



Karin Eckenbach

Games for Brains

Spielerische Lernförderung durch Bewegung



Karin Eckenbach

Games for Brains

Spielerische Lernförderung durch Bewegung

Unter www.friedrich-verlag.de finden Sie Materialien zum Buch als Download.
Bitte geben Sie den achtstelligen Download-Code in das Suchfeld ein:

d31180gb

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Impressum

Karin Eckenbach
Games for Brains
Spielerische Lernförderung durch Bewegung

3. Auflage

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen (gemäß § 60 a UrhG) bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.
Das gedruckte Werk unterliegt für den Einsatz an Schulen www.schulbuchkopie.de.
Der Verlag untersagt ausdrücklich das Herstellen von digitalen Kopien des ganzen Werkes, das Speichern und Zurverfügungstellen dieses Werkes in Netzwerken (das gilt auch für Schulserver, Cloudsysteme und Intranets sonstiger Bildungseinrichtungen), per E-Mail, Internet oder sonstigen elektronischen Medien außerhalb der gesetzlichen Grenzen.
Sofern vorhanden: Es dürfen zur Verfügung gestellte Kopiervorlagen/Schülermaterialien für alle Teilnehmenden der eigenen Klasse/des eigenen Kurses fürderzeitige und zukünftigen Lerngruppen (auch digital) vervielfältigt werden.
Die digitale Weitergabeder Kopiervorlagen/der Schülermaterialien an die Teilnehmenden (z.B. über E-Mail, Schulserver, LMS, Cloud-Systeme etc.) muss dabei unter Zugriffsbeschränkungen für den Kreis der Berechtigten erfolgen.
Die (analoge wie digitale) Weitergabe von Kopiervorlagen/Schülermaterialien an Kolleg:innen, Eltern oder Schüler:innen anderer Lerngruppen ist nicht gestattet.
Editierbare Kopiervorlagen/Dateiendürfen zusätzlich bearbeitet, gespeichert und für Schüler:innen der eigenen Lerngruppe vervielfältigt werden.
Die Lizenzinformation und Quellenhinweise des Werkes dürfen nicht entfernt werden.
Die digitale Ausgabe (PDF) dürfen Sie auf Ihren Endgeräte speichern, jedoch nicht weitergeben.
Alle weiteren Bedingungen gelten wie oben entsprechend.
Die automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß § 44b UrhG („Text-and Datamining“) zu gewinnen, ist untersagt.

© 2024. Kallmeyer in Verbindung mit Klett
Friedrich Verlag GmbH
Luisenstraße 9
D-30159 Hannover
Alle Rechte vorbehalten.
www.friedrich-verlag.de

Redaktion: Barbara Dulitz, Kassel
Illustrationen: Hendrik Kranenberg, Drolshagen
Titelfoto: © iStockphoto.com/FatCamera
Realisation: Friedrich Verlag GmbH
Druck: BELTZ Grafische Betriebe GmbH, Am Fliegerhorst 8, 99947 Bad Langensalza
Printed in Germany

ISBN (print): 978-3-7727-1180-0
ISBN (E-Book): 978-3-7727-1181-7

Karin Eckenbach

Games for Brains

Spielerische Lernförderung durch Bewegung

Klett | Kallmeyer

Vorwort	7
Einleitung	9
Zum lernförderlichen Potenzial von Bewegung	11
Was kann Sport bewirken? Langfristige Effekte von Bewegung	12
Was sind exekutive Funktionen?	13
Welche Bedeutung haben exekutive Funktionen?	15
Wie „wirkt“ Bewegung im Gehirn?	18
Wann ist eine Förderung der Lernleistung durch Bewegung besonders sinnvoll?	21
Was ist bei einer Lernförderung durch Bewegung zu beachten?	22
Bevor es losgeht: Hinweise zum Verständnis der Spielesammlung	25
Spielesammlung	29
<i>Großgruppenspiele</i>	30
1 Stroop Steps	30
2 mursrednA	32
3 Bewegungskoffer	33
4 Memo-Battle	34
5 Move it – move it	36
6 Think & Dance	38
7 Crazy Circle	39
8 Clap & React	40
9 Colour Bouncing	42
10 Chaos Completo	43
11 Copy and Paste	44
12 Farbenjagd	45
13 Eckstein	46
14 Feuer, Wasser, Sturm extreme	48
15 Zombieballa-balla	49
16 Kombi-Jump	50

<i>Mannschaftsspiele</i>	51
17 Hand-Fuß-Ball	51
18 Catch or not	52
19 Schockey	54
20 Öcher-Ball	56
21 Trampoball	58
22 Flexi-Fangen	60
23 Twelve	61
24 FORMidablo	62
25 Wald-Derby	65
26 Story-Fangen	66
27 Switchball	71
28 Super-Mario-Match	72
29 Super Hero-Challenge	74
30 Bildchen, wechsle dich	76
 <i>Staffelspiele</i>	 79
31 Auf die Würfel, fertig, los!	79
32 Memo-Picture-Run	80
33 Chaos-Karree	82
34 Duell der Könige	84
35 Tüfteleispektakel	86
36 Schnick-Schnack-Sieg	88
 Literatur	 90
 Dank	 93
 Download-Materialien	 94
Übersicht	94
Nutzungshinweise	95

Vorwort

Viele gute (Forschungs-)Ideen finden den Weg in die Schule nicht. Dabei könnte man sie dort gut gebrauchen. In Zeiten gesteigerter Anforderungen sind gute pädagogische Konzepte in der Praxis hoch willkommen. Wie also gelangen Innovationen in die Schule?

Es gibt mindestens zwei Wege: Entweder lassen sich Schulen motivieren, aktuelle Forschungsergebnisse in der Praxis aufzugreifen. Oder sie sind selbst am Forschungsprozess beteiligt. Dr. Karin Eckenbach hat beide Wege gewählt. Im Rahmen ihres Dissertationsprojekts (Boriss, 2015) hat sie sich mit der Förderung exekutiver Funktionen im Sport befasst und Hinweise für eine erfolgversprechende Umsetzung erarbeitet. Zugleich hat sie ihre Ideen mit 197 Schülerinnen und Schülern sowie zehn Lehrkräften erprobt und weiterentwickelt. Hinzu kamen zahlreiche Fortbildungen mit Lehrerinnen und Lehrern unterschiedlicher Schulformen.

Insgesamt gelingt ihr damit ein anspruchsvoller Neustart in das Themenfeld „Lernen durch Bewegung“, das in der Sportpädagogik schon seit einigen Jahren bearbeitet wird, in den letzten Jahren aber ein wenig vor sich „hindümpelte“. Ein Neustart ist das Buch deshalb, weil hier erstmalig eine systematische Auseinandersetzung mit den lernförderlichen Impulsen von Bewegung für eine Förderung der exekutiven Funktionen von Heranwachsenden in der Schule erfolgt.

Die exekutiven Funktionen haben eine grundlegende Bedeutung für die Lernleistungen von Schülerinnen und Schülern. Nicht mehr nur ausdauerorientierte Belastungen, sondern auch kognitiv herausforderungsvolle Bewegungsaufgaben rücken in den Vordergrund einer Lernförderung durch Bewegung.

Mit der nun von Dr. Karin Eckenbach vorgelegten Sammlung praxiserprobter Spiele und Übungen zur Förderung exekutiver Funktionen erfolgt ein wichtiger Schritt zum gelingenden Transfer von Innovationen aus der Forschung in die Schule. Das Buch kann den schon im Innovationsprozess befindlichen Kolleginnen und Kollegen als Gedankenstütze und Anregung für die Praxis dienen. Zugleich bietet es Neuinteressierten einen Einstieg in die Lernförderung durch Bewegung in der Schule. Wir wünschen dem Buch eine weite Verbreitung.

*Prof. Dr. Nils Neuber
PD Dr. Michael Pfitzner*

Einleitung

Die Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport für die physische wie psychische Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ist unbestritten. Der Boom von „bewegungsfreudigen“ oder „bewegten“ Schulen ist als eine Reaktion auf diese Gewissheit zu verstehen. Ist tatsächlich etwas Wahres dran an dem bekannten Slogan „*Toben macht schlau*“?

Ja! Und zwar insbesondere dann, wenn das Potenzial, das in Bewegung, Spiel und Sport steckt, gezielt genutzt wird: Forschungsergebnisse belegen, dass sportliche Belastungen im Allgemeinen mit positiven Effekten in kognitiver Hinsicht verbunden sind. Seit Kurzem ist zudem klar, dass es insbesondere koordinativ anspruchsvolle bzw. kognitiv komplexe Bewegungsausführungen sind, die mit einem Mehrgewinn in Bezug auf Denk- und Lernprozesse einhergehen. In einigen Situationen im Sport sind diese wichtigen Prämissen bereits gegeben – beispielsweise in komplexen Sportspielsituationen, in denen sich eine Sportlerin oder ein Sportler schnell an die Aktionen von Gegenspielern oder Mitspielern anpassen muss, um Punkte zu erzielen. Auch in einer komplizierten Tanzkür sehen sich Tänzer oder Tänzerin im Zusammenspiel einzelner Teilkörperbewegungen mit einer koordinativen Herausforderung konfrontiert.

Um den lernförderlichen Effekt von Bewegung zu steigern, ist es sinnvoll, Kinder und Jugendliche (und auch Erwachsene!) möglichst häufig in kognitiv anspruchsvolle Situationen zu bringen. Dies ist meist schon mit kleinen Anpassungen an das Spiel- oder Übungsgeschehen möglich.

Von Seiten der Wissenschaft liegen bereits erste Lösungsvorschläge für solche Anpassungen vor. Verschiedene Untersuchungen lieferten umfangreiche psychologische Ergebnisse, die für die Förderpraxis in Schulen, Vereinen oder im Familienalltag von Belang sind. Allerdings sind die Umsetzungsvorschläge oft sehr abstrakt und finden daher häufig nicht den Weg zum „Endverbraucher“, der die Erkenntnisse anwenden könnte.

Dieses Buch ist aus der persönlichen Überzeugung entstanden, dass es notwendig ist, die Akteurinnen und Akteure der Anwendungspraxis an den Erkenntnissen teilhaben zu lassen und ihnen konkrete Umsetzungsvorschläge zu unterbreiten. Dabei greift dieses Buch eigene Forschungsergebnisse auf, die im Rahmen eines mehrjährigen Projekts an der Universität Münster gewonnen wurden. Anhand ausgewählter Spiele zeigt es erprobte Möglichkeiten, wie die spielerische Förderung der Kognition von Kindern und Jugendlichen gelingen kann. In einer Evaluationsstudie konnte bereits belegt werden, dass eine regelmäßige Anwendung einen positiven Effekt auf die kognitiven Leistungen von Schülerinnen und Schülern hat.

Insgesamt hält das Buch 36 Praxisbeispiele bereit. Bei der Auswahl wurde Wert auf die Expertise von Lehrerinnen und Lehrern unterschiedlicher Schulformen gelegt, um die Umsetzbarkeit im Schulalltag zu gewährleisten.

Primäre Zielgruppe sind Lehrerinnen und Lehrer der Klassen 5 bis 7. Darüber hinaus eignen sich die Förderspiele auch für den Einsatz im Freizeitbereich, z.B. im Vereinssport. Wenn diese Spiele von der Spielleiterin oder dem Spielleiter auf Grundlage dieses Buches pädagogisch durchdacht und gezielt geplant sind, wird deren Ziel – die Förderung der geistigen Leistungsfähigkeit – von den Schülerinnen und Schülern meist gar nicht bemerkt. Im Vordergrund stehen der Spaß und die Freude an der Bewegung. Bewegung ist nicht nur besonders förderlich für die Kognition, sondern gleichzeitig ein enormer Motivationsfaktor. Das Lernen geschieht ganz nebenbei!

Für ein besseres Verständnis des Praxisteils dieses Buches werden zunächst grundlegende Informationen zum Zusammenhang von Bewegung und Lernen nach dem aktuellen Stand der Forschung gegeben. Dabei wird vor allem auf die Studie Bezug genommen, die zur Evaluation der Praxisbausteine diente. Erläutert wird die zentrale Bedeutung bestimmter kognitiver Fähigkeiten, der sogenannten exekutiven Funktionen. Da diese im Zusammenhang mit der Kognition des Menschen eine Schlüsselrolle einnehmen, steht deren Förderung im Mittelpunkt des Praxisteils.

Das vorliegende Buch möchte Lehrkräfte, Trainerinnen und Trainer langfristig befähigen, eigenständig eine gezielt profilierte Lernförderung durch Bewegung umzusetzen. Aus diesem Grund werden didaktische Hinweise gegeben, die zur eigenen kreativen Auseinandersetzung mit dem Thema „Lernen durch Bewegung“ beitragen sollen.

Den Hauptteil des Buches machen jedoch konkrete Spielvorschläge aus. Die Spielesammlung ist gegliedert nach Großgruppen-, Mannschafts- und Staffelspielen. Für die Umsetzung vieler Praxisvorschläge liegen erprobte Materialien zum Download bereit.

