Lernen
braucht Bewegung

„Übe unablässig den Leib, mache ihn kräftig und gesund, um ihn weise und vernünftig zu machen.“

Rousseau 1778

Lernen braucht Bewegung

Geschichtlicher Ausgangspunkt

Lernen braucht Bewegung

Geschichtlicher Ausgangspunkt

GutsMuths und Fröbel befürworteten die Bewegung der Kinder **besonders unter freiem Himmel** und betonten die ganzkörperliche Ausbildung und die Zweckgerichtetheit von Bewegung.

Wie GutsMuths beruhten Fröbels Erkenntnisse auf genauen Beobachtungen, in denen er eine Systematik zu erkennen suchte, die er dann wiederum in der bewussten Arbeit mit Kindern überprüfte.

Kindheit heute!

2,3 Mill. Arbeitslose(4,9%) (6,4% / 4,6%)

Von 11 Mill Kindern leben 14% von der Sozialhilfe (18% zu 13,1 %)

37,7 % der Ehen werden heute geschieden / 1950 10 %

2017 gab es ca. 416 alleinerz. Väter / 2.2 Mill alleinerz. Mütter

2018 waren 70.600 Tatverdächtige unter 14 Jahren

Kindheit heute!

Armut und Gewalt
mangelnde Aussicht sich aus eigener Kraft aus der Misere herausziehen zu können –

Welche Hoffnungen sollen Eltern ihren Kindern mitgeben?

Woher die Kraft für eine harmonische Erziehung nehmen?

Kindheit heute!

Kinder von heute bewegen sich halb so viel wie vor 20 Jahren

Alle 5 Minuten wird ein Kind angefahren

1979 spielten 22% der Stadtkinder drinnen

2014 waren es 71%

Kindheit heute!

Bewegungsmangel wirkt sich auf die körperliche Entwicklung aus!

Kindheit heute!

15% der Kinder sind übergewichtig **<**

6,3% adipös

65% der Kinder sind Haltungsschwach

3\4 der 6-14 jährigen ist die Entwicklung der Muskulatur gestört- Unfallgefahr

Fernsehkonsum

In Deutschland hocken

bis um 22:00 Uhr - 800.000 Kinder

bis um 23:00 Uhr - 200.000 und noch

bis um 24:00 Uhr - 50:000 Kinder

im Kindergartenalter vor dem Fernseher

„Erfahrung ist der wichtigste Architekt unseres Gehirns”

Bildung kann sich nur in der tätigen Auseinandersetzung mit der Welt ereignen

(Humboldt)

Lernen braucht Bewegung
- Ergebnisse der Hirnforschung -

***anthropologischen Vorannahme**:*

Der Mensch ist ein Bewegungswesen, das den Einsatz aller Sinne, insbesondere der Bewegung bedarf, um sich die Welt anzueignen.

Lernen braucht Bewegung

- Ergebnisse der Hirnforschung -

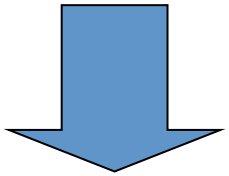
Das zeigt uns aus der praktischen Erfahrung:

„die Beteiligung motorischer Zentren spielen eine wesentliche Rolle bei Verarbeitungs-, Lern- und Erinnerungsvorgängen“

Lernen braucht Bewegung

- Ergebnisse der Hirnforschung -

Muskelaktivitäten und schnell koordinierte Bewegungen führen zur



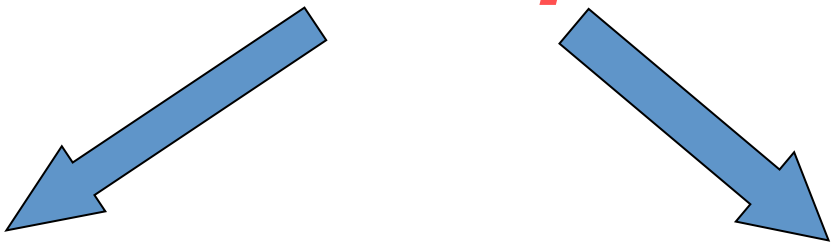
Produktion von

Neurotrophinen

Lernen braucht Bewegung

- Ergebnisse der Hirnforschung -

Neurotrophine



Regen das Wachstum von Nervenzellen an

Vermehren die Anzahl neuronaler Verbindungen

Lernen braucht Bewegung

- Ergebnisse der Hirnforschung -

Muskelaktivitäten und Bewegung stehen bei den komplexen Vorgängen im Gehirn in unmittelbarem Zusammenhang zu Denk- und Lernleistungen

„Die Entwicklung von Denk- und Wahrnehmungs-leistungen … benötigt motorische Fertigkeiten als Voraussetzung“

Lernen braucht Bewegung

- Ergebnisse der Hirnforschung -

Bewegung ist in der Kindertagesstätte nicht alles, ...

… aber ohne Bewegung sind alle Angebote und Spiele in der Kindertagesstätte nichts!

Lernen braucht Bewegung

Wüchsen die Kinder in der Art fort, wie sie sich andeuten, so hätten wir lauter
Genies!!!

Entscheidend für die Zukunft eines Kindes ist, was in den ersten Jahren erlebt

Lernen braucht Bewegung

Solider Grundstock motorischer, sprachlicher, mathematischer und sozialer Fähigkeiten.

Jeder Problemschüler war einst ein „kompetenter Säugling“ !

Kinder haben ein Recht auf Beulen und Schrammen

Lernen braucht Bewegung

Kinder brauchen Bewegung, damit sie sich gesund und leistungsfähig entwickeln

Bewegung ist nicht nur für die körperliche, sondern auch für die kognitive Entwicklung wichtig

Wirkungen von Bewegung in der Kindertagesstätte

1. Verbesserung des Immunsystems, Prävention von späteren Erkrankungen (HKS, Bewegungsapparat etc.)

2. Erhöhte Leistungsbereitschaft, gestärktes Selbstvertrauen, erhöhte Frustrationstoleranz

3. Vermittlung von Wohlbefinden, positivem Selbstkonzept, sozialer Kompetenz etc.

(Vgl. Bös u.a. 2002, Dordel u.a. 2003)

Lernen braucht Bewegung

Durch Bewegung eignen sich Kinder ihre Umwelt an

Lernen eine eigene Persönlichkeit zu entwickeln

Bewegung ist Voraussetzung, um am gesellschaftlichen Leben aktiv und gestaltend teilnehmen zu können

Zusammenhänge zwischen kognitivem Lernen und Bewegung

Die **Psychomotorik** geht von einer eng aufeinander bezogenen Wechselwirkung von Körper und Geist aus!

Sie beschreibt Wechselwirkungen zwischen Bewegung und Kognition in Modellen, die von einer Ähnlichkeit und Verbindung der Prozesse ausgehen und in Modellen, die die Prozesse unabhängig voneinander in sehen.

Die Psychomotorik versteht sich als „Ermutigungspädagogik mit motorischen Mitteln

Was verstehen wir heute unter Lernen?

- **Lernen findet nicht durch Zuhören und Stillsitzen statt!**

Lernen ist ein aktiver und kontinuierlicher Prozess

Durch das Anfassen bestimmter Materialien wie
Holz, Seide, Steine, Wasser etc. bekommen
Kinder erst eine Idee von hart – weich/warm - kalt

durch Klettern und Rollen können sich Kinder vorstellen, wie lang ein Meter ist, es entsteht ein Verständnis von Raum und Zeit.

Dabei sind sie immer in Bewegung!

Lernen ist ein sozialer Prozess

Neben den eigenen Interessen und Vorerfahrungen spielt die Umgebung, eine wichtige Rolle.

In sicheren und gewohnten Umgebungen lernen Kinder schneller, weil Veränderungen dann keine Angst machen.

Ebenso fällt es leichter, Wissen im Spiel zu erwerben als unter Stress, da Kinder sich unbeobachteter fühlen und Spielsituationen selber mitgestalten können.

Lernen und Bewegung

Bewegung ist wie Verhaltensveränderung und Wissenserwerb der sichtbare Teil eines langen, nicht sichtbaren Prozesses.

Wie man bei Verhaltensänderung und beim Wissenserwerb von Lernen spricht, so spricht man bei Bewegung von der Motorik.

Bewegung kommt nicht nur vom Kopf, Bewegung nutzt auch dem Kopf

Wagnisförderung

Daraus ergibt sich:

Der Umgang mit Wagnis und Risiko ist Anleitung zum Umgang mit der Angst und fördert das Selbstkonzept

Selbstvertrauen

Selbstwertgefühl

Selbstsicherungsfähigkeit

Basiskompetenzen !!!

Lern dein Leben selbst in die Hand zu nehmen!

Erkenne deine Stärken und bringe sie zur Entfaltung!

Habe zu dir selbst Vertrauen!

Trage für das, was du tust, selbst Verantwortung!