**Zeitschrift:** Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun

**Herausgeber:** Lehrpersonen Graubünden

**Band:** 67 (2005-2006)

**Heft:** 3: Sport und Bewegung

**Werbung**

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 14.12.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

### Trommeln und Mundharmonika spielen

Eine weitere Bereicherung stellt das bewegte Musizieren mit Trommeln und der Mundharmonika dar. Beim gleichzeitigen Spielen mussten die Jugendlichen auf einander schauen, Abstand halten, den Puls der Musik in sich aufnehmen und natürlich die Melodie üben und memorisieren. Dank dem grossen Eifer konnten die Musikanten erfolgreich in der Öffentlichkeit auftreten und das eingespielte Geld Terre des hommes zukommen lassen.

### Kleinräumigkeit aufbrechen

Bei einigen Übungen arbeiten die SchülerInnen auch an ihrer Sehkraft. Insbesondere gilt es, die für die Augen monotone und ermüdende «normale» Lesedistanz aufzubrechen und Entlastung zu schaffen. So müssen sich die Augen während mit dem Stab balanciert stets auf eine neue Distanz – die einen Farben befinden sich weiter oben, die anderen weiter unten am Stab – einstellen. Auch die im Zimmer aufgehängten und vergrösserten Texte verlangen beim bewegten Lesen, dass sich die Augenmuskulatur ständig ändert.

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 Eduard Buser-Batzli seit einiger Zeit mit einer Optometristin und einem Physiotherapeuten zusammen. Da sich der Visus in der bewegten Lernarbeit ständig ändern muss, kann sich die Augenmuskulatur vermehrt entspannen. Zusätzliche Entspannungsübungen im Nackenbereich haben positive Folgen für das Lernen: weniger Adrenalinausstoss und damit weniger Stress.

Abschliessend hält der Klassenlehrer fest, dass nebst den Übungsphasen natürlich auch Kontrollen zur Tagesordnung gehören. Tests ermöglichen es Buser-Batzli die markanten Fortschritte seiner Schützlinge zu dokumentieren.

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

Wer mehr wissen möchte bestellt eine von Eduard Buser-Batzli und Duri Meier realisierte Video-DVD, auf der die SchülerInnen aus Biberist das bewegte Lernen vorzeigen.

Kontakt:
eduard.buser-batzli@schulenbiberist.ch
Schule Biberist:
www.schulenbiberist.ch
Lernen in Bewegung:
www.lerneninbewegung.ch