

«schule bewegt»: Bewegungsfreundliche Lernumgebung

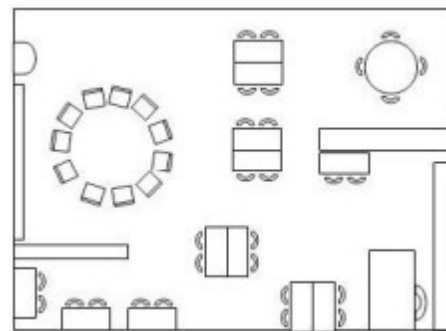
Das «Churer Modell» verfolgt konsequent die Idee, den Unterricht zu differenzieren und die Inhalte dem Entwicklungs- und Lernstand der Schülerinnen und Schüler anzupassen. Das Konzept lässt sich auch auf den bewegten Unterricht umsetzen.

Bewegung und Wahrnehmung sind Grundlagen unserer Entwicklung und unseres Lernens. Dabei spielt der Raum eine wichtige Rolle. Denn er schafft Entwicklungs- und Lernmöglichkeiten. Die Schaffung einer bewegungsfreundlichen Lernumgebung kann durch räumliche und methodische Anpassungen erreicht werden. Im Folgenden einige Beispiele, die sich am «Churer Modell der Binnendifferenzierung im Unterricht» orientieren.

Raum umgestalten – mehr Platz für Bewegung schaffen

Die Umgestaltung des Schulzimmers zu einer Lern- und Bewegungslandschaft schafft mehr Platz und Anreiz für Bewegung (siehe Bild). Das Mobiliar ist so gestellt, dass verschiedene Arbeitsplätze mit einer freien Mitte entstehen, was die Bewegung begünstigt.

Eine Bewegungsecke mit Bewegungsmaterialien oder ein separates Bewegungszimmer können zusätzlich eingerichtet werden.



Ein gut gestaltetes Klassenzimmer schafft Platz und Anreiz für Bewegungssequenzen.

Unterschiedliche Arbeitsplätze einrichten

Es werden Arbeitsplätze eingerichtet, die verschiedenen Bedürfnissen gerecht werden: Plätze für Partnerarbeit, Gruppenarbeit, konzentrierte Einzelarbeit, usw. Diese erlauben den Kindern ein gesundes und variantenreiches Sitzen. Zudem können Arbeitsplätze im Stehen (Stehpulte) sowie Bewegungsstationen für Lernen in Bewegung zur Verfügung stehen. Die Schülerinnen und Schüler können Arbeitsplatz und Lernformen nach ihren Bedürfnissen individuell wählen.

Gute Lernangebote kreieren

Die Schülerinnen und Schüler können aus Lernangeboten auf verschiedenen Niveaus auswählen. Die Aufgaben werden an einem Ort zugänglich gemacht und die Kinder holen sich die Aufgaben selber. Dadurch bewegen sie sich bereits beim Abholen und Zurücklegen der Aufgaben und sie wählen einen ihren (Bewegungs-)bedürfnissen entsprechenden Arbeitsplatz aus. An Bewegungs- und Lernstationen werden Übungen und Bewegungsmaterial in verschiedenen Schwierigkeitsstufen und mit verschiedenen Variationen angeboten, aus denen die Kinder wählen und daran üben können.

Inputs im Kreis

Die Lektionen werden mit einem Input im Kreis eröffnet. Dieser wird kurz gehalten (10 bis max. 15 Min). Lern- und Bewegungszeit für Schülerinnen und Schüler können dadurch begünstigt werden.

Im Kreis finden gemeinschaftliche Aktivitäten als Ausgleich zur Individualisierung statt. Bewegung kann als gemeinsames Ritual für den Einstieg in den Unterricht eingesetzt werden (z. B. Yoga-Sonnengruss für Kinder).



Didaktik des weissen Blattes

Schülerinnen und Schüler werden immer wieder dazu aufgefordert, sich selber Aufgaben zu stellen. Die eigenständige Aufgabenstellung lässt viel Spielraum für bewegte Formen. Die Bewegungsideen für einen bewegten Unterricht können so stets erweitert und ergänzt werden.

Helfersysteme aufbauen

Schülerinnen und Schüler sollen sich gegenseitig weiterhelfen können, wenn sie bei einer (Bewegungs-)Aufgabe nicht mehr weiterkommen. Mitschülerinnen und Mitschüler werden als Ressource für das Lernen genutzt. Die Kinder versuchen es zunächst selbst, fragen eine Mitschülerin oder einen Mitschüler, der/die die Aufgabe bereits gelöst hat, bzw. die Übung bereits beherrscht. Oder sie lassen sie sich von der Lehrperson erklären.

Lernmethoden und Lernstrategien vermitteln

Um selbständig lernen zu können braucht es Methoden und Strategien, die den Schülerinnen und Schülern schrittweise vermittelt werden müssen. Dazu gehört auch auf den eigenen Körper zu achten und einzuschätzen, wann Bewegung bzw. Erholung benötigt wird. Bewegungsposten können als Arbeitsplätze beim Lernen oder als Bewegungspause den Bedürfnissen entsprechend gewählt werden.



Gespräche über das Lernen führen

Im offenen Unterricht spielt Begründen und Argumentieren eine wichtige Rolle. Die Lehrperson erhält Einblicke in die Denkweise der Schülerinnen und Schüler. Die Lernmethoden- und Strategien (u. a. Bewegtes Lernen, Bewegungspausen) können reflektiert werden. Wichtig: Die Kinder wissen um die positiven Auswirkungen von Bewegung Bescheid und können sie gezielt einsetzen.

Individuelle Lernfortschritte planen

Damit weitere Schritte und ggf. Unterstützungsmassnahmen eingeleitet werden können, muss man wissen, wo das Kind im Lernprozess steht. Durch das Beobachten der Kinder während Bewegungssequenzen können motorische Defizite entdeckt und allenfalls gezielte Fördermassnahmen ergriffen werden. Das Führen von Bewegungs- Lernjournalen zeigt individuelle Lernfortschritte auf.

Prozesse zulassen und eigene Erwartungshaltung hinterfragen

Oft kommen bei Lehrpersonen Zweifel auf, ob die Kinder genug und richtig lernen und ob man die Übersicht

behalten kann. Ein offener und bewegter Unterricht ist sicherlich eine Herausforderung für Lehrperson und Schülerinnen und Schüler und kann vor allem zu Beginn zu Unruhe führen. Klare Regeln, eine schrittweise Einführung von bewegtem Unterricht und etwas Geduld können hier hilfreich sein.

Wissenwert

[Erfahrungsbericht zum Bewegten Unterricht](#) (pdf)

Quelle: Sarah Uwer, Ursina Bamert, «schule bewegt», BASPO Magglingen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO