutzungsbedingungen

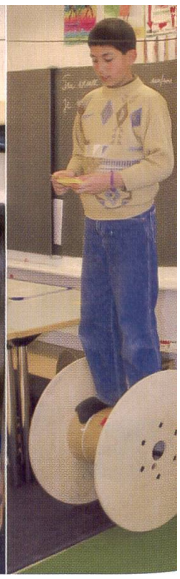
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

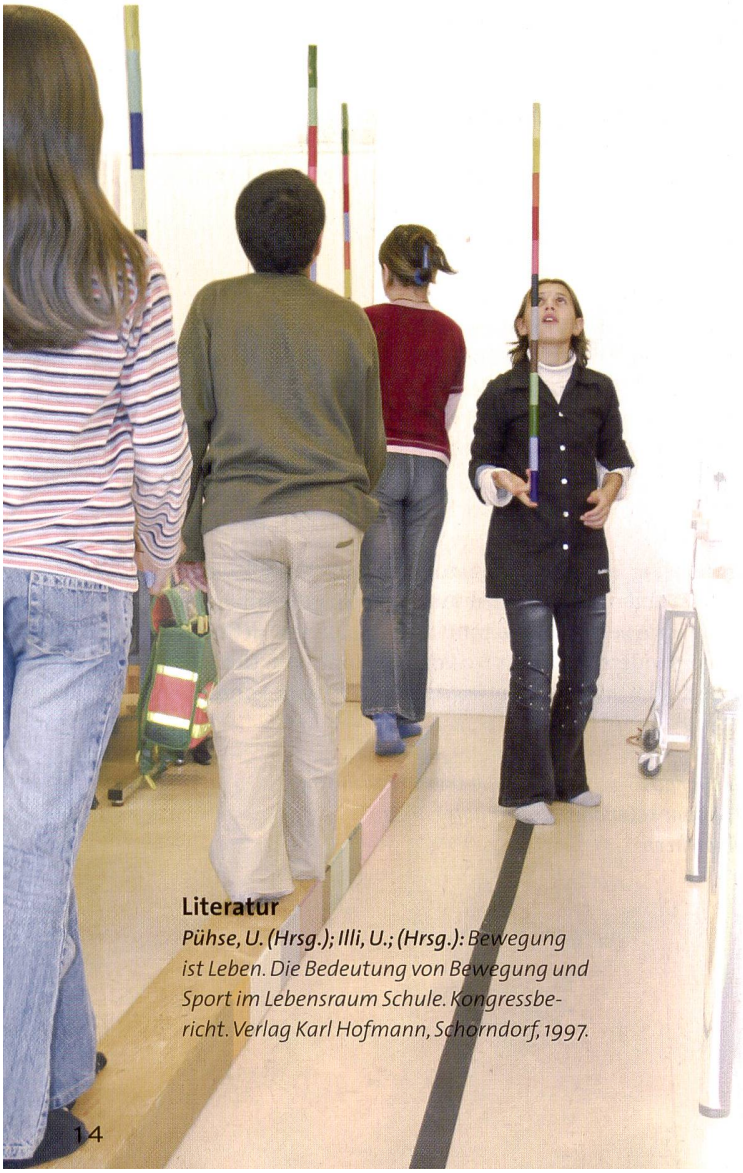
http://www.e-periodica.ch



Bewegtes Lernen

Die Welt der

Ein Besuch im Klassenzimmer von Edi Buser in Biberist zeigt: Was wie Zirkus aussieht, ist eine ungemein bewegte Form des Lernens. Spannend, abwechslungsreich, gesund und effizient. Dies beweisen nicht zuletzt auffällige Leistungsfortschritte der Schülerinnen und Schüler.



Literatur

Pühse, U. (Hrsg.); Illi, U.; (Hrsg.): Bewegung ist Leben. Die Bedeutung von Bewegung und Sport im Lebensraum Schule. Kongressbericht. Verlag Karl Hofmann, Schorndorf, 1997.

Roland Gautschi

Die Vorstellung ist zirkusreif. Ein Mädchen balanciert auf einer grossen Kabelrolle, jongliert dazu drei bunte Tücher und liest gleichzeitig halblaut aus einem Buch vor, das aufgeschlagen auf einem Notenständer liegt. Vor ihr geht ein Knabe auf einem 15 Zentimeter breiten Balken rückwärts, balanciert mit einer Hand einen farbigen Holzstab und spricht vor sich hin. Beim Näherkommen versteht man, was er sagt: «C'est brun», «C'est bleu» oder «C'est vert» und kapiert endlich, was er macht. Er repetiert die auf den Stab gemalten Farben. Der Rest der Klasse arbeitet ruhig und konzentriert in ihren Bänken. Für die 23 Schülerinnen und Schüler von Edi Buser, Mittelstufenlehrer aus Biberist im Kanton Solothurn, ist es ein ganz normaler Schulnachmittag.

Aus dem Bermudadreieck befreien

«Mir ist der Rhythmus wichtig», sagt Edi Buser und beschreibt die musikalischen Anfänge seines bewegten Unterrichts. Vor etwa sechs Jahren habe er die Schülerinnen und Schüler beim gemeinsamen Mundharmonikaspiel aufgefordert, während des Spiels im Zimmer umherzugehen. Dabei hat er festgestellt, wie reich Lernen in Bewegung sein kann. Beim Gehen und gleichzeitigem Spielen mussten sie auf die anderen schauen, Abstand halten, den Puls der Musik in sich aufnehmen und natürlich die Melodie üben und memorieren. Dabei ist es jedoch nicht geblieben. Bald wurde das Bewegungsangebot erweitert, ein schwarzer Streifen auf den Boden geklebt, Jongliermaterial angeschafft und ein langer Balken ins Schulzimmer getragen. Dieser wird heute immer wieder von Wörter übenden, rechnenden, Tücher jonglierenden und sich gegenseitig abfragenden Schülerinnen und Schülern begangen. Vorwärts und rückwärts. Der erfahrene Lehrer ist überzeugt: «Nur Lesen in den Bänken ist etwas wenig. Wir können viel mehr tun.» Ge-

Fotos: Roland Gautschi

Kopfakrobaten

rade beim Memorieren sei das Element der Bewegung enorm hilfreich. Zum einen, weil dabei der gesamte Körper aktiviert und aufnahmebereit ist, zum anderen sind die Lernenden motiviert und engagiert, neuere Lernformen auszuprobieren. Die Tatsache, dass ältere Schüler bis zu 14 Stunden pro Tag sitzend verbringen, postuliert die Forderung nach Bewegungspausen im sitzlastigen Unterricht. «Wir müssen den Schülerinnen und Schülern zeigen, dass Bewegung angenehm ist, und sie aus dem Bermudadreieck ‹Compi–TV–Kühlschrank› befreien», sagt Edi Buser.

Der Erfolg gibt der Bewegung recht

Es ist kaum zu glauben, dass den Kindern bei der «Leseübung auf der Kabelrolle» die Inhalte der Texte noch geläufig sind. Doch nicht nur ihr Lehrer, sondern auch diverse Fachpersonen sind überzeugt, dass diese Form des Lernens erfolgreich ist. Neurologisch betrachtet geht es dabei um die Verschaltung möglichst vieler der etwa 200 Milliarden Nervenzellen, die ein Mensch bei seiner Geburt mit auf den Weg bekommt. Die Wissenschafter schätzen, dass bis zu 80 Milliarden der nicht verschalteten Nervenzellen bis zum 10. Lebensjahr absterben. Um dies zu verhindern, spielt die Bewegung eine entscheidende Rolle, denn «eine der stärksten Anregungen von Nervenzellen erhaltenden und Nervenzellen fördernden Faktoren ist die Motorik, und dies besonders in Form komplexer Bewegungen», wie Bernhard Dickreiter im Tagungsband «Bewegung und Sport im Lebensraum Schule», 1997, darlegt (S. 84). Weitere positive Aspekte des bewegten Lernens sind eine Steigerung der Hirndurchblutung und eine bessere Aktivierung vielfältiger Hirnbezirke.

Die Leistungen der Biberister Schülerinnen und Schüler lassen jedenfalls den Schluss zu, dass aus methodischer Sicht vermehrt bewegt gelernt werden sollte. So zeigen regelmässig und bei allen Mittelstufenklassen des Schulhauses stattfindende Vergleichstests, wie sich der Klassenverband der «Kopfakrobaten» stetig verbessert. Auch wenn diese Ergebnisse sicherlich mit der nötigen Vorsicht zu betrachten sind: Für den Klassenlehrer sind sie Motivation genug, diesen Weg weiter zu gehen und die erfolgreichen Lernmethoden auch künftigen Lehrerinnen und Lehrern näher zu bringen. Dies soll auch in Zusammenarbeit mit der Pädagogischen Hochschule Solothurn und dort mit dem Fachdidaktiker Duri Meier geschehen. Er plant die vielen Bewegungsmöglichkeiten in der Schule und im Unterricht im Rahmen einer Lernveranstaltung.

Kleinräumigkeit aufbrechen

Bei einigen Übungen arbeiten die Schülerinnen und Schüler auch an ihrer Sehkraft. Insbesondere gilt es, die für die Augen monotone und ermüdende «normale» Lesedistanz aufzubrechen und Abwechslung zu schaffen. So müssen sich die Augen, während der Stab balanciert wird, stets auf eine neue Distanz – die einen Farben befinden sich weiter oben, die anderen weiter unten am Stab – einstellen. Viele dieser Übungen haben auch das Ziel, die Kleinräumigkeit des Schulzimmers zu überwinden. Sie sind – in vielfachem Sinne – horizonterweiternd. Im Wissen um die enorme Bedeutung des visuellen Sinnes beim Lernen arbeitet Edi Buser seit einiger Zeit mit der Optimetristin Cordula Stocker aus Solothurn zusammen. Da sich der Visus in der bewegten Lernarbeit ständig ändern muss, kann sich die Augenmuskulatur vermehrt entspannen. Die positiven Folgen für das Lernen: weniger Adrenalinausstoss und damit weniger Stress.

Beim Beobachten hat man jedoch den Eindruck, dass nicht nur die biologischen und hirnphysiologischen Aspekte ausschlaggebend für diesen Erfolg sind. Mindestens ebenso wichtig ist die Eigenmotivation; denn wer möchte die Französischwörter nicht balancierend repetieren oder in einer selbst gewählten, bewegten Pause ausprobieren, ob sie oder er mit drei Bällen jonglieren und dabei rechnen kann? m

Wer mehr wissen möchte, bestellt eine von Edi Buser und Duri Meier realisierte Video-DVD, auf der die Schüler/-innen aus Biberist das bewegte Lernen vorzeigen.
Kontakt: *ebuser@schulenbiberist.ch*
Schule Biberist: *www.schulenbiberist.ch*