



Bewegt leichter lernen Ideen für Kita, Schule und Sportverein	 Mi., 14.06.2017	 Akademie des Sports <small>im LandesSportBund Niedersachsen e. V.</small>
	 95 Teilnehmende	 Bildung, Bewe- gung, Lernen, Gehirn

Ausgangslage

Kinder verbringen einen großen Teil des Tages in Kitas oder Schulen und bewegen sich dort mehr oder weniger. Bewegung ist aber wichtig für eine adäquate Entwicklung und bringt Lernprozesse im Gehirn in Gang. Was für Prozesse das sind und welche Möglichkeiten der Bewegung in Kita, Schule und Sportverein es gibt, waren thematische Schwerpunkte beim Akademie-Forum Bildung.

Das geschah

In seiner Begrüßung hob *Reinhard Rawe*, Vorstandsvorsitzender LSB Niedersachsen, die tägliche Leistung der Erzieherinnen und Erzieher, der Lehrerinnen und Lehrer sowie der Verantwortlichen in Sportvereinen und Sportbünden hervor. Kritisch äußerte er sich darüber, dass die durchgeführten Projekte und die vielfältigen Bewegungsangebote von Sportvereinen in der Bildungspolitik sowie der öffentlichen Diskussion kaum vorkommen bzw. wenig Resonanz erhalten. Er appellierte an alle Anwesenden, noch stärker deutlich zu machen, was der organisierte Sport für die Gesellschaft insgesamt sowie für die Entwicklung und Bildung insbesondere von Kindern und Jugendlichen leistet.

Vor dem Hauptvortrag gab es für die Teilnehmenden eine Bewegungssequenz. Getreu dem Motto „Heute schon das Hirn bewegt?“ absolvierten die Teilnehmenden Koordinationsübungen bei denen das Ge-



hirn aktiviert wurde. Danach ging *Prof. Dr. Folta-Schoofs* von der Universität Hildesheim darauf ein, welche Auswirkungen Bewegung und Sport auf das Gehirn und den Lernprozess haben.

Bedenklich ist nach wie vor, dass die Bewegungsfähigkeit von Grundschülerinnen und Grundschulern stetig abnimmt und dringend Gegenmaßnahmen unternommen werden sollten. Denn wenn eine Verhaltensauffälligkeit trainiert wird, wird automatisch auch das Denken trainiert. Um sich bestmöglich entwickeln und Lernerfolge erzielen zu können, benötigen Kinder täglich 30 Minuten Bewegung am Stück, wobei eine gewisse Intensität vorhanden sein muss, damit sich ein Resultat einstellen kann. So steigert bereits eine Belastung von 25 Watt, wie z.B. Gehen im mäßigen Tempo oder koordinative Fingerübungen, die Hirndurchblutung um 13,5%, was wiederum zu besseren Lernleistungen führt. Kinder sollten darüber hinaus in jungen Jahren verschiedene Bewegungsformen angeboten bekommen, aus denen sie entscheiden, welche sie „lernen“ möchten. Dafür sind vor allem Übungen der Feinmotorik, des Gleichgewichts, der außergewöhnlichen Körpererfahrung, koordiniert mit visuomotorischem Verhalten und ein aerobes Ausdauertraining geeignet. „Nur Wissen vermitteln ohne Bewegung funktioniert nicht“, so *Folta-Schoofs*.



Eine weitere Anregung für Schulen ist das niederländische Konzept

„1tomove – Lernen in Bewegung“, das *Henk Bolster* und *Ron ten Broeke* vorstellten. 1tomove ist ein Spielkonzept, das Schulhöfe in Abstimmung mit Schulleitungen, Lehrkräften sowie Erzieherinnen und Erziehern umgestaltet und die Kinder spielerisch lernen lässt. Anhand von fünf Farben (blau, gelb, orange, grün, rot) werden Spiele auf dem Schulhof angebracht, welche einen zunehmenden Schwierigkeitsgrad repräsentieren. Die Kinder sollen dadurch besser zusammen spielen können und dabei ihre Wahrnehmung, Kooperationsbereitschaft und Möglichkeiten der Konfliktprävention erleben sowie lernen. Zudem werden die Kinder regelmäßig zu ihren Interessen befragt, sodass die Spiele regelmäßig variieren. Entscheidend ist, dass dieses Konzept nicht in den Pausen stattfindet, sondern Unterrichtszeit ist.

Zudem gab es vier Berichte aus der Praxis, in denen erfolgreiche Projekte vorgestellt wurden. In einer Talkrunde standen die Akteure Rede und Antwort und beantworteten anschließend auf dem Markt der Möglichkeiten Fragen der Teilnehmenden.



Die Kita Sehlwiese in Laatzen ist eine Bewegungskita, d. h. die Bewegung der Kinder nimmt einen breiten Rahmen ein. Um die Bewegung von Kindern sicherzustellen, kommt es für Kita-Leiterin *Karen Schlote* insbesondere darauf an, alle Mitarbeitenden laufend fortzubilden, dass alle im Team hinter der Idee der Bewegungskita stehen und sich auch die Mitarbeitenden selbst bewegen. Zudem sieht sie den Aufbau sowie die Pflege von Netzwerken und Kooperationen als sehr wichtig an.

Clemens Lücke, Vorstandsvorsitzender Eintracht Hildesheim e. V., bewegt mit den

Angeboten des Sportvereins (Waldkindergarten, Kindersportakademie u. a.) in Hildesheim rund 2.000 Kinder auch außerhalb der Strukturen des organisierten Sports und leistet so einen großen Beitrag zur frühkindlichen Bewegungserziehung.



Die Sportjugend Salzgitter, vertreten durch *Jens-Oliver Bludau* (Sportreferent Sportregion Peine-Salzgitter-Hildesheim), arbeitet mit dem Projekt „SZ-Bewegungsteam“ direkt mit Kitas zusammen und bietet mit Unterstützung von Freiwilligendienstleistenden Bewegungsangebote in Kitas an.

Hermann Städtler, Projektleiter „Bewegte, gesunde Schule Niedersachsen“, berichtete von dem seit langem erfolgreichen Projekt des Kultusministeriums, das für Schulen kostenfreie Beratungen und Begleitungen zur Förderung der Bewegung im Schulalltag bietet. Dennoch nutzen längst nicht alle Schulen in Niedersachsen dieses Angebot. Städtler sieht vor allem die Überforderung der Schulen mit zusätzlichen Projekten und Konzepten als Hinderungsgrund.



Das haben wir mitgenommen

- Es gibt Wege, Kindern und Jugendlichen auch im Schulalltag die Gelegenheit für 30 Minuten Bewegung am Stück anzubieten.
- Kooperationen und Netzwerke sind wichtig und müssen gepflegt werden.
- Bewegung als Querschnittsaufgabe ist in der Schule noch nicht angekommen.

Fotos (7): LSB Niedersachsen

Ansprechpartner:

Karin Bertram
kbertram@lsb-niedersachsen.de

Marco Vedder
mvedder@akademie.lsb-nds.de