



Bewegung und Bildung im Vorschulbereich

Projekt: »Bewegte Schule«

Für Kinder bilden Bewegungserfahrungen die Basis für eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung. In keinem anderen Lebensalter spielt Bewegung eine so entscheidende Rolle wie in der Kindheit und in keiner Zeit war Bewegung aufgrund der veränderten Lebenswelt so wichtig wie heute. Kinder zeigen immer häufiger körperliche Auffälligkeiten aufgrund von Bewegungsmangel wie zum Beispiel:

- Motorische Ungeschicklichkeit
- Haltungsschwächen
- Koordinationsprobleme
- Übergewicht
- Spiel- und Lernstörungen
- Psychosomatische Beschwerden
- Mangelndes Selbstvertrauen
- Aggressives Verhalten
- Gehemmtheit, Rückzug

Bildungseinrichtungen haben den Auftrag, Kindern einen gesunden Lern- und Entwicklungsraum zu ermöglichen. Ziel muss es also sein, mehr Bewegung im Lehr- und Lebensraum Schule zu verankern. Es sollen Inhalte und einfache, effektive Formen von Bewegungsförderung in den täglichen Ablauf erprobt werden. Trampolinspringen übt auf Kinder eine hohe Anziehungskraft aus. Das Gefühl des *Fliegens* steigert die Bewegungsfreude. Gleichzeitig schult das Trampolinspringen wichtige Bewegungs- und Wahrnehmungssysteme wie z. B. das Gleichgewicht, Sinne wie Hören und Sehen oder die Gesamtkörperkoordination. Aber auch die Konzentrationsleistung und die körperliche Ausdauer werden erhöht.

Wissenschaftliches dazu

Der Zusammenhang zwischen Konzentrationsfähigkeit und motorischer Leistungsfähigkeit wurde in einer Studie der Uni Köln (2002) untersucht. Mit dem Ergebnis, dass Kinder mit einer guten Gesamtkörperkoordination und Gleichgewichtssinn eine verbesserte Konzentrationsfähigkeit aufweisen. Schon lange ist bekannt dass sich eine tägliche Bewegungszeit in der Schule auf die Schüler positiv auswirkt. In einer Studie der Uni Frankfurt (1997) konnte so nachgewiesen werden, dass Kinder weniger aggressiv, lernfähiger, konzentrierter und aufmerksamer sind.

Untersuchungen (10/2008) der Hochschule Aalen an über 3.000 hessischen Schülerinnen und Schülern der Klassen eins bis zehn belegen, dass Schülerinnen und Schüler fundamentale Defizite bei Gleichgewichtstests aufweisen und dass Schülerinnen und Schüler mit schlechtem Gleichgewicht signifikant schlechtere Schulnoten haben.

Fazit:

Das Mini-Trampolin bietet sich also an als ein Gerät, das wenig Platz benötigt, viel Bewegung ermöglicht und dabei noch positiv auf die kindliche Entwicklung wirkt

Gutes Gleichgewicht, gute Noten

Sinnesorgane mit dem Trampolin schulen

Neue Untersuchungen der Hochschule Aalen an über 3.000 hessischen Schülern der Klassen 1 bis 10 belegen, dass Schüler fundamentale Defizite bei Gleichgewichtstests aufweisen und dass Schüler mit schlechtem Gleichgewicht signifikant schlechtere Schulnoten haben.

Ein Mensch kann nur lernen, was er auch über seine Sinnesorgane wahrnimmt. Störungen auf der Ebene der Sinnesorgane (Auge, Ohr, Gleichgewicht) wirken sich dadurch ganz grundlegend auf den Lernprozess aus. »Der Gleichgewichtssinn ist dabei ein häufig unterschätzter Sinn«, erklärt Prof. Dr. Eckhard Hoffmann von der Hochschule Aalen.

Der Gleichgewichtssinn informiere den Mensch darüber, wo er sich im Raum befindet und wie er sich bewegt: »Erfolgreiches Lernen und der Gleichgewichtssinn hängen eng zusammen«, weiß Hoffmann. Beide Prozesse seien darauf angewiesen, aus unterschiedlichen Quellen parallel eintreffende Sinneseindrücke zu verarbeiten.

Die Erkennung von Beeinträchtigungen des sensorischen Systems ist laut dem Prodekan des Studiengangs Augenoptik/ Augenoptik und Hörakustik notwendig, um Kindern die Chance zu geben, den Lernstoff uneingeschränkt aufzunehmen.

Geeignete Maßnahmen können betroffenen Kindern helfen, die Folgen einer Beeinträchtigung zu mindern: Dies reicht von einer medizinische Diagnostik mit anschließender Therapie, einer Hilfsmittelversorgung mit Brille oder Hörgerät über die Sitzordnung im Klassenzimmer, raumakustische Maßnahmen bis hin zu unterstützenden pädagogischen Maßnahmen. Sozial benachteiligte Kinder sind häufig besonders betroffen, da Schäden oft erst spät erkannt und nicht ausreichend versorgt werden. Hoffmann: »Die Früherkennung und gute Versorgung von Sinnesbeeinträchtigungen sind ebenso wie präventive Maßnahmen wichtige Bausteine für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Sie unterstützen dabei, Schülerinnen und Schülern eine faire Chance im Bildungssystem zu ermöglichen.«

Anfang 2007 wurde das interdisziplinäre Projekt »Schnecke – Bildung braucht Gesundheit« gestartet: Hör- Seh- und Gleichgewichtsprüfungen wurden inzwischen bei ca. 7.500 Schülern an hessischen Schulen durchgeführt. Schriftliche Befragungen zu Hör- und Sehgewohnheiten und zusätzliche Lärmmessungen an den Schulen ergänzten die Untersuchungen. 2008 werden weitere Screenings durchgeführt, 2000 Schüler haben die Tests bereits absolviert.

»Die Ergebnisse der Gleichgewichtstests offenbaren große Defizite bei vielen Schülern aller Schulformen. Bei Haupt- und Realschülern sind Schüler mit angemessenem und zu erwartendem Gleichgewicht in der Minderheit“, erläutert Professor Hoffmann die Ergebnisse. 58 % wiesen leicht, 4 % der Schüler auffällige oder stark auffällige Gleichgewichtsbefunde auf.

Schüler mit schlechtem Gleichgewicht haben über die gesamte Schullaufbahn schlechtere Noten in Mathematik und Deutsch, tendenziell auch in Sport. **Und je schlechter das Ergebnis der Gleichgewichtstests, desto schlechter auch die durchschnittliche Deutschnote. Der durchschnittliche Unterschied zu den Schülern mit gutem Gleichgewicht beträgt je nach Fach 0,6 bis 0,7 Notenstufen.** Leistungsdifferenzen in dieser Größenordnung entscheiden oft darüber, ob ein Kind zum Beispiel eine Realschule oder ein Gymnasium besucht.

Prof. Dr. Eckhard Hoffmann zu den Konsequenzen aus der Studie: »Die schlechte Nachricht ist, dass viele Schüler ein schlechtes Gleichgewicht haben. Die gute Nachricht ist, dass das Gleichgewicht trainierbar ist. Wir haben ein spezielles Programm zur neurosensoriellen Bildungsförderung entwickelt, um das Gleichgewicht auf verschiedenen Ebenen zu trainieren.« Die Wirksamkeit der neu entwickelten Programme auf die Leistungsfähigkeit der Schüler soll in weiteren Forschungsprojekten nachgewiesen werden, um Schülern effektive und wirksame Angebote unterbreiten zu können, die sie beim Lernprozess unterstützen und ihnen helfen ein gutes Gleichgewicht zu entwickeln.