



Enquete „Bewegte Schule“

Freitag, 25.09.2009

Pädagogische Hochschule Tirol, Pastorstraße 7, 6020 Innsbruck

Hauptreferat

1	<p>Bildung im Gleichgewicht! Dorothea Beigel, Dipl. Sozialpäd. (NDT), Motopäd., Lehrerin, Autorin</p> <p>Zunehmend mehr Kinder fallen im Kindergarten und in der Schule durch Sprachschwierigkeiten, Lern- und Verhaltensprobleme, Konzentrationsmangel und motorische Unruhe trotz guter Intelligenz auf.</p> <p>Eine der entscheidenden Grundvoraussetzungen für erfolgreiches Lernen ist die gut funktionierende Wahrnehmungsfähigkeit. Schülerinnen und Schüler können nur die Inhalte verstehen, verarbeiten und speichern (lernen), die sie wahrnehmen und angemessen weiterleiten können.</p> <p>Die Entwicklung der Wahrnehmung ist untrennbar mit der Entwicklung der Bewegung verbunden. Bewegung und Wahrnehmung spielen in der menschlichen Entwicklung eine entscheidende Rolle, bedingen sich gegenseitig und sind eng verknüpft mit Hirnfunktionalität. Zu den Wahrnehmungsbereichen gehören u. a. das Hören und das Sehen. Beide stehen in engstem Zusammenhang mit dem Gleichgewichtssystem des Menschen.</p> <p>Ergebnisse einer wissenschaftlichen Studie weisen darauf hin, dass ein hoher Prozentsatz von Schülern Schwierigkeiten in der Gleichgewichtsverarbeitung zeigt und diese Schwierigkeiten deutliche Auswirkungen auf die Schulnoten haben.</p> <p>Die Referentin stellt aktuelle wissenschaftliche Ergebnisse vor, geht im Vortrag auf pädagogische Möglichkeiten ein.</p>
----------	---

Workshops

1 vorm.	<p>Mut tut gut ! Kindliche Entwicklung braucht Bewegungserfahrungen mit Wagnis und Risiko Dr. Dieter Breithecker, Sport- und Bewegungswissenschaftler, Wiesbaden</p> <p>Neurophysiologische Untersuchungen belegen, dass Bewegung und moderate körperliche Fitness positive Auswirkungen u. a. auf die Aufmerksamkeits- und Gedächtnisleistung sowie viele Schlüsselqualifikationen für das Leben haben. Nur: Welche Qualität von Bewegung braucht das Kind zur Unterstützung seiner Reifungsprozesse und zur Setzung lebenswichtiger Standards?</p>
-------------------	--

<p>2 nachm.</p>	<p>Bewegung – Gesundheit - Lernen Mehr Bewegung im Lern- und Lebensraum Schule Dr. Dieter Breithecker, Sport- und Bewegungswissenschaftler, Wiesbaden</p> <p>Lern- und Lebensbedingungen im Schulalltag müssen so verändert werden, dass das menschliche Bedürfnis nach Bewegung sich auf natürliche Weise entfalten kann. Der Workshop beschäftigt sich neben Anregungen zum bewegten Lernen auch mit der Umsetzung einer bewegungsanimierenden Gestaltung von Schulaußen- als auch Schulinnenräumen.</p>
<p>3 vorm. nachm.</p>	<p>Eine Prise Bewegung im täglichen Unterricht Dorothea Beigel, Dipl. Sozialpäd. (NDT), Motopäd., Lehrerin, Autorin</p> <p>Der Workshop vermittelt Bewegungsangebote für die Klasse 1-4, die direkt an der Stoffvermittlung der Fächer Deutsch, Mathematik und Sprachen ansetzen. Sie sind altersentsprechend und ohne zusätzliches Material im Klassenraum einsetzbar. Minuten-Pausen und Mini-Sport-Spiele für das Klassenzimmer ergänzen das Angebot. Die Verbindung von Bewegung und Lernen wird aus neurophysiologischer Sicht erörtert.</p>
<p>4 vorm. nachm.</p>	<p>„Rechtschreibtraining in Bewegung“ Dipl. Päd. Heliana Gruber, Krühub; OÖ</p> <p>Durch kindgerechtes Lernen mit lustbetonter Bewegung die Rechtschreibung entscheidend fördern. Inhalt des WS: Der Rechtschreibunterricht findet mit Hilfe von Bewegungsstationen statt. Das Üben der Wörter wird mit Spiel, Spaß und Bewegung verbunden.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsstationen kennen lernen und selbst ausprobieren - Differenzierungsmöglichkeiten für individuelle Förderung - Spezielles Buchstaben- und Wörtertraining - Beispiele für das tägliche Wörtertraining mit Fotos aus dem Schulalltag
<p>5 nachm.</p>	<p>Disziplin - Kein Schnee von gestern, sondern Tugend für morgen Christina Buchner, Rektorin; Grundschule Neukeferloh, München</p> <p>Lange Zeit war es verpönt, von Schülern Disziplin zu fordern: das galt als reaktionär. Dabei wussten alle Praktiker immer: ohne Disziplin ist Unterrichten unmöglich. Dass es nichts mit Unterdrückung der Schüler zu tun hat, wenn ein funktionierender Ordnungsrahmen in einer Klasse installiert wird, soll dieser Workshop zeigen. Er soll aber auch Lehrern Mut machen, Disziplin in der Klasse durchzusetzen.</p>
<p>6 vorm. nachm.</p>	<p>Spielideen zur täglichen Bewegungszeit in der Klasse VD Peter Klein, Pram; OÖ</p> <p>Lustbetontes, bewegtes Lernen unterstützt die Lernbereitschaft und -freude bei den Kindern; sie wird dann gewährleistet, wenn Unterrichtszeit in kurzen Intervallen unterbrochen wird, um dem Bewegungsdrang / der Bewegungslust der Kinder gerecht zu werden. Der Referent bringt eine Vielfalt an Ideen aus den Bereichen Rhythmik, Tanz, Pantomime und des Darstellenden Spieles ein, die von den Teilnehmer/innen erprobt werden.</p>

<p>7</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>Bewegtes Lernen in rasenden, flimmernden und lärmenden Zeiten Peter Pastuch, Sportdirektor, Dipl. Sportlehrer, Motopäd; Kühsen, Schleswig-Holstein</p> <p>Von Geburt an ist das Leben der Kinder geprägt durch Wahrnehmung und Bewegung. Die körperliche, geistige, emotionale und soziale Entwicklung wird maßgeblich beeinflusst durch die ständige Auseinandersetzung des Kindes mit seiner Umwelt, die es wahrnimmt und motorisch handelnd erfährt.</p> <p>Zunehmend erkennen Eltern, Erzieher/innen, Lehrer/innen, dass es ein nicht unerhebliches Maß an Diskrepanz zwischen dem Anspruch an eine optimale kindliche Entwicklung und der wahren Situation gibt. In der wohl „mobilsten aller Zeiten“ (automobil und nicht eigenmobil!) erfahren viele Kinder nicht mehr die notwendigen Reize, um alle ihre Möglichkeiten zu entwickeln, -mehr noch – immer häufiger tauchen Probleme auf, deren Ursachen auf eine Störung der kindlichen Bewegungsentwicklung zurückzuführen sind und die das Kind in seiner Gesamtentwicklung erheblich beeinflussen.</p> <p>Wir wollen den direkten Zusammenhang von körperlicher Entwicklung und daraus sich ergebenden Problemen und Chancen für die psycho-soziale Entwicklung der Kinder sowie den Einfluss solcher Beeinträchtigungen auf das Lernen und Leisten aufzeigen und mit praktischen Hilfen dazu beitragen, dass diesen Kindern mit sinnhaften Bewegungsangeboten die notwendige Förderung zukommt.</p> <p>Die Praxis umfasst: - Was ist das Kopflot oder „wie werden wir körperlich sicher und stabil“? - Entdeckung der Langsamkeit! - Miteinander spielen – nicht gegeneinander!</p>
<p>8</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>Bewegungspausen Mag. Petra Resch-Unterthiner</p> <p>Bewegungspausen im Unterricht fördern die Konzentrationsfähigkeit und das Aufnahmevermögen ihrer Schüler und Schülerinnen, körperliche Betätigung bringt die Energie in Fluss und ordnet Gedanken.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schon Bewegungseinheiten von 3 Min. können Sie und Ihre Schüler und Schülerinnen wieder in Schwung bringen. • Spezielle Überkreuzbewegungen fördern die Hirnleistung und erhöhen die Konzentrationsfähigkeit. • Das massieren bestimmter Meridianpunkte hilft über Leistungstiefs hinweg. • Bewegungseinheiten mit Brain Gym wirken motorischen Koordinationsdefiziten entgegen, sie fördern die Eigenwahrnehmung und schärfen die Sinne. • Jonglieren ist eine unterhaltsame Möglichkeit beide Gehirnhälften zu verbinden und Menschen spielerisch zu mehr Bewegung zu animieren.
<p>9</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>„Wingee – das Bewegungspausenprogramm für das Klassenzimmer“ Dr. Günther Pappert, Universität Salzburg</p> <p>Angesichts des geringen Zeitrahmens, der im Regelunterricht Bewegung und Sport für gezielte Primärprävention zur Verfügung steht, sind Zusatzangebote außerhalb der Sportstunde eine notwendige Ergänzung. Ein geeignetes Instrument hierzu ist die kurzzeitige Unterbrechung des Regelunterrichtes für eine Bewegungspause.</p> <p>Das an der Universität Salzburg entwickelte Konzept WINGEE - koordinatives Muskeltraining im Klassenzimmer zeigt, wie mit einfachen Mitteln ein kindgerechtes und leicht zu implementierendes Bewegungspausenprogramm umgesetzt werden kann. Das Konzept wurde als Modellprojekt über zwei Jahre im Bundesland Salzburg getestet.</p>

<p>10</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>Die Turnhalle als Klettergarten Mag. Birgit Kohl</p> <p>Schulung der Gleichgewichtsfähigkeit, Förderung der Selbstwahrnehmung, Verbesserung der Rumpfstabilität... die positiven Auswirkungen von Klettern sind zahlreich. Neben den vielfältigen körperlich-gesundheitlichen Aspekten hat aber vor allem der Spaß, den Kinder am Klettern haben dazu geführt, dass es auch in der Schule immer mehr Beachtung findet. Etliche LehrerInnen haben in den letzten Jahren eine Kletterausbildung absolviert, viele Schulen verfügen heute schon über eine eigene Kletterwand. Wie sich auch jene LehrerInnen, die weder speziell ausgebildet sind, noch eine Kletterwand nutzen können, diese motivierende Sportart zu Nutze machen können, ist das Thema dieses Workshops. Spannende Spiel- und Bewegungsformen an Klettergeräten, die in jedem Turnsaal zu finden sind, werden hier vorgestellt und ausprobiert.</p>
<p>11</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>Yoga mit Kindern im Unterricht Shakti Beate Siedler, Yogalehrende BYO/EYU (vorm.) Andrea Pfurtscheller, Yogalehrende BYO/EYU (nachm.)</p> <p>Einblick in den theoretischen Hintergrund des Yoga; Im eigenen Üben einen Geschmack von Yoga bekommen; Gemeinsames Erarbeiten von kleinen Übungssequenzen (mit Körper, Atem, Entspannung) für den Unterricht</p>
<p>12</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>Kinesiologie - Mit Bewegung freudvoll Lernen Herbert Handler, Tainer für Kinesiologie und Lernberater</p> <p>Der Workshop bietet die Chance, einfache kinesiologische Bewegungen auszuprobieren und zu spüren, wie sie auf die eigene Wahrnehmung und Koordination wirken, entspannen oder aktivieren um Neues leichter aufzunehmen.</p>
<p>13</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>Life Kinetik - "Das sanfte Bewegungsprogramm zur Gehirnentfaltung" Michael Silvia</p> <p>Life Kinetik nutzt den Effekt, dass das Gehirn den Körper steuert umgekehrt und zwingt somit durch Bewegungen, visuelle Aufgaben und kognitive Elemente das Gehirn, neue Denkmuster zu kreieren und somit flexibler zu werden. Dadurch werden Kinder kreativer, Schüler konzentrierter, Sportler leistungsfähiger, Berufstätige stressresistenter. Lernen Sie Life Kinetik in Theorie und Praxis kennen und erleben Sie, wie viel Spaß Life Kinetik macht...</p>
<p>14</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>Zur effizienten Verbesserung der motorischen Eigenschaften im Volksschulalter - was soll man machen, was darf man machen und wo ist Vorsicht geboten. Dr. Christian Raschner, Institut für Sportwissenschaft, Universität Innsbruck</p> <p>Immer häufiger wird bereits im Volksschulalter auf die schlechte körperliche Leistungsfähigkeit von Schüler und Schülerinnen hingewiesen. Schulärzte diagnostizieren zudem seit Jahren einen Anstieg an Haltungsschwächen in dieser Altersstufe. So sind Lehrer und Lehrerinnen gefordert in den wenigen Wochenstunden, einen effizienten und qualitativ hochwertigen Bewegungsunterricht anzubieten. Eine Verbesserung der motorischen Eigenschaften (Koordination, Schnelligkeit, Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer) gelingt aber nur, wenn der gesetzte Trainingsreiz eine entsprechende Schwelle erreicht. Aus sportwissenschaftlicher Sicht wäre es somit wünschenswert, in jeder Unterrichtseinheit einen Teil der zur Verfügung stehenden Zeit (z.B. 10-15min.) gezielt der Verbesserung einer der motorischen Eigenschaften zu widmen.</p> <p>Im Workshop werden zuerst theoretisch einige aktuelle Erkenntnisse zur Verbesserung der motorischen Eigenschaften im Kindesalter besprochen und anschließend im Praxisteil geeignete Übungen bzw. Methoden vorgestellt.</p>

<p>15</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>Vom Kreistanz zum Hip Hop Dr. Klaudia Kröll, PH Tirol</p> <p>Der Workshop bietet Einblick in verschiedene Tanzrichtungen: Kreistanz, Square Dance, Hip-Hop. Zu den verschiedenen Tanzschritten werden Basisschritte erarbeitet und zu einfachen Choreografien zusammengefügt. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.</p>
<p>16</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>Jonglieren Dr. Mag. Peter Kirschner, PH-Tirol</p> <p>Förderung der Rechts-Links-Hemisphärickeit durch Jongliervarianten: Kaskaden und einfache Tricks mit Tüchern, Jonglierübungen und –spiele mit Bällen, Bewegungsgeschichten jonglieren.</p>
<p>17</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>Kreativer Kindertanz - Tanz mit VS-Kindern Doris Fischer</p> <p>Dieser Kurs ist für alle Lehrer/innen geeignet, die Tanz in ihren Unterricht mit einbeziehen möchten. Es wird vermittelt, wie einfach es ist, eine Choreographie zu entwickeln und wie mit wenigen Mitteln viele tolle Geschichten entstehen können. In diesem Kurs wird gezeigt, wie man Kinder spielerisch zum Tanzen hinführt und wie Kinder selber kreative Tänze entwickeln können. Es werden Tipps für die Unterrichtsplanung gegeben und als Abschluss eine kleine Choreographie erarbeitet. Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig. Bitte Turnkleidung und Socken mitnehmen, auch Sportschuhe.</p>
<p>18</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>Die Turnhalle als Lernwerkstatt: Lernen geht auch anders - Unterrichtsbeispiele Dipl. Päd. Klemens Ecker, VS 2 Enns; OÖ</p> <p>In diesem Workshop soll aufgezeigt werden, dass Lerninhalte aus den Bereichen Deutsch, Mathe und Sachunterricht durchaus mit Bewegungsspielen verbunden werden können. Neben der Vermittlung der Lerninhalte, stehen die Erhaltung der natürlichen kindlichen Bewegungsfreude, sowie die Schulung der sozialen Kompetenz gleichermaßen im Focus. Vorgestellt werden insbesondere Lauf-, Fang- und Staffelspiele zur Wortschatzerweiterung, Rechtschreibtraining und Satzbildung. Bewegungsspiele zur Erfassung von Größen und Mengen, 10-er Ergänzung, Addition, Subtraktion und Multiplikation. Für den Sachunterricht werden unterschiedliche Formen des bekannten Spiels "Stadt-Land-Fluss", als Staffelspiel vorgestellt.</p>
<p>19</p> <p>vorm. nachm.</p>	<p>Aktive Pause drinnen und draußen Manfred Wimmer, Koordinator für Bewegte Schule in OÖ, Pram</p> <p>Eine aktive Pause ist eine unverzichtbare Maßnahme zur Erweiterung des kindlichen Handlungs- und Bewegungsspielraumes im Schulalltag. In diesem Workshop lernen Sie unterschiedliche gut einsetzbare Pausengeräte (Fa. Sportbau Eybl) sowie einige selbstgefertigte kennen und können diese auch gemeinsam erproben. Weiters erfahren Sie Möglichkeiten in Form von Beispielen und erhalten Ideen für Pausengestaltung im Schulgebäude und im Freien, sowie Ideen zur Aufbewahrung der Spielgeräte. Sie werden gebeten neben bequemer Kleidung geeignete Schuhe (Alternative: barfuß) für die Turnhalle mitzunehmen.</p>

<p>20 vorm.</p>	<p>Brainfood - wichtiges Element lernunterstützender Maßnahmen Mag. Maria Ranetbauer</p> <p>Die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit hängen enorm von einer optimalen Hirnstoffwechsel-tätigkeit ab. Diese wird wiederum direkt von der aufgenommenen Flüssigkeit und Nahrung beeinflusst. Sie erhalten wertvolle Tipps, wie Sie das mit Abstand bedeutendste Organ - das Gehirn - am besten mit Nährstoffen versorgen können und wie die Speisenauswahl im Alltag dementsprechend erfolgen soll.</p>
<p>21 nachm.</p>	<p>Ernährung, Bewegung, Schlaf - 3 Säulen optimaler Fitness Mag. Maria Ranetbauer</p> <p>Durch eine gesunde, nährstoffreiche Ernährung, ausreichend Bewegung und Schlaf können wir das Wohlbefinden, eine gesteigerte Leistungsfähigkeit und damit eine größere Lebensqualität auf einfache und dauerhafte Art erreichen. Ein optimaler Lebensstil besonders auch im Kindes- und Jugendalter ist angesichts der drängenden globalen Probleme im Ernährungsbereich wichtiger denn je. Dazu erhalten Sie wertvolle Empfehlungen, wie die Ernährung im Schulalltag richtig erfolgen sollte.</p>
<p>22 mittags</p>	<p>Zubereitung von einfachen, brainfoodgerechten Speisen Mag. Maria Ranetbauer</p> <p>Es wird vermittelt, wie einfach und schnell genussvolle, gesundheitsförderliche Speisen zubereitet werden können. Mit natur belassenen Grundnahrungsmitteln lassen sich köstliche Gerichte zaubern, die auch von Schülern selbst hergestellt werden könnten. Das selbständige und kreative Zubereiten von Speisen erweckt Interesse, Staunen und Begeisterung im Umgang mit Lebensmitteln und ist eine wichtige Säule für ein nachhaltiges Lernen (Mittagsworkshop).</p>