

# MALU – Kinder in Bewegung

## Bewegung zwischen Tanz und Lernen

---

*Lucia Glass, Marlene Janzen*

Die Digitalisierung und die sich stetig ausbreitende Technisierung haben unseren Lebensstil so verändert, dass die Bewegung zunehmend aus unserem Alltag verschwindet. Und zwar nicht nur quantitativ, sondern auch qualitativ. Grundlegende Bewegungsabläufe wie auf einem Bein springen werden zu Hürden im Alltag. An den Schulen und in den Kindergärten ist zu beobachten, wie sich der Bewegungsmangel und die technische Entwicklung nicht nur auf die körperliche Gesundheit und das Wohlbefinden, sondern auch auf das Lern- und Sozialverhalten sowie die Kreativität und Fantasie der Kinder auswirkt. Doch wo beginnt eigentlich die Sinnes- und Gehirnentwicklung und wie korreliert sie mit der Bewegungsentwicklung? Antworten auf diese Fragen haben wir in der somatisch fundierten Entwicklungs- und Lernbegleitung am Hamburger Institut für Bewegungs- und Lernentwicklung Bettina Rollwagen gefunden. Rollwagens Arbeit fußt auf neuesten Erkenntnissen der Neurobiologie und der Kognitionswissenschaft sowie dem bewegungsanalytischen und damit verknüpften entwicklungspsychologischen Wissen (Rollwagen 2014).

Die nachfolgend vorgestellte Arbeit *MALU – Kinder in Bewegung* nähert sich diesem komplexen interdisziplinären Wissen über eine Auswahl an somatischen Themen und künstlerischen Herangehensweisen. Lucia Glass, aus dem zeitgenössischen Tanz und der Choreografie kommend, und Marlene Janzen, Sonderpädagogin für Arbeitslehre, haben eine Begriffslandkarte und ein Kartenset entwickelt, mit dem sich unterschiedliche Erfahrungsfelder des Körpers genauer erforschen lassen, und zwar in der Verbindung von Praxis und Hintergrundwissen. Es ist ein künstlerisch-kreativer Ansatz zur Entdeckung von Grundlagenwissen in den Bereichen Tanzkunst, Somatik und Neurobiologie. Die anschaulich gestalteten Bewegungseinheiten

sind im Besonderen für die Arbeit im kulturellen und schulischen Kontext mit Kindern und Lehrpersonen geeignet. In unserem Berufsalltag und in unseren empirischen Recherchen hat sich gezeigt, dass der Bedarf an Bewegungswissen und Hintergrundwissen zur Funktionsweise des Gehirns groß ist.

## **Bewegung als Grundlage von Lernen und Entwicklung**

Die wichtigsten Ressourcen des Menschen liegen in der Natur und im eigenen Körper. »Wie die gesamte Natur einen Bauplan hat, der sich gemächlich entwickelt, folgt auch die frühkindliche Entwicklung des Gehirns einem angelegten Plan« (Teuchert-Noodt 2016: 36). Das gleiche gilt für die frühkindliche Bewegungsentwicklung. Bewegungs- und Gehirnentwicklung korrelieren und lassen sich im Prinzip nicht getrennt voneinander betrachten. Von Beginn an erfahren und erleben wir die Welt während und weil wir uns in ihr bewegen. »Bewegung ist die Basis unseres Lernens [...]« (Hartley 2012: 42). Auf somatischer Ebene vollzieht sich das Lernen über kleinste sensomotorische Einheiten. »Sinnesobjekte wie Schwerkraft, Kontakt oder Gerüche werden sensorisch wahrgenommen und lösen in der Folge eine motorisch gesteuerte Bewegung aus, die wiederum zu einer neuen Sinneswahrnehmung führt.« (Rollwagen 2014: 161) Auf diese Weise prägt uns alles, was wir erleben, und bestimmt im Folgenden wiederum, wie wir der Welt begegnen. Unsere Lernvoraussetzungen- und Erfahrungen sind beeinflusst von subjektiven Erfahrungen und Empfindungen. Diese Tatsache muss in der Begleitung von Lernprozessen dringend berücksichtigt werden. Wenn wir zudem in unserer Bewegungsarbeit mit den Kindern einen sicheren Raum und ein Gefühl von Verbundenheit schaffen, haben wir das Wichtigste schon kreiert: Die Grundlage für Vertrauen und Wagnis, und damit die Voraussetzung für das Lernen an sich. Das gemeinsame Entdecken und Forschen führt dazu, dass die Kinder ein Interesse an einer Sache entwickeln. In der Folge werden sie sich selbst Wissen erarbeiten, das dann nachhaltig ist und den Kindern auch erhalten bleibt (Hüther 2013).

Entdecken, Erfahren und Erforschen stehen im Mittelpunkt und ermöglichen die Verbindung von regelhaftem und fantasievollem Lernen. Es entsteht Raum zum Experimentieren ohne Furcht vor Fehlern und abseits von Optimierungsansprüchen. Das Anliegen ist, Kinder Erfahrungen sammeln

zu lassen, die am bereits vorhandenen Wissensschatz anknüpfen und ihn vielfältig bereichern.

## Die Entwicklung des Kartensets *MALU – Kinder in Bewegung*

Das Kartenset ist das Herzstück von *MALU – Kinder in Bewegung*. Es besteht aus sechzig sorgfältig aufeinander abgestimmten Bewegungseinheiten in Form von Bewegungskarten. Diese beinhalten eine Auswahl an somatischen Themen. Sie basieren auf eigens kreierten oder weiterentwickelten, vorgefundenen und angepassten Übungen. Sie beziehen sich u.a. auf die *Developmental Movements* nach Bonnie Bainbridge Cohen (2018), Übungen aus den *Barthelieff Fundamentals* (Kennedy 2014), sowie Material aus verschiedenen Körpertechniken und dem zeitgenössischen Tanz. Dem Kartenset beigelegt sind eine Begriffslandkarte, ein ausführliches Glossar zur Begriffsklärung sowie Tipps zu praktischen Arbeitsmaterialien. Auf der Begriffslandkarte befinden sich die sechs farblich unterschiedlich gekennzeichneten Kategorien Körper, Körpersystem, Sinn, Raum, Zeit und Gehirn. Diesen sechs Kategorien sind weitere Unter-Kategorien zugehörig. Jedem Begriff ist mindestens eine praktische Bewegungskarte zugeordnet. Der Einstieg ist von jeder Karte oder jedem Begriff aus möglich, da ein innerer lebendiger Zusammenhang zwischen allen Teilbereichen besteht, die sich gegenseitig ergänzen. Es braucht keineswegs immer eine Problemstellung. Eine intuitive, freie Herangehensweise, z.B. über die Illustrationen auf den Karten, bietet sich ebenso an. Wer mit *MALU – Kinder in Bewegung* arbeiten möchte, durchläuft eine Einführung in Form einer praxisorientierten Fortbildung. Diese sichert die Qualität der Vermittlung über die eigene Körpererfahrung.

## Sprache ist Information

Die verwendete Sprache, verbal wie non-verbal, bildet einen wichtigen Teil in der Vermittlung von Inhalten. Stimmt die sinnliche, also somatische Wahrnehmung – in der Neurologie repräsentiert durch die Projektionsfasern, die in den Körper führen – mit der sprachlichen Information – repräsentiert durch die Assoziationsfasern im Großhirn – überein, wird das Erlebte als sinnhaft erfahren. In der Anwendung des Materials gilt es zu überprüfen, ob

zum einen die benutzte Sprache beim Empfänger der Information das gewünschte Bild hervorruft oder angemessen verstanden wird. Zum anderen muss auch non-verbal entsprechend kommuniziert werden.

Ein Beispiel zum Körper-Raum-Bezug beim Schreiben kann dies verdeutlichen:

1. Variante – Die Richtungsangaben beziehen sich hier auf den Körper. Um eine Eins (1) zu schreiben, führt das Kind den Stift auf dem in der Horizontalfläche liegenden Blatt zunächst nach vorne – weg vom Körper – und dann zurück – zum Körper hin.

Die Erklärung dazu: Das Gleichgewichtsorgan (Sinnesorgan) sagt uns in Bezug auf den eigenen Körper in der Schwerkraft (Sinnesobjekt), wo die sechs Hauptrichtungen – Oben und Unten, Vorne und Hinten, sowie die Seiten – sind, und zwar zunächst über das somatisch wahrgenommene Erleben (Sinneswahrnehmung) der Raumrichtungen. Wenn wir stehen oder aufrecht sitzen ist unser Unten also da, wo die Füße sind und unser Oben dort, wo der Kopf ist. Jede andere Richtung wird vom Gleichgewichtsorgan, vereinfacht gesagt, anhand von Abweichungen von den sechs Hauptrichtungen, ermittelt, und zwar immer in Bezug auf den eigenen Körper in der Schwerkraft.

2. Variante – Die Richtungsangaben beziehen sich hier räumlich auf das Blatt. Um eine Eins (1) zu schreiben, führt das Kind den Stift auf dem Blatt zunächst nach oben – hin zur oberen Blattkante – und dann nach unten, hin zur unteren Blattkante. Hinweis: Häufig wird diese Variante unterrichtet.

Die Erklärung dazu: Sind die Raumrichtungen noch nicht ausreichend über einen gut funktionierenden Gleichgewichtssinn (Projektionsfasern) im Körper verankert, können Richtungsangaben (Assoziationsfasern) das lernende Kind verunsichern. Zunächst muss die eigene Körperwahrnehmung zwischen den (Haupt-)Richtungen unterscheiden können. Erst dann kann eine Übertragung in ein anders definiertes Raumkonzept stattfinden. Bei Kulturtechniken wie Schreiben und Malen, wird das somatisch erlebte, vertikale Empfinden auf das in der Horizontalebene liegende Blatt übertragen. Es ist eine Transferleistung aus der eigenen Körperwahrnehmung in die raumbezogene Definition und Ausführung.

Die in diesem Sinne gestaltete Beachtung der somatischen Grundlagen – wie beispielhaft in der 1. Variante aufgezeigt – ist ein Schlüssel der Herangehensweise von *MALU – Kinder in Bewegung*.

## Intention des Materials

Die Bewegungskarten sind alle gleich aufgebaut und enthalten folgende Komponenten:

- Titel
- Legende
- Bewegungsaufgabe
- Hinweis
- Künstlerische Erweiterung
- Illustration

Die Bewegungsaufgaben inspirieren dazu, die Wahrnehmung des Körpers durch vielfältige Anregungen zu erweitern. Das bedeutet in der Praxis, dass die Kinder und Lehrenden neue, zunächst auch unbekannte Bewegungen und Formungsqualitäten ausprobieren. Das führt im besten Fall zu Aha-Erlebnissen, manchmal vorerst auch zu Unmut oder Unverständnis. Denn es fällt leichter, sich so zu bewegen, wie man es gewohnt ist. Doch genau in der Auseinandersetzung mit neuen Bewegungsformen entstehen Erfahrungsräume, die zu neuen Empfindungen führen. Durch vielseitig gestaltete Bewegungsangebote können Alternativen zum individuellen Bewegungsrepertoire exploriert und entdeckt werden. Genau darin liegt das Potenzial dieser Art von Arbeit mit dem Körper. Im Eigenerleben lässt sich Neues entdecken. »Wenige Dinge sind so spannend und anregend für die Fantasie wie die Entdeckung von etwas Neuem, mag es auch noch so bescheiden sein.« (Kandel 2014: 454) Das Neue liegt im eigenen Körper verborgen, es muss nur entdeckt werden.

Mit den künstlerischen Erweiterungen auf den Karten betreten wir zudem den Bereich der ästhetischen Bildung. Diese nähern sich dem jeweiligen Thema über eine konkrete choreografische oder aber über eine spezifisch tänzerische Idee. Gemachte Erfahrungen und Entdeckungen erhalten

so spielerisch eine künstlerische Form, die dem Austausch und der kulturellen Teilhabe dienen (Sequenz, Präsentation, Choreografie o.ä.).

## Anwendungsbereich

*MALU – Kinder in Bewegung* lädt Lernende und Lehrende ein, miteinander am Körper zu forschen. Unabhängig von Alter, Geschlecht, körperlichen Voraussetzungen oder kulturellem Hintergrund kann mit dem Material experimentiert werden. Die den Bewegungsaufgaben zugrunde liegenden, von Rollwagen (2014) aufgezeigten Prinzipien und Korrelationen orientieren sich an der Somatik. Damit knüpfen sie immer auch an das an, was schon vorhanden ist. Es geht nicht um die Vermittlung von Rezepten. Vielmehr entdecken Kinder und Lehrende Prinzipien, und im Tun ihre Gemeinsamkeiten und Unterschiede.

Die Bewegungseinheiten sind fachunabhängig fruchtbar – beispielsweise im Mathematikunterricht zur Erarbeitung von Raumrichtungen oder im Biologieunterricht zur Klärung physiologischer Zusammenhänge.

## Ein Anwendungsbeispiel aus dem Unterricht

Es ist kurz vor Weihnachten. 24 Kinder im Alter von sechs bis zehn Jahren sitzen in einem Kreis. Sie besuchen eine jahrgangsübergreifende Klasse einer Grundschule in Hamburg. Eines der Kinder stellt den Tagesplan vor. Ein kleines Bild weist darauf hin, dass als nächstes die *8 Übungen für die Hand* (Kannegießer-Leitner 2015: 107f.) folgen. Die Kinder kennen die Übungen inzwischen. Sie legen ihre Handflächen auf die Oberschenkel und beginnen. Die Pädagogin beobachtet konzentrierte Gesichter. Zwischendurch lachen zwei, weil sie sich in der Reihenfolge vertan haben. Schnell versuchen sie wieder reinzukommen. Zur Unterstützung spricht ein Kind den Reim mit.

Hinweis: Mit dieser Übung werden acht entwicklungsmotorische Grundbewegungen der Handmotorik automatisiert. Diese sind die Grundlage für weitere handmotorische Alltagsbewegungen wie Schere-Schneiden, Schuhe-Zubinden und Stift-Halten. Sie stellen Vorläufer-Fertigkeiten für den Schrift-Sprach-Erwerb dar (Kannegießer-Leitner 2015). Durch das gleichzeitige Mitsprechen von Reimen kann zudem die Koordination von Hand-

und Mundmotorik geschult werden. Der Hinweis auf den Bewegungskarten bezieht sich jeweils auf diese Zugehörigkeit und damit auf die Bedeutung, welche die Übung im Kontext von Lernen und (Bewegungs-)Verhalten haben kann.

In einer zweiten Sequenz greift die Pädagogin die Handübungen nochmal auf und lässt die Hände losgelöst vom Reim auf ihren Beinen spielen. Die Hände bewegen sich frei und doch tauchen immer wieder die acht Handübungen auf. Es entstehen fließende Bewegungen und somit neue Formen. Die Handgelenke kreisen und ein Kind ruft: »Jetzt machst du den Kreuzer«. Es entsteht ein Wechselspiel zwischen Beobachtung und eigenem Experimentieren, zwischen neuen und bekannten Bewegungen. Ein Kind erfindet eine neue Reihenfolge, ein anderes nimmt die Füße hinzu und schon befinden wir uns in einer künstlerischen Erweiterung. Dieser Zugang ist ein Erkennungsmerkmal des Ansatzes, sich neuen Bewegungen kreativ zu nähern. Tipps zu Gestaltungsmöglichkeiten in Form von künstlerischen Erweiterungen befinden sich auf jeder Karte. Die *8 Übungen für die Hand* stammen von Beatrice Padovan und sind im Karten-Set unter der Kategorie Gehirn weiterhin der Unterkategorie Kleinhirn zugeteilt, weil sich dort die Handmotorik automatisiert.

## Schlusswort und Ausblick

Im Wissen um die Bedeutung der Bewegung, ist es unerlässlich, Kindern fundierte somatische Grundlagen zu bieten, um diese in sich, also in ihren Körpern, zu verankern. Die den Lernprozess begleitenden Menschen fungieren hierbei immer als Modell. *MALU – Kinder in Bewegung* liefert für eine solche Arbeit einen innovativen Ansatz.

In Kooperation mit dem *K3-Zentrum für Choreographie* und gefördert von der *Landesarbeitsgemeinschaft Kinder und Jugendkultur e.V.* durchläuft *MALU – Kinder in Bewegung* von Februar 2020 bis Juni 2021 eine erste Modellphase in der Primarstufe der *Winterhuder Reformschule* in Hamburg. Durch eine spielerische Herangehensweise soll zunächst ein lebendiges Interesse an der Bewegung und am eigenen Körper geweckt werden. Kinder und Lehrende begeben sich hierbei gemeinsam auf die Suche nach neuen Zugängen. Dafür findet pro Halbjahr jeweils eine Lehrer\*innenfortbildung, ein wöchentliches Atelier, Lehrer\*innencoachings während des Unterrichts sowie eine Projekt-

woche statt. Gemeinsames Anliegen dieser Teilprojekte ist es herauszufinden, wie sich spezifische Bewegungseinheiten als Baustein in den Schulalltag und Regelunterricht integrieren lassen, um so nachhaltige Impulse für die Zukunft der Kinder zu setzen. Wir regen an, Lernen nicht mehr als rein kognitives Verfahren, sondern vielmehr als neurologischen, somatischen und kreativen Bewegungsprozess zu verstehen.

## Literatur

- Cohen, Bonnie Bainbridge (2018): *Basic Neurocellular Patterns. Exploring Developmental Movement*, El Sobrante California: Burchfield Rose Publishers.
- Hartley, Linda (2012): *Einführung in Body-Mind Centering. Die Weisheit des Körpers in Bewegung*, Bern: Hans Huber.
- Kandel, Eric (2014): *Auf der Suche nach dem Gedächtnis*, München: Wilhelm Goldmann.
- Kannegießer-Leitner, Christel (2015): *ADS, LRS & Co. Ein Trainingsprogramm für zu Hause – Erfolg mit der Psychomotorischen Ganzheitstherapie*, 3. Aufl., Rastatt: Sequenz Medien Produktion.
- Kennedy, Antje (2014): 1. Teil: Bewegtes Wissen – eine praktische Theorie, in: Antje Kennedy (Hg.), *Bewegtes Wissen. Laban/Bartenieff-Bewegungsstudien verstehen und erleben*, 2. Aufl., Berlin: Logos, S. 125-179.
- Rollwagen, Bettina (2014): Lernen bewegt entwickeln. Eine Brücke zwischen Lerntheorien und bewegungsorientierten Therapiemethoden, in: *körper tanz bewegung*, Zeitschrift für Körperpsychotherapie und Kreativtherapie, Nr. 4, S. 160-168. DOI: <http://dx.doi.org/10.2378/ktb2014.art25d>
- Rollwagen, Bettina (2018): Stark wie ein Baum, will ich werden. Körperintegrierte Sicht auf das kindliche Lernen, in: *körper tanz bewegung*. Zeitschrift für Körperpsychotherapie und Kreativtherapie, Nr. 2, S. 68-79. DOI: <http://dx.doi.org/10.2378/ktb2018.art10d>
- Hüther, Gerald (2013) *Wie man Kinder & Jugendliche inspirieren kann*, Prof. Dr. Dr. Gerald Hüther im Interview mit Schools of Trust, <https://www.youtube.com/watch?v=SEa21m5IAKY> [13.04.2020]