

Ludwig Koneberg • Silke Gramer-Rottler

Das bewegte Gehirn

Ludwig Koneberg • Silke Gramer-Rottler

Das bewegte Gehirn

Die 7 Körperübungen
für clevere Kinder

Mit einem Lernspiel



Kösel

Die Anleitung für das beiliegende Lernspiel finden Sie auf Seite 75.

Wichtiger Hinweis

Die Inhalte dieses Buches beruhen auf sorgfältigen Recherchen und haben sich in der langjährigen Praxis der Autoren als Lernberater bewährt. Alle Leserinnen und Leser sind jedoch aufgefordert, selbst zu entscheiden, inwieweit sie die Anregungen aus diesem Buch umsetzen wollen. Eine Haftung der Autoren oder des Verlages ist ausgeschlossen.

Evolutionspädagogik® ist eine eingetragene Schutzmarke des IPP (Institut für Praktische Pädagogik) Ludwig Koneberg. Der besseren Lesbarkeit wegen wurde im Text auf das Trademark-Zeichen ® verzichtet.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

11. Auflage 2021

Copyright © 2004 Kösel-Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,

Neumarkter Str. 28, 81673 München

Umschlag: Elisabeth Petersen, München

Umschlagfoto: © M. Möllenberg/Zefa

Illustrationen: Monica May-Vetter

Fotos/Spielplan: Brian McClatchy

Druck und Bindung: Kösel, Krugzell

Printed in Germany

ISBN 978-3-466-30650-3

www.koesel.de

Inhalt

Einleitung 9

Praktische Pädagogik 13

Die individuellen Fähigkeiten eines Menschen zur Entfaltung bringen

Wer die Ursache erkennt, findet auch dauerhafte Lösungen	14
Wohin steuern Erziehung und Bildung heute?	16
Für einen ganzheitlichen Intelligenzbegriff	17
Der neue Weg: Die Evolutionspädagogik	19
Kindliche Defizite entwicklungsgerecht verstehen	20

Gehirnentwicklung und Lernen 23

Wo die Grundlagen für gutes Lernen und eine positive Entwicklung liegen

Entwicklung der Gehirnstrukturen: »Die drei Gehirne«	24
Die Stufenleiter des Gehirns	27
Die Evolution des Gehirns	33

Wie uns Vorerfahrungen beeinflussen	36
Der Mandelkern: Wie Lernen und Emotionen zusammenhängen	36
Positive Emotionen unterstützen den Lernerfolg	39
Kindliches Verhalten angemessen beurteilen	40
Verhaltensauffälligkeiten und mögliche Ursachen	43
So wird gelernt – Informationsverarbeitung des Gehirns	44
Die Evolutionsstufen im Überblick	47
Die Auswirkungen nicht aufgearbeiteter Defizite	50

Schritte ins Gleichgewicht 53

Die 7 Körperübungen in der Praxis

Bewegung – für unsere Entwicklung von ent- scheidender Bedeutung.	54
Stress löst Blockaden aus	56
Vom Urvertrauen zum Selbstvertrauen	58
Hinweise zur praktischen Durchführung der Evo- übungen.	65
Die sieben Schritte ins Gleichgewicht – das Übungsprogramm.	66
Spielanleitung für das Pädagogische Evolutionsspiel	75
Schul- und Lebenskompetenzen auf einen Blick.	81
Individuelle Talente entdecken und fördern	85

Fallbeispiele aus der Lernberaterpraxis 87

Wie die 7 Körperübungen bei Schwierigkeiten helfen können

Beobachtungsbogen für Eltern 97

Wie sind die einzelnen Evolutionsstufen bei Ihrem Kind integriert?

Schlusswort 101

Anhang 103

Lernberatung mit der Methode der Praktischen Pädagogik

Anmerkungen 107

Literatur 108

Einleitung

»Fang den Ball, Max!«, brüllt sein Freund Stefan. Max streckt die Hände aus und greift ins Leere. Es dauert eine Weile, bis er den Ball mit den Augen fixieren kann, doch dann ist es meistens zu spät.

»Max, der Ungeschickte«, seufzt sein Lehrer. Max weiß nicht, was er falsch macht, wo er sich doch so bemüht. Er hat große Tintenflecke an den Fingern und in Mathematik tanzen die Zahlen vor seinen Augen. »Du musst dich einfach besser konzentrieren«, ermahnt seine Mutter bei den täglichen Hausaufgaben. Er schaut sie mit großen Augen an und beobachtet die Vögel im Garten.

Max sieht Dinge, die anderen entgehen, aber der Schulalltag bleibt ihm ein großes Geheimnis. Mit seinem Baukasten baut er die tollsten Konstruktionen. Doch was nützt das, wenn die Noten nicht stimmen, und nur allzu gut kennt er den Satz: »Max, was soll nur aus dir werden!«

Max ist nicht im Gleichgewicht. Oder nimmt er die Welt nur anders wahr?

Jan ist von der anderen Sorte – ein ziemliches Früchtchen. Nicht nur, dass er heimlich raucht und die Schule schwänzt, er baggert auch seine Klassenkameradinnen an, und wenn ihm von jemandem die Nase nicht passt, dann schlägt er schon mal zu. Es kommt auch vor, dass er von zu Hause ausreißt, und wenn es nur dazu dient, um auf dem örtlichen Friedhof Unfug zu treiben.

Alles sorgt sich um den Jungen. Aber kaum einer weiß, wie es ihm wirklich geht.

Auf den ersten Blick haben beide Jungen nicht viel gemeinsam. Doch Probleme in der Schule ebenso wie auffälliges Verhalten, Konzentrations- und Wahrnehmungsstörungen, Legasthenie oder auch Hyperaktivität haben oft **eine gemeinsame Wurzel** – und die hat nichts mit Faulheit oder mangelnder Intelligenz zu tun oder damit, dass sich das Kind »einfach nicht bemüht«. Die Ursache liegt nach unserer Erfahrung stattdessen in unzureichenden Vernetzungen im Gehirn.

Neueste Erkenntnisse der Gehirnforschung belegen eindeutig: Auslöser für Lernprobleme und Verhaltensschwierigkeiten sind vielfach neurologische Blockaden. Typische Kinderaussagen lauten dann: »Ich kann mich nicht konzentrieren«, »Ich vergesse schnell, was ich gelernt habe«, »Ich verstehe nichts« oder »Ich habe Angst zu versagen«.

Durch Stress sind wir nicht voll leistungsfähig, denn unangemessener Stress blockiert unsere Fähigkeiten. Lernen wird zur Qual und die Ergebnisse fallen entsprechend negativ aus. Dagegen lässt sich etwas tun – und das überraschend einfach. In diesem Buch erfahren Sie, wie. Es richtet sich an Eltern mit Kindern, die unter Lernproblemen und Verhaltensschwierigkeiten leiden. Es richtet sich an Eltern, die die Erfahrung gemacht haben, dass Nachhilfe oder stundenlanges Üben mit dem Kind nicht den gewünschten Effekt haben oder dass es ihnen nicht gelingt, das Kind zum Lernen oder zu einem angemesseneren Verhalten zu motivieren. Es richtet sich an LehrerInnen, PädagogInnen und TherapeutInnen, die den Fokus nicht länger nur auf die Defizite der Kinder richten wollen. Schon Einstein monierte:

**»Die meisten Lehrer
vertrödeln ihre Zeit mit Fragen,
und sie fragen,
um herauszubekommen,
was der Schüler nicht weiß,
während die wahre Fragekunst
sich darauf richtet,
zu ermitteln, was der andere weiß
oder zu wissen fähig ist.«**

Albert Einstein

Das erste Kapitel dieses Buches stellt kurz **die Grundzüge der Praktischen Pädagogik** vor, ein pädagogischer Ansatz, der moderne Formen von Problemlösungsstrategien mit Erkenntnissen aus der Gehirnforschung und pädagogischer Kinesiologie verbindet. Der Praktischen Pädagogik geht es darum, Men-

schen auf dem Weg zur Persönlichkeit zu begleiten und sie dabei zu unterstützen:

- Defizite zu erkennen und auszugleichen
- Persönlichkeit zu entwickeln
- Selbstbewusstsein zu erreichen
- Gleichgewicht zu finden

Im zweiten Kapitel erfahren Sie etwas über **die sieben Entwicklungsschritte des menschlichen Gehirns** und **wie Informationsverarbeitung mit Bewegung und Gefühlen zusammenhängt**. Dadurch wird klar, wie es bei Kindern zu Entwicklungsdefiziten kommen kann, die sich wiederum in Lernblockaden, Verhaltensproblemen sowie Wahrnehmungsstörungen äußern.

Im dritten Kapitel wollen wir Ihnen zeigen, wie Sie Kinder und Jugendliche bei der Optimierung ihrer Lernfähigkeit und der Entwicklung ihrer Persönlichkeit unterstützen können. Es stellt Ihnen **die sieben Körperübungen vor, mit denen ungenügende Vernetzungen im Gehirn zielgerichtet ausgebaut, Defizite behoben und Talente gefördert werden können**. Bei diesen Bewegungen kommt es nicht auf eine genau vorgeschriebene Ausführung an, wie es etwa beim Turnen der Fall ist. Vielmehr können die Kinder die Übungen wie in einem kleinen Rollenspiel ausprobieren. Es geht dabei um ein ganzheitliches Erfahren von Bewegung und Gefühl. Im dritten Kapitel finden Sie auch **die Anleitung für das Familien-Lernspiel**, dessen Spielplan dem Buch beiliegt.

Das vierte Kapitel zeigt anhand von **Fallbeispielen aus unserer Praxis als Lernberater**, wie durch die sieben Körperübungen die Ursachen von Lernblockaden und Verhaltensschwierigkeiten gefunden und Defizite aufgearbeitet werden können.

Der Fragebogen ab Seite 97 bietet Ihnen eine einfache Möglichkeit, anhand eigener Beobachtung herauszufinden, auf welcher Entwicklungsstufe Ihr Kind von den sieben Körperübungen am meisten profitieren kann.