

Universität Osnabrück
Fachbereich Sport und Sportwissenschaften

Hausarbeit zum Thema:

N21: Bewegtes Lernen am Beispiel des Englischunterrichtes

Seminar: Medienprojekt 21 – Bewegte Schule ans Netz

Dozent: C. Wopp

Termin: Mo 16 - 18

Vorgelegt von:

Maren Schlepphorst,

LA: Gy: 1. Fach: Sport, 2. Fach: Deutsch

Antje Lahmer,

LA: Gy: 1. Fach: Sport, 2. Fach: Englisch

Inhaltsverzeichnis:

Themen	Seite
1. Einleitung	3
1.1 Strukturierung der Ausarbeitung	3
1.2.1 „Bewegtes Lernen“ – was ist das?	3
1.2.2 Warum wird bewegter Unterricht notwendig?	4
1.3 Beispiel „Englischunterricht in Bewegung“ – wie ist das umsetzbar	5
2. Wahl der Unterrichtseinheit	6
2.1 Durchführung der Unterrichtseinheit	7
2.1.1 Einführung in das Wortfeld <i>parts of the body</i>	7
2.1.2 Einführung in das Simple Present	10
2.1.3 Einführung in das Present Progressive	11
2.1.4 Entspannungsübungen	14
3. Schluss	15
4. Literaturangaben	17

1. Einleitung

1.1. Strukturierung der Ausarbeitung

In unserer Arbeit möchten wir zuerst die allgemeinen Vorteile des bewegten Unterrichts einmal erläutern. Es soll verständlich gemacht werden, warum auch der aus früherer Zeit als frontal und starr bekannte Unterricht in bewegter Form Vorteile für Schüler und Lehrer mit sich bringen kann. Zusätzlich dazu werden wir eine ausgewählte Anzahl Möglichkeiten nennen mit denen man die Bewegung in den Klassenraum oder die Kinder aus diesem herausholen kann. Eine an diesen Ansatz anknüpfende vollständige Unterrichtseinheit zum Fach Englisch dient als Beispiel.

1.2. 1 „Bewegtes Lernen“ – was ist das?

Im August 1998 hat das Niedersächsische Kultusministerium im Verbund mit mehreren Kooperationspartnern ein dreijähriges Projekt unter dem Namen „Niedersachsen macht Schule durch bewegte Schule“ ins Leben gerufen. In diesem Projekt soll von der kognitiven Schiene abgewichen und basierend auf einem „ganzheitlichen“ Ansatz das Lernen mit Kopf, Herz und Hand in den Vordergrund gestellt werden. Nicht nur der Unterricht sondern die ganze Schule sollte in Bewegung kommen. Um diesem Leitfaden Gestalt zu geben wurden Teilaspekte der Bewegten Schule entwickelt, zu denen auch der bewegte Unterricht gehört. Weitere Punkte in diesem Zusammenhang wären zum Beispiel die Innen- und Außenräume bewegungsfreundlicher zu gestalten und das gesamte Schulleben der Leitidee körperlicher Betätigung anzupassen.

All diese Ansätze basieren auf reformpädagogischen Ideen, wie z.B. der von Maria Montessori, die das Prinzip der Bewegung forderte indem sie argumentierte „Wenn wir das körperliche und das geistige getrennt beobachten, so unterbrechen wir den Zyklus der Beziehungen, und die Handlungen des Menschen bleiben vom Gehirn getrennt“. (Montessori, Maria; 1972, S.23)

Nicht nur die Pädagogen sondern auch die Philosophen des 18. und 19. Jahrhunderts gingen davon aus, dass die Grundlagen des Denkens in der Selbsttätigkeit, dem Handeln und der Bewegung liegen. Goethe schreibt hierzu „Man begreift nur, was man selber machen kann, man fasst nur, was man selbst hervorbringen kann.“ (vgl. Bucher, Walter; 2000, S.10)

„Bewegtes Lernen“ nun bietet die Möglichkeit, einzelne Sinne vielseitig zu fördern und im ganzheitlichen Unterricht für den Lernprozess zu nutzen. Ganzheitlicher Unterricht meint die Beanspruchung beider Gehirnhälften, die auf verschiedene Bereiche spezialisiert sind. Arbeiten beide Gehirnhälften zusammen wird dies als „Integration“ verstanden, ist dies nicht der Fall, wird dieser Zustand als „Switching“ bezeichnet und es kommt zu Lernschwierigkeiten bei den Kindern, weil sich die beiden Gehirnhälften behindern, statt zusammenzuwirken. Aus diesem Grund sollte im Unterricht darauf Wert gelegt werden, dass beide Gehirnhälften angesprochen werden.

Die kann über unterschiedlichste Bewegungsformen geschehen, die in Verbindung mit kognitiven Aufgaben für eine gleichzeitige Beanspruchung beider Gehirnhälften sorgen. Das Lernen wird dadurch leichter und macht den Kindern mehr Freude, und viele Dinge bleiben im Gedächtnis – einfach, weil sie Spaß gemacht haben.

1.2.2 Warum wird der bewegte Unterricht notwendig?

In den letzten Jahren haben viele Wissenschaftler festgestellt, dass die Kinder der heutigen Zeit unter stark veränderten Bedingungen aufwachsen, als das noch vor ca. 15 Jahren der Fall war. Man spricht von einer „veränderten Kindheit“ deren besonderes Merkmal der Bewegungsmangel im Alltag der Kinder ist. Der Begriff „veränderte Kindheit“ wird in der Pädagogik als Prozess sich verändernder gesellschaftlicher, familiärer, vorschulischer und schulischer Bedingungen verstanden.

Vorwiegend durch den Gebrauch neuer Medien (Computer, Computerspiele, Fernseher etc.) nimmt die Eigentätigkeit der Kinder ab. Erfahrungen werden nicht mehr aus dem eigenen Tun heraus gesammelt, sondern aus zweiter Hand eingeholt. Der Gebrauch des Körpers tritt dabei in den Hintergrund. Dies führt dazu, dass bei den Kindern viele Bewegungen nur rudimentär ausgebildet sind und bei ihnen motorische Defizite zu verzeichnen sind, die sich in den laufenden Jahren vermehrt haben. Da Kindern die Freude an der Bewegung abhanden gekommen scheint, fehlt ihnen auch ein nötiges Ventil, über das Aggressionen und Wut abgebaut werden können. Computerspiele als Ausgleich reichen nicht aus. Dies kann in der Schule zu Lese- Rechtschreib- Schwäche, allgemeinen Lernschwierigkeiten, Desinteresse, Aufmerksamkeitsstörungen, Hyperaktivität, Koordinationsschwächen, geringer Frustrationstoleranz und Aggressivität führen.

Weiterhin sind zusätzliche durch verminderte Aktivität des Körpers verursachte Schäden wie z.B. Herz- Kreislauf- Problemen oder Adipositas, aus diesen heraus häufig auch Depressionserscheinungen und Müdigkeit resultieren nicht selten.

Da Erfahrungen mit dem eigenen Körper nicht nur für das Individuum an sich sondern auch für das Erlernen der Kulturtechniken und des sozialen Umgangs von großer Wichtigkeit sind und die Kinder in ihrem Alltag nicht mehr dazu neigen, sich diese Verhaltensweisen durch Eigeninitiative anzueignen, muss in der Schule vermehrt darauf Wert gelegt werden, dass das „Bewegte Lernen“ stärker berücksichtigt wird, um ein vollständiges Verkommen des angeborenen Bewegungsdranges zu verhindern.

1.3. Beispiel „Englischunterricht in Bewegung“ – wie ist das umsetzbar?

Es gibt in unseren Schulen viele verschiedene Kinder mit ebenso verschiedenen Herkünften, Fähigkeiten und Interessen. Ebenso verschieden sind diese Kinder in ihrer Art zu lernen. Sie unterscheiden sich in der Art wie sie Informationen am besten aufnehmen, verarbeiten und weiterverwerten können. Man spricht in diesem Fall von verschiedenen Lerntypen, als da wären der visuelle, der auditive und auch der motorische Lerntyp. Eben dieser „motorische Lerntyp“ muss zunächst alles „in Aktion umsetzen“, um es „begreifen“ zu können. (vgl. Gradl, Herbert / Tumbold, Ernst, 1995, S.20 ff)

Besonders der Englischunterricht ist als stark kognitiver Unterricht bekannt und kann in der Art wie er unterrichtet wird schnell zu Motivationsverlusten bei den Schülern führen, wenn unter diesen nur jeweils ein oder zwei Lerntypen angesprochen werden. Da die meisten Schüler Mischlerntypen sind, kann so das „bewegte Lernen“ für viele eine Erleichterung darstellen.

Im Englischunterricht gibt es viele Möglichkeiten „die Kinder von den Stühlen zu holen“. Ganzheitliches Lernen kann hier durch Pantomime, Imitationen, Spiele, Wahrnehmungsübungen und Rhythmus gefördert werden. Es sollten immer die Zeiten beachtet werden, in denen Kinder, abhängig von ihrem Alter, konzentriert sitzen und lernen können:

5 – 7jährige ca. 15 Min

7 – 10jährige ca. 20 Min

10 – 12jährige ca. 25 Min

12 – 15jährige ca. 30 Min

In der verbleibenden Zeit können Bewegungs- und Entspannungspausen für die nötige Regeneration sorgen, aber auch der Einbau von Bewegung in den eigentlichen Unterrichtsstoff.

Im Englischunterricht könnten so zum Beispiel Vokabeln mit Unterstützung von Bewegung eingeführt werden.

Bewegungsspiele können als Lernspiele im Unterricht angewandt werden, um echte Sprechanlässe zu schaffen und durch das Spiel die Kinder das Lernen vergessen zu lassen. Da es sich beim Spielen um eine natürliche Form des Lernens bei Kindern handelt, kann über diese Brücke das Interesse an der Fremdsprache geweckt und sprachliche Fähigkeiten können unbewußt geübt werden. Auch ohne den direkten Nachweis von daraus resultierenden Lerneffekten kann so der Bewegungsdrang der Kinder berücksichtigt werden und durch Spaß zu neuer Motivation führen. Zusätzlich zu Bewegungsspielen können Bewegungslieder den Englischunterricht auflockern. Erfolgserlebnisse durch das Auswendiglernen eines Textes sind dem Kind schnell bewusst und eignen sich so als Motivationsschub zum Erlernen der vier Fertigungsbereiche (hör- und Leseverstehen, Sprechen und Schreiben) des Sprachlernprozesses.

2. Wahl der Unterrichtseinheit

Für unsere Unterrichtseinheit wählen wir Klassenstufe 5 einer Orientierungsstufe, die koedukativ zusammen gesetzt ist. Im Folgenden wollen wir einige Unterrichtsbeispiele herausgreifen, durch die Bewegtes Lernen im Englischunterricht verdeutlicht werden kann.

Zu Beginn der Unterrichtseinheit sollen die Schüler mit dem Wortfeld *parts of the body* vertraut werden. Hierzu haben wir einige Übungen, die aufeinander aufbauen, ausgewählt. Daran anschließend sollen die tempi Present Progressive und Simple Present anhand von Übungen, die das Wortfeld *parts of the body* aufgreifen, gelernt werden.

Wie kamen wir zu dieser Themenwahl ? Das Thema *parts of the body* erschien uns deshalb wichtig, weil die Rahmenrichtlinien das Wissen über das Beschreiben einer Person vorgeben.

Außerdem zählen die Zeitformen Present Progressive und Simple Present zu den Grundanforderungen.

Durch die Einbeziehung ihres Körpers in die Übungen, ermöglichen wir den Schülern ganzheitliches Lernen.

Wichtig ist beim Aufbau der Unterrichtsstunden, dass man darauf achtet, dass sich auf der einen Seite Bewegen und Stillsitzen abwechseln eine Variabilität der Bewegungsaktivitäten zu finden ist.

Anhand unserer ausgewählten Bewegungsspiele, Bewegungslieder und Entspannungsübungen sollen die Schüler positive Erlebnisse, Fortschritte und Spaß mit der englischen Sprache verbinden.

2.1 Durchführung der Unterrichtseinheit

Wie schon oben erwähnt, wollen wir zu Beginn unserer Unterrichtseinheit die Vokabeln des Wortfeldes *parts of the body* einführen.

Neben den spielerischen Übungen erhält unser Lehrer durch eine Handpuppe Unterstützung. Diese fungiert als Assistent und erhält einen Namen durch den Lehrer, z.B. *Jack* und spricht nur Englisch. Sie dient der anschaulichen Darstellung von Dialogen in der Klasse und ermöglicht der Lehrkraft sowohl in der Fremd- als auch in der Muttersprache aufzutreten. Darüber hinaus ermöglicht die Puppe auch schüchternen Schülern ihre Hemmschwellen zu überwinden, indem sie selbst spielerisch die Handpuppe führen. Außerdem bietet *Jack* die Möglichkeit, für Rituale und als Maskottchen im Englischunterricht eingesetzt zu werden.

2.1.1 Einführung in das Wortfeld *parts of the body*

Bewegungslied :

Als Einführung in das Wortfeld eignet sich das Bewegungslied *Head and Shoulders*. Für dieses Lied eignet sich ein Stuhlkreis.

Der Text lautet :

*Head, Shoulders, knees and toes, knees and toes,
Head, Shoulders, knees and toes, knees and toes,
Ears and eyes and mouth and nose,
Head, Shoulders, knees and toes, knees and toes.*

Quelle : Kienzler, Jürgen / Kumpf, Gottfried : Lieder im Englischunterricht der Unterstufe. In : Praxis schule Heft 3 Juni 1997, S. 52 ff.

Anfangs zeigt und nennt der Lehrer die Körperteile, die für das oben genannte Lied *Head and Shoulders* benötigt werden. Daraufhin machen die Schüler die Bewegung nach und wiederholen die Vokabeln im Chor. Haben die Schüler dies einmal verinnerlicht, wird die

Melodie vom Lehrer vorgegeben und das Lied anschließend gesungen, wobei die entsprechenden Körperteile berührt werden. Um dem Ganzen Spannung zu verleihen, wird das Tempo zunehmend gesteigert.

Da durch das Lied die Vokabeln mit einem Rhythmus und passenden Bewegungen verknüpft werden, wird die Aussprache und die Bedeutungszuordnung der neuen Vokabeln erleichtert.

Vokabelkarten / Vokabelposter :

In unserem nächsten Schritt sollen die Schüler in einer Erarbeitungsphase eigenständig Vokabelkarten mit den bereits neu erlernten Vokabeln aus dem Lied *Head and Shoulders* erstellen.

Um die Schreibweise und Bedeutung der neuen Vokabeln zu sichern, heften die Schüler die Vokabelkarten an die Tafel und nennen dazu die deutschen Bedeutungen, die daneben an die Tafel geschrieben werden. Danach spricht der Lehrer die Vokabeln nochmals vor und die Schüler wiederholen diese im Chor. Dazu werden Überkreuzbewegungen der Arme und Beine durchgeführt, damit beide Gehirnhälften angeregt werden, zusammen zu arbeiten, sodass der Lernprozess effektiver wird.

Der Lehrer legt ein Plakat in die Mitte eines Stuhlkreises, auf dem der Umriss einer gemalten Person zu sehen ist. Die Schüler ordnen dort die Vokabelkarten den dazugehörigen Körperteilen zu, sodass ein Vokabelposter zur Visualisierungshilfe entsteht. Dieses kann im Klassenraum aufgehängt werden.

Bewegungslied :

Sobald diese bisher gelernten Vokabeln von den Schülern sicher beherrscht werden, können die noch fehlenden Körperteile nach und nach hinzugefügt werden.

Dafür eignet sich z. B. folgendes Lied :

If you're happy and you know it, clap your hands
If you're happy and you know it, clap your hands
If you're happy and you know and you really want to show it
If you're happy and you know it, clap your hands.

Alternativen: Stamp your feet

Snap your fingers
Bend your knees
Slap your sides
Shake your head
Give a kiss
Etc.

Bewegungsspiel :

Nachfolgend stellt der Lehrer eine bewegte Aufgabe, die im gesamten Klassenraum stattfindet. Dazu bekommt jeder Schüler ein Kärtchen, auf dem der Name eines Körperteils steht. Die Schüler gehen ruhig durch die Klasse. Auf ein Signal hin suchen sie sich einen Partner, dem sie das Körperteil zeigen und die passende englische Vokabel nennen. Dann tauschen die Schüler die Karte. Das Spiel ist dazu gut geeignet, alle Schüler zum aktiven Gebrauch der neuen Vokabeln zu ermuntern. Des Weiteren wird dem Bewegungsdrang der Schüler gefolgt.

Bewegte Aufgabe zur Wahrnehmungsschulung :

Zur Wahrnehmungsschulung eignet sich folgende Übung :

Jeder Schüler sucht sich einen Partner, die sich gegenüber stellen. Während sich dann der eine Schüler umdreht, verändert der andere seine Körperhaltung. Der nun zurückgedrehte Schüler muss die Veränderung bemerken und verbalisieren

(z.B. „your knee“).

Memory – Spiel :

In einer spielerischen Übungsphase festigen die Schüler die Vokabeln, in dem ein Memory - Spiel die Wort- und Bildzuordnung geübt wird. Dazu eignet sich besonders Gruppenarbeit, z. B. zu viert. Ein Kartenpaar besteht hier entweder aus einer Karte mit dem deutschen Wort und einer Karte mit dem passenden englischen Wort oder aus einer Karte mit dem passenden Bild zu dem englischen Wort.

2.1.2 Einführung des Simple Present

Bewegtes Spiel :

Das morgendliche Waschen als natürliche Situation bietet eine gute Möglichkeit *commands* und die grammatische Struktur des Simple Present miteinander zu verbinden. Hierzu eignen sich die neu erlernten Vokabeln aus dem Wortfeld *parts of the body*.

Zum Einstieg setzten sich die Schüler in einen Sitzkreis, wobei der Lehrer eine Schale / Eimer mit oder ohne Wasser vor sich stehen hat. Er taucht seine Hände vorsichtig in das Wasser, während er über „cold water“ und „warm water“ spricht sowie über die morgendlichen Tätigkeiten im Badezimmer, die er gleichzeitig demonstriert :

“Every morning, I walk into the bathroom, I wash my hands, I clean my teeth, then I wash my eyes, I wash my ears, ...”

Es erfolgt ein rhythmisches (Rap – Melodie) Wechselsprechen zwischen Eltern (Lehrer) und Kind (Schüler) in Verbindung mit den auszuführenden Bewegungen des Waschens :

Mutter / Vater (Lehrer) : ” Wash your hands !”

Kind (Schüler) : “ I wash my hands !”

(→ der Schüler wäscht sich pantomimisch die Hände)

Mutter / Vater (Lehrer) : “Clean your teeth !”

Kind (Schüler) : “ I clean my teeth !”

(→ der Schüler putzt sich pantomimisch die Zähne)

Quelle : Elke Streckfuß: Ein Unterrichtsbeispiel aus dem Fach Englisch.

Weitere Beispiele als *commands* :

- wash your eyes
 - wash your ears
 - wash your face
 - wash your feet
- etc.

Besonders auch für schwächere Schüler wirkt sich die „Verbindung von sprachlicher Struktur und musikalischer Ausgestaltung“(Elke Streckfuß : Ein Unterrichtsbeispiel aus dem Fach Englisch) effektiv auf die Behaltensleistung aus. „Wiederholungen wirken in Liedform natürlich und sind beim Rap gewollt, Melodie und Rhythmus zwingen den 'Sänger' in ein vorgegebenes Muster, sodass beim Singen keine für das „Chorsprechen“ typische Zerstörung der Intonation entstehen kann.“(Elke Streckfuß: Ein Unterrichtsbeispiel aus dem Fach Englisch.).

Haben die Schüler die sprachliche und grammatikalische Struktur einmal verinnerlicht, so können sie die Rolle des Lehrers bzw. die der Eltern übernehmen und die *commands* geben.

Als Alternative dazu kann die Klasse auch in zwei Gruppen geteilt werden, wobei die eine Hälfte die *commands* gibt und die andere Hälfte diese entgegen nimmt und die dazugehörigen Bewegungen ausführt.

2.1.3 Einführung in das Present Progressive

Bewegungsspiel :

Zunächst soll das Present Progressive als Verlaufsform des Präsens in der 1. Person Singular eingeführt werden. Die dafür verwendeten Verben sollten den Schülern im Vorfeld bekannt sein, um die volle Konzentration auf die neue grammatikalische Struktur zu richten.

Die Einführung des Present Progressive erfolgt in einem Bewegungsspiel, wofür die Schüler einen Sitzkreis aufbauen. Anschließend spricht der Lehrer den Schülern die neuen Satzstrukturen, die für das Spiel notwendig sind, vor :

- a) *What are you doing ?*
- b) *I am waiting.*
- c) *I am running to ...*
- d) *I am watching TV*
- e) *I am playing.*

Die Schüler ordnen sich nun im Kreis an und einer der Schüler steht in der Kreismitte. Dieser hat nun die Aufgabe, einen Mitschüler zu fragen :

What are you doing ?

Dieser befragte Mitschüler hat nun vier Möglichkeiten zu antworten (vgl. b – e).

Antwortete er mit *“I am waiting“*, so muss der in der Mitte stehende Schüler einen anderen Mitschüler befragen. Antwortete er mit *“I am running to ...“*

(Nennen eines Mitschülers) , so muss der antwortende Schüler den Platz des genannten Mitschülers schneller erreichen als derjenige, der in der Mitte steht.

Der Überbleibende der beiden ist somit neuer Fragender. Antwortete er mit *“I am watching TV“*, so müssen die Nachbarn des Gefragten die Plätze tauschen. Der Fragende muss versuchen einen Platz der beiden zu ergattern. Der Überbleibende muss in die Mitte. Als letzte Möglichkeit kann der Gefragte noch mit *“I am playing“* antworten. In diesem Fall müssen alle bis auf ihn die Plätze wechseln.

Bewegungslied :

Zur Vertiefung der grammatischen Strukturen des gerade gelernten Present Progressive eignet sich der *Present Progressive Rap* mit folgendem Text :

I'm opening my eye. Yeah, yeah !

I'm getting up. Yeah, yeah !

I'm washing my face. Yeah, yeah !

I'm brushing my teeth. Yeah, yeah !

I'm cleaning my ears. Yeah, yeah !

I'm combing my hair. Yeah, yeah !

Quelle : Bianka Hedrich : Examensarbeit zum Thema „Bewegtes Lehren und Lernen“, 2000.

Die Vokabeln der vorgestellten Aktivitäten dieses Raps sind den Schülern schon aus dem oben beschriebenen Bewegungsspiel zum Simple Present weitgehend bekannt.

Die Schüler singen diesen Rap – Song und unterstreichen ihn mit den passenden Bewegungen.

Pantomimen – Spiel :

Zur Einführung des Present Progressive in der 3. Person Singular bietet sich ein Pantomimen – Spiel an. Hierzu stellt sich ein Schüler in die Mitte des Sitzkreises, der eine bestimmte

Bewegung ausführen soll, die auf einer ihm vom Lehrer gegebenen Karte steht, z.B. *bend your knees*. Der Lehrer fragt nun in die Runde :

“What is he doing ?“

Die Schüler spekulieren über die ausgeführte Bewegung und antworten mit der vorgegeben Struktur :

“He / She is + Verb + ing ...!“

Bewegungslied :

Darauf aufbauend könnte man die 1. Person Plural des Present Progressive durch ein Bewegungslied einführen.

*We are going to the mountains, yes we are
We are going to the mountains, yes we are
We are going to the mountains, going to the mountains
We are going to the mountains, yes we are*

*We are climbing up the mountains, yes we are
We are climbing up the mountains, yes we are
We are climbing up the mountains, climbing up the mountains
We are climbing up the mountains, yes we are*

*We are singing in English, yes we are
We are singing in English, yes we are
We are singing in English, singing in English
We are singing in English, yes we are*

Quelle : Paul, David: Songs and games for children. Oxford 1996, S. 62

Durch die Struktur *we are + Verb + ing* , die in diesem Lied mehrmals wiederholt wird, verinnerlichen diese die Schüler unbewusst.

Kreuzworträtsel :

Als Ausgleich zum ständigen Sitzen im alltäglichen Schulunterricht bietet sich die Bearbeitung eines Kreuzworträtsels zum Thema Present Progressive am Boden an. Die Aufgabe besteht darin, die einzelnen Buchstaben zu Verben im Present Progressive zusammen zu legen. Durch die häufig vorkommenden Buchstaben „i“, „n“ und „g“ prägt sich das Participle schnell ein.

Laufdiktat :

Als weitere Übungsform bietet sich stets das bewegungsintensive Laufdiktat an. Hier müssen die Schüler durch die Klasse gehen und zu einem Bild, das in Klasse hängt, den passenden englischen Satz finden, der sich an einem anderen Platz an der Wand befindet. Jeder Schüler muss versuchen, sich diesen Satz, den er an der Wand gelesen hat, so lange zu merken, bis er zurück an seinem Platz ist. Dort schreibt er ihn in sein Heft.

Durch diese Übung wird das „Speichern und Sichern von Texten und Schreibweisen“ (Buchner, Walter: Bewegtes Lernen. 2000, S.88) gefördert.

Handpuppe Jack :

Zwischen den einzelnen Bewegungsteilen in einer Unterrichtsstunde eignet sich die Handpuppe *Jack* hervorragend, um die neu erlernten grammatischen Strukturen und Regeln bzw. Vokabeln abzufragen. Dadurch wird die ansonsten eher langweilige Lernphase spannender gestaltet.

2.1.4 Entspannungsübungen

Besonders am Ende der jeweiligen Stunde bieten sich Entspannungsübungen oder Entspannungsgeschichten an, die Stunde ruhig aus und entspannt ausklingen zu lassen. Sie können sowohl einen Ausgleich zu den vorher ausgeübten Bewegungen darstellen, als auch noch einen Lerneffekt erzielen, da auch diese Übungen in der englischen Sprache vollzogen werden.

Entspannungsgeschichte :

Diese folgende Entspannungsgeschichte eignet sich besonders nach einer Stunde zum Thema Present Progressive (3. Person Singular) . Hierbei sitzen die Schüler an ihren Tischen und befolgen die Anweisungen :

Put your head on your arms. Now please relax.
It is a warm summer day. The sun is shining. You are sitting in the park.
Look, can you see the nice little cat ?The little cat is sitting in the sun.
The little cat likes sitting in the sun. Now, you are going to the little cat.
You are touching the little cat. It is so warm and so nice.
Oh, now mother cat is coming. The little cat is running to her mother.
Bye, little cat. Bye.

Entspannungsübung:

Folgende Entspannungsübung lässt sich gut nach einer Stunde verwenden, in der das Simple Present oder / und die Vokabeln zum Wortfeld *parts of the body* thematisiert worden sind.

Stand up, please – clap your hands, please. Clap – clap – clap...
Now step to the left – step to the right. Left – right – left – right...
Now walk on the spot. Walk – walk – walk...
Now bend your knees. Up – down – up – down...
Thank you. Relax and sit down, please.
Sit forward and swing your arms – both together. Swing – swing – swing...
Now make complete circles. Round – round – round ...
Now relax your bodies. Let your arms hang down to the floor.
Shut your eyes and listen to the music.

Quelle: Böttcher, K.-H.: Sing a rainbow. Stuttgart, 1992.

3.Schluss

Das Bewegte Lernen muss nicht nur Vorteile für Lehrkraft und Schüler bedeuten. Es kann genauso gut zu Umsetzungsschwierigkeiten kommen, die sich besonders in Form von zu hohem Lernpegel auswirken, der durch die ausgeübten Aktivitäten verursacht werden kann. Aus diesem Grund wäre es sinnvoll während der Unterrichtseinheit in entsprechenden Phasen z.B. Entspannungsmusik einzusetzen, damit zur Ruhe zurückgekehrt werden kann.

Abschließend lässt sich sagen, dass der wichtigste Aspekt des Bewegten Unterrichts der Faktor Spaß ist. Denn wie wir bereits erwähnt haben, lassen sich Dinge, die mit Spaß erlernt werden, einfacher im Gehirn speichern. Der Einsatz von Bewegungsliedern ist deshalb optimal Sie

motivieren und bieten vielseitige Möglichkeiten zur Einführung und auch zur Aktivierung des Wortschatzes.

Entspannungs- und Körperungslockerungsübungen hingegen können einen körperlichen und psychischen Ausgleich darstellen, der einen Kontrast zu den sonst so „bewegten“ Unterrichtseinheiten bildet.

Englischunterricht kann so also durch die bereits oben erwähnten Elemente vielseitig, effektiv und abwechslungsreich gestaltet werden. Das natürliche Bewegungsbedürfnis der Kinder sollte aus diesem Grund auch in den „Kopffächer“ nicht vernachlässigt werden, da sonst wertvolle Chancen des Lernen über Wahrnehmung und Bewegung ungenutzt bleiben. Dies führt wieder zu einer Reduzierung auf zwei Lerntypen, was einen Großteil der Kinder vernachlässigt und ihnen die Chance auf ein Typgerechtes Lernen nimmt.

Man sollte die Schulen noch weiter weiterentwickeln von dem Gedanken, es käme nur der Kopf in die Schule, wenn es sich doch um das ganze Kind handelt (vgl. Renate Jürgens-Pieper, *Bewegte Schule*, 1999, Vorwort, S.5)

Die Schulen haben deshalb den Auftrag, auf die Veränderung der kindlichen Lebenswelt in Folge des Verlustes an Eigentätigkeit zu reagieren und Bewegung als Mittel der Entwicklungsförderung und Lernerleichterung stärker im gesamten Unterricht zu verankern.

Wir sind der Meinung, dass den Lehrern in diesem Sinne eine gewisse Verantwortung obliegt, die Bewegungsanregungen, die den Kindern in ihrem Alltag fehlen, auszugleichen. Wir müssen einer Entwicklung entgegenwirken, die unsere Kinder im Extremfall zu bewegungsunfähigen Menschen werden lassen könnte. Denn Bewegung ist nicht nur gesund, sondern macht auch Freude und durch Freude klug!

4. Literaturverzeichnis

Böttcher, Karl – Heinz: Sing a rainbow. Stuttgart 1992.

Bucher, Walter (Hrsg.) : Bewegtes Lernen. Teil 2 : 4. – 6. Schuljahr. Schondorf 2000.

Gradl, Herbert / Tumpold, Ernst : Tips für helle Köpfchen. Wien, Stuttgart 1995.

Montessori, Maria : Das kreative Kind. Freiburg 1972.

Niedersächsisches Kultusministerium (Hrsg.) : Bewegte Schule. Teil 1. 1999.

Paul, David : Songs and games for children. Oxford 1996.

Kienzler, Jürgen / Kumpf, Gottfried : Lieder im Englischunterricht der Unterstufe. In :
Praxis Schule, Heft 3 , Juni 1997, S. 52 ff.

http://nibes.ni.schule.de/~beschule/pdf1/kap3_.pdf