



# Herzlich Willkommen

zum Projekt „Brücken bauen mit Evolutionspädagogik“

„Lernen ist Bewegung - Bewegung ist Lernen-  
Evolutionspädagogik mit Kindern in der Grund-  
und Mittelschule“





# AUF EINEM VERSTIMMTEN KLAVIER KANN DER FLEIßIGSTE UND TALENTIERTESTE MENSCH KEINE SCHÖNE MELODIE HERVORBRINGEN.

Wir werden uns im Folgenden mit der Evolutionspädagogik beschäftigen. Ziel der Evolutionspädagogik ist es, eine andere Sichtweise auf den pädagogischen Rahmen zu bekommen, den Kinder für eine gesunde Entwicklung und damit in Verbindung für eine gute schulische Entwicklung brauchen. Außerdem haben wir über die Evolutionspädagogik eine Möglichkeit, auch Kinder mit Problemen einfach und spielerisch zu unterstützen und die Blockaden zu lösen, die hinter den Problemen stehen.

Nicht zuletzt bekommen wir eine neue Sichtweise über sogenannte ADHS-Kinder. In diesem Zusammenhang werden wir uns intensiv mit den einzelnen Aufgaben der Bereiche des Gehirns auseinandersetzen und damit in Verbindung vieles darüber erfahren, wie der Mensch lernt.

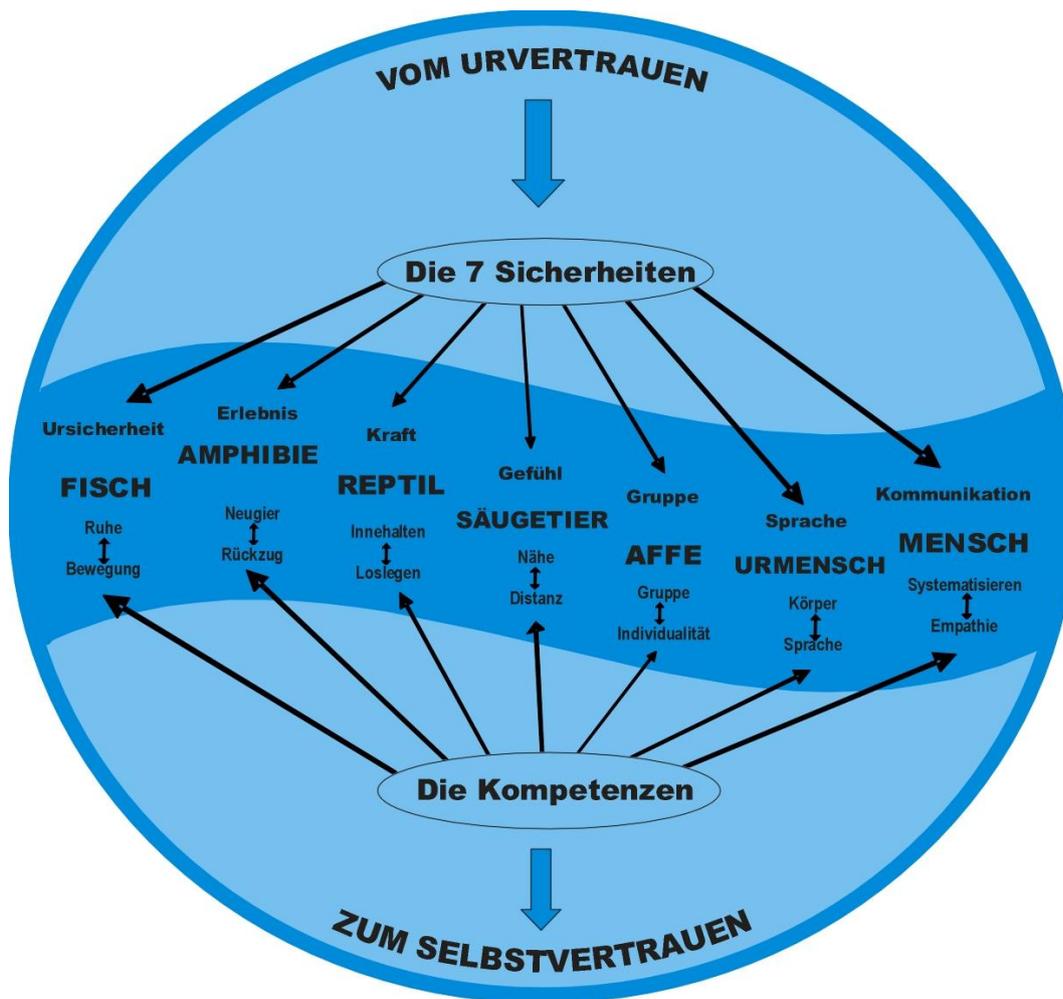
## 1. Überblick über die Evolutionspädagogik

In der Evolutionspädagogik gibt es sieben Stufen, die den Bewegungsphasen des Babys bis zum aufrechten Gehen als Kleinkind und den damit verbunden psychischen Entwicklungsschritten entsprechen.

Zu jeder Stufe gehören neben den Körperbewegungen sogenannte „Sicherheiten“ und Kompetenzen.

Die Sicherheiten und Kompetenzen spiegeln sich in den entgegengerichteten Verhaltenspolen wieder.

In der Evolutionspädagogik wird medizinisch-biologisches Wissen über das Gehirn mit der Pädagogik verbunden. Wenn man die wichtigsten Mechanismen des Gehirns kennt, damit noch besser versteht, wie Kinder und Jugendliche am besten lernen, kann man dementsprechend seine Methodik und Didaktik noch besser darauf abstimmen.



## 2. Lernen durch das Sich - Aufrichten

In den einzelnen Bewegungsstufen haben die Kinder eine unterschiedliche Wahrnehmung, eine unterschiedliche Wahrnehmungsdimension, diese ist geprägt durch die Körperhaltung

- Fisch: eindimensional, Einheit
- Amphibie + Krokodil: zweidimensional, Unterschied, Nähe-Distanz
- Säugetier: dreidimensional, vorne-hinten, oben-unten, links-rechts
- Affe, Gleichgewicht
- Urmensch, Identität,
- Mensch, Persönlichkeit,

Alle diese Wahrnehmungsformen, zusammen mit den entsprechenden Bewegungen, muss der Mensch durchlaufen, damit sich das Gehirn optimal vernetzt.

Entsprechend mit diesen körperlichen Aufrichtbewegungen erfolgen auch psychische Entwicklungsschritte das Ich-Bewusstsein betreffend. D.h. wenn das Kind diese Bewegungsstufen, bzw. Entwicklungsstufen „normal“ durchläuft, erwirbt es alle Kompetenzen zum Lernen auf körperlicher Ebene, auf kognitiver und auf psychischer Ebene.



### 3. Lernen und Gleichgewicht

Der Mensch braucht zum Lernen Gleichgewicht. Er braucht aber nicht nur das emotionale Gleichgewicht, sondern auch das Körpergleichgewicht. Dieses Körpergleichgewicht (und das emotionale) bekommt der Mensch über das Durchleben der Entwicklungsstufen mit allen Entwicklungsaufgaben, die er dort erfüllen muss, insbesondere durch die Stufe 5 (Affenstufe, Laufen-Lernen).

Das Aufgerichtet-Bleiben des Menschen in allen seinen Handlungen erfordert vom Körper permanent, ihn im Gleichgewicht zu halten. Die Augen und die Ohren sind die Organe, die dem Körper dabei helfen, sie geben dann die entsprechenden Impulse an die Muskeln weiter. Wenn das Gleichgewicht im Körper nicht fest verankert ist, quasi automatisiert ist, muss sich der Körper entscheiden, ob er sich bei bestimmten Aufgaben jetzt um das Gleichgewicht kümmert oder um das Lernen, dadurch wird Stress ausgelöst. Deshalb ist es wichtig, dass die Kinder von klein an ihren eigentlich natürlichen Bewegungsimpulsen folgen können, mit denen permanent das Gleichgewicht geübt und gelernt wird.

Um das Gleichgewicht halten zu können, braucht der Körper ein Raum-Lage-Verständnis, er muss automatisch wissen, wo oben, unten, links und rechts sind. Das sind auch die Grundlagen für Mathematik.

Lernen ist immer wieder Herstellen von Gleichgewicht unseres gesamten Organismus'. Körperliches Gleichgewicht kann nicht durch Denken hergestellt werden, nur durch Übung.

### 4. Das Gehirn mit seinen Aufgaben

Die einzelnen Bereiche im Gehirn erfüllen unterschiedliche Aufgaben.

#### 4.1 Der Hirnstamm

Der Hirnstamm ist für die essenziellen Lebensfunktionen zuständig. Das Stammhirn bildet die Schnittstelle zwischen dem übrigen Gehirn und dem Rückenmark.

Dieser Teil des Gehirns steuert auch viele Bereiche unseres Unterbewusstseins. Interessant ist, dass extrem viele Entscheidungen von dort gesteuert werden, hier sitzen unsere ersten, sehr existentiellen Erfahrungen, unter anderem auch die Geburtserfahrung.

Von dort aus beziehen z.B. unsere Glaubenssätze die Kraft. Auch wenn wir in unserem Verhalten etwas nicht verändern können, z.B. das Rauchen aufzuhören, wird dies von diesen Gehirnbereichen gesteuert (Günter Schmidt, das „ES“).

Diese unbewussten Gehirnbereiche erreichen wir mit den ersten drei evolutionspädagogischen Stufen.

#### 4.2 Das Zwischenhirn / limbisches System

Das Zwischenhirn erfüllt die Aufgabe, die Balance zwischen den Gegenpolen des vegetativen Nervensystems Sympathikus und Parasympathikus zu steuern.

Es enthält unter anderem auch die Zentren emotionale Empfindung.

Man hat herausgefunden, dass Babys gelernte Wörter besser behalten, wenn sie von Erwachsenen mit positiven Gefühlen kommentiert werden. Hier passiert also die Verknüpfung der Verbindungen mit dem „Arbeitsspeicher“ und dem Zwischenhirn. Das Zwischenhirn erreichen wir mit der vierten evolutionspädagogischen Stufe, der Säugetierstufe.



### 4.3 Das Großhirn

Dem Großhirn entsprechen die Evostufen 5-7. Der Cortex des Großhirns ist extrem aufgefaltet, um die Oberfläche zu vergrößern. In den sensorischen Feldern des Cortex verarbeitet das Gehirn Sinneseindrücke, mit den motorischen Feldern koordiniert es Bewegungen. Die Gedanken- und Antriebsfelder dienen dem Denken und Erinnern. Im Großhirn sitzen die Zentren für planvolle Handlungen, Überlegen, Denken, organisieren, usw.

Das Kleinhirn ist für die Bewegungen, also Motorik, Spracherwerb und Gleichgewicht zuständig, insofern wirkt die Stufe 5 auch auf das Kleinhirn.

### 4.4 Die Gehirnhälften

Wir haben eine rechte und eine linke Gehirnhälfte, die verschiedene Aufgaben übernehmen.

Wichtig ist zu wissen, welche Gehirnhälfte für welche Aufgaben zuständig ist, aber auch dass das Zusammenspiel beider Gehirnhälften gut funktioniert.

Im Folgenden die Aufgaben der beiden Gehirnhälften.

## **Die Funktion der beiden Gehirnhälften**

<b>Linke Gehirnhälfte</b>	<b>Rechte Gehirnhälfte</b>
<b>Sprache / Lesen / Rechnen Ratio / Logik Konzentration auf einen Punkt Analyse / Detail Wissenschaft Schritt für Schritt, Einzelheiten Zeitempfinden Kontrolliert mündliche Darstellung, Grammatik Spezielles Gedächtniszentrum für Wörter, Zahlen, analysiert, beurteilt und kritisiert</b>	<b>Körper-, Bildersprache, Intuition / Gefühl Kreativität / Spontaneität Sprunghaftigkeit Neugier / Spielen / Risiko Synthese / Überblick Kunst / Tanz / Musik Ganzheitlich Zusammenhänge Raumempfinden Erfahrung Regelt Körpersprache Setzt Dinge zusammen Denkt in Bildern</b>

Bezüglich der Arbeit mit Jungen und Mädchen ist es wichtig zu wissen, dass bei Mädchen die feinmotorische Gehirnhälfte früher reift, bei Jungen die Grobmotorische. Die hat massive Auswirkungen auf die Fähigkeiten, vor allem in der Grundschule, für die Jungen sind die Anforderungen in der Grundschule ungleich höher, als für die Mädchen (Schwerpunkt auf Feinmotorik und ruhig Sitzen).



Abgesehen von den Unterschieden im Reifegrad in der ersten und zweiten Klasse, kann man später an folgenden Aspekten erkennen, dass beide Gehirnhälften bei Kindern nicht gut zusammenarbeiten:

#### Das Kind

- sitzt schief vor dem Heft oder Blatt
- dreht das Heft oder Blatt
- schreibt eher sehr klein
- schreibt ungenau und grob
- schreibt innerhalb einer Zeile am Anfang ganz anders als am Ende
- dreht die schreibende Hand ein
- schreibt sehr verkrampft
- übersieht ständig Buchstaben und Zahlen, versteht aber den Zusammenhang
- arbeitet extrem genau, vergisst aber die Zeit und braucht sehr lange
- liest zwar die Wörter richtig, versteht aber den Sinn nicht.

### 5. Was bedeutet Stress für das Gehirn

Das limbische System, vor allem die Amygdala nimmt alle Sinneseindrücke von außen auf und vergleicht sie mit ihren Erinnerungen. Es bewertet diese Sinneseindrücke in Verbindung mit allen Erinnerungen, ob die Eindrücke gefährlich sind oder nicht. Wenn ein Sinneseindruck als gefährlich empfunden wird, schaltet das Gehirn in den „Reflexmodus“, d.h. es befindet sich in dem Zustand der vergleichbar ist mit der Situation in der Steinzeit, wenn der Säbelzähntiger vor einem Jäger stand. Das bewusste Denken und Fühlen wird nahezu ausgeschaltet und die Reflexe eingeschaltet, nur die nötigsten Körperfunktionen werden beibehalten und der Körper wird automatisch in den Modus „Kampf“, „Flucht“ oder „Starre“ versetzt. D.h. für das Gehirn, dass die Bereiche, mit denen wir genauer spüren, nachfühlen, überlegen, planen, Szenarien entwerfen und dann ganz bewusst die unserer Meinung nach beste Entscheidung treffen, alle ausgeschaltet sind. Ist das Gehirn in diesem Zustand, sprechen wir in der Evolutionspädagogik von einer Blockade. Und in diesem Zustand ist auch die Aufnahme von Neuem, also lernen nicht möglich.

Welche Umstände oder momentanen Situationen in unserem Gehirn Stress auslösen, hängt mit unseren Erfahrungen zusammen. Wobei unsere Erfahrungen auch unsere Wahrnehmung steuern, weshalb die Wahrnehmung einer Situation auch so individuell ist. D.h. eine Situation löst bei einem Kind oder Erwachsenen Stress aus, der jeweilige Mensch nimmt auch in dieser Situation ganz bestimmte Dinge individuell anders wahr, als ein anderer Mensch, bei dem dieselbe Situation gar keinen Stress auslöst.

Je massiver das Gehirn eine Situation als Stress definiert, umso schlechter können wir bewusst gesteuert denken, agieren und lernen, weil umso mehr Bereiche im Gehirn blockiert sind. So ist auch die schlechte Verbindung zwischen den beiden Gehirnhälften Folge einer dieser Stressblockaden.



## 6. Kommunikation in unterschiedlichen Wahrnehmungsstufen

Gerade Kinder und Jugendliche mit Lernschwierigkeiten oder anderen Verhaltensproblemen (ebenso wie Erwachsene) agieren häufig schwerpunktmäßig in einer Evolutionsstufe. Z.B. ist ein Kind sehr stur und bockig und auch aggressiv, d.h. es agiert in der Stufe 3, einer unbewussten Stufe. Wenn wir ihn auf seine Gefühle ansprechen und an seine Vernunft appellieren, versteht es das nicht und kann sein möglicherweise negatives Verhalten auch nicht verändern.

Wenn ein Kind in der Stufe 5, der Affenstufe agiert, wo es nur etwas macht, weil es eine Belohnung bekommt, hilft es nicht, ihm den Sinn der Tätigkeiten zu erklären oder an sein Selbstwertgefühl zu appellieren und ihm vermitteln zu wollen, dass es die Aufgabe schon schafft.

Die Menschen haben aufgrund unterschiedlicher Themen unterschiedliche Blockaden in den einzelnen Stufen und kommunizieren deshalb unterschiedlich.

Je nachdem, welche Stufe gut integriert ist und welche nicht, kommunizieren wir auf völlig unterschiedlichen Ebenen und können uns dann nicht verstehen und verständigen.

Meist stecken wir als Lehrkräfte angesichts eines Problems eines Schülers, das uns hilflos macht, überfordert und stresst ebenfalls in einer Blockade und haben dann nicht alle Kompetenzen zur Verfügung. Meist kommunizieren wir in einer anderen Wahrnehmungsstufe als der Schüler.

Deshalb ist es sinnvoll, diese Blockaden zu bearbeiten, auch die, die das Umfeld Schule mit allen seinen Herausforderungen gerade momentan in uns auslöst. Wenn wir die Blockaden bearbeiten, sind alle Stufen integriert und dann können wir uns viel leichter auf die momentane Blockadestufe des Schülers einstellen und mit ihm in seiner Stufe kommunizieren und erreichen ihn dann dort.

## 7. Ein unterstützender Rahmen für erfolgreiches Lernen

- Kinder brauchen zum Lernen Bewegung, die Aufrichtbewegungen und Gleichgewichtsübungen. Nur dann passiert eine optimale Gehirnvernetzung.
- Wir ermöglichen den Kindern ganzheitliches Lernen mit allen Sinnen
- Bezüglich der Genderpädagogik ist es wichtig, auf die Unterschiedlichkeit der Gehirnentwicklung einzugehen. Die Tätigkeiten, die sich die Mädchen oder Jungen suchen, brauchen Sie zur optimalen Reifung der jeweiligen Gehirnbereiche.
- Unter Stress kann das Gehirn nicht lernen, weil es alle zum Lernen nötigen Gehirnbereiche abschaltet. Insofern sollten erst Stressblockaden gelöst werden, dann kann wieder mit allen Kompetenzen gelernt werden.

Ergänzende Aspekte:

- Kinder haben eine natürliche, angeborene Motivation, zu lernen und selbständig zu werden. Selbständigkeit braucht also keine Förderung. Aber Selbständigkeit kann nur aus sicherer Bindung entstehen, nicht durch Training. Insofern entsteht Selbständigkeit aus Fürsorge. In der Praxis heißt das, ich helfe einem Kind, da wo es Unterstützung braucht, anstatt mit Konsequenzen gegen seine Fähigkeiten die Selbständigkeit zu erzwingen. Wenn Kinder in einzelnen Bereichen Dinge noch nicht selbständig machen wollen, oder können,



ist das nicht „Faulheit“ oder Bequemlichkeit, sondern entweder mangelnde Fähigkeit oder das Kind drückt ein Bedürfnis evtl. nach Kontakt, Bindung, Fürsorge, etc. aus.

Aktuelle Forschungen haben gezeigt, dass nicht die Methodik und Didaktik die entscheidenden Rollen spielen, erfolgreiches Lernen mit Kindern zu erreichen, sondern die Beziehungsfähigkeit der Lehrperson.

Diese Beziehungsfähigkeit zeigt sich darin, dass wir erkennen, in welcher Stufe ein Kind sich gerade befindet, in welcher es möglicherweise blockiert ist, und dann auf dieser Stufe mit ihm kommunizieren.

## 8. Evolutionspädagogik in der Praxis – Die Stufen mit ihren Übungen

### 8.1 Der Fisch

Sicherheit: Unsicherheit

Kompetenz: Vertrauenskompetenz

Verhaltenspole: Ruhe in der Einheit - Bewegung in der Einheit

Blockadefrei: „Ich kann nicht tiefer fallen, als in Gottes Hand“, ich fühle mich sicher

Blockaden: resigniert haben, ständig in Bewegung sein, Angst, Angst vor Proben

#### Übungen:

##### **Wärme auf Augen**

Wärme auf die Augen

Reibe die Handflächen aneinander, Du darfst selbst entscheiden, mit wieviel Kraft und wie schnell oder langsam, dann lege die Handballen auf die Augen.

Wechsle zwischen Händereiben und Hände-auf-die-Augen-Legen in Deinem eigenen Rhythmus.

Das Händereiben soll am Ende genau so angenehm sein wie das Hände auf die Augen Legen.

**Fisch auf dem Boden:** Man nimmt eine Weichbodenmatte und legt zwei Reifen drum herum. Das Kind legt sich auf die Weichbodenmatte und wird geschaukelt. Wichtig ist der Wechsel zwischen Ruhe und Bewegung.

Um Blockaden zu sehen, lässt man das Kind die Roll-Bewegung ohne die Reifen auf einer Matte oder dem Boden machen.



## **8.2 Die Amphibie**

Sicherheit: Erlebnissicherheit

Kompetenz: Innovationskompetenz

Verhaltenspole: Neugierde - Rückzug

Blockadefrei: „Die Welt ist dazu gemacht, dass ich sie entdecke!“

Blockaden: Sehr schüchtern sein, ängstlich sein, Angst in Proben, sich überall einmischen, sich nichts zutrauen, gemobbt werden

### **Übungen:**

#### **Amphibie**

Setze Dich auf Deinen Platz und verschränke die Arme.

Lege Deinen Kopf mit der Stirn auf die Arme mit dem Gesicht nach unten (Rückzug). Dann nimm den Kopf hoch und schaue Dich neugierig um.

Wechsle in Deinem eigenen Rhythmus zwischen beiden Positionen hin und her.

Am Ende sollen beide Positionen gleich gut sein.

#### **Die Amphibie am Boden**

Man liegt auf dem Boden, die Arme verschränkt, der Kopf wird mit dem Gesicht nach unten auf die verschränkten Arme gelegt, das ist der Rückzug. Dann stützt man sich auf die Ellenbogen und blickt im vorderen Umkreis umher. Das ist die Neugierde.

Hat man zwischen diesen Positionen -Rückzug und Neugierde- mehrmals gewechselt, nimmt man folgende Bewegung dazu: man kommt aus dem Rückzug, legt die Hände nach vorne und zieht sich mit ihnen nach vorne. Vorne angekommen stützt man sich auf die Ellenbogen und schaut sich wieder um. Danach legt man die Hände neben die Schultern auf den Boden und schiebt sich damit wieder rückwärts, dann legt man den Kopf wieder in die verschränkten Arme.

Man kann diese Übung alternativ mit einem Tunnel machen oder eine Höhle bauen. Durch das Tunnel lässt man die Kinder krabbeln. Wichtig ist der Wechsel zwischen hineingehen und wieder herauskommen oder heraus schauen.



## **8.3 Das Reptil**

Sicherheit: Körpersicherheit

Kompetenz: Kraftkompetenz

Verhaltenspole: Innehalten/fokussieren – mit voller Kraft loslegen

Blockadefrei: „Zum richtigen Zeitpunkt kraftvoll loslegen“, „Ich habe Kraft und lege los.“

Blockaden: ADS / ADHS-Symptome, Aggressivität / hohe Impulsivität, Kontrollzwang, Stottern, Einnässen, Einkoten, Konzentrationsschwierigkeiten, Hausaufgaben anfangen

### **Übungen:**

#### **Blattschnappen:**

Suche Dir einen Partner. Nimm Dir das Krokodilblatt. Stellt Euch gegenüber. Du musst das Blatt von oben festhalten, Dein Partner hält die rechte oder linke Hand (Rechts- oder Linkshänder) geöffnet neben das Blatt. Dann lässt du das Blatt fallen und er muss es fangen, indem er die Hand zuschnappt. Wenn er es gut kann, hältst Du das Blatt mal länger und mal kürzer. Dein Partner kann auch den Abstand zum Blatt größer machen. Dann wechselt die Rollen.

#### **Das Krokodil**

Das Kind liegt am Boden und lauert auf die „Beute“ (ein Kind, ein Ball, ein Stofftier), die ca. 5 m vor ihm liegt. Es muss bewegungslos liegen. Auf Kommando muss es mit Überkreuzbewegungen losrobber und die „Beute“ schnappen

#### **Kickboxen:**

Man stellt eine Weichbodenmatte an die Wand und markiert darauf die Stellen zum Schlagen.

Die Kinder boxen in folgender Reihenfolge:

Rechte Hand, linke Hand, rechter Fuß

Linke Hand, rechte Hand, linker Fuß

Wichtig ist, dass die Kinder richtig ausholen, die die gesamte Kraft in den Boxschlag in die Matte geht, wie wenn man etwas zerschmettern möchte.



## **8.4 Das Säugetier**

Sicherheit: Gefühlssicherheit

Kompetenz: Emotionskompetenz

Verhaltenspole: Nähe-Distanz

Blockadefrei: „Ich bin mir meiner Emotionen bewusst und habe zum richtigen Zeitpunkt den richtigen Abstand. Ich steuere meine Gefühle, ich arbeite genau und habe den Überblick

Blockaden: Dinge sehr persönlich nehmen, hohe Erregung wegen „Kleinigkeiten“, sich Dinge zu sehr zu Herzen nehmen, Flüchtigkeitsfehler, Pedanterie, Konzentration / Schreiben, Aufgeregt sein vor Proben

### **Übungen:**

#### **Liegende 8**

Strecke deine Hände gerade nach vorne, schlinge die Finger ineinander und strecke beide Daumen nach oben. Mache nun mit den Händen eine große liegende 8 und schaue mit den Augen den Daumen nach, während der Kopf ganz ruhig bleibt. Nur die Arme und die Augen bewegen sich. Mache dies mehrmals in einer fließenden Bewegung.

Lege das Blatt mit der liegenden 8 quer vor dich hin.

Male die liegende 8 auf dem laminierten Blatt mehrmals in einer fließenden Bewegung nach.

#### **Krabbeln**

Man krabbelt dazu überkreuz und ganz ordentlich, so dass immer die Handfläche und das überkreuzliegende Knie gleichzeitig auf dem Boden aufkommen.

Es wird vorwärts und rückwärts gekrabbelt. Das Kind krabbelt nach Anweisung, wenn das Krabbeln langsam beherrscht wird, soll das Kind schneller krabbeln und auch schneller im Wechsel vorwärts und rückwärts. Bei den Wechseln sieht man oft die Irritationen. Man lässt das Kind so lange krabbeln, bis auch die Richtungswechsel ohne Zögern gehen. Ziel ist ein fließender Übergang ohne Zwischenposition.

Wenn ein Kind das Krabbeln noch nicht kann, dann soll es ganz langsam und sorgfältig krabbeln.



## **8.5 Der Affe**

Sicherheit: Gruppensicherheit

Kompetenz: Teamkompetenz

Verhaltenspole: Autonomie – Anpassung

Sich anstrengen – Leichtigkeit leben

Blockadefrei: „Ich lebe meine Individualität und Sorge für meine Bedürfnisse und bin gleichzeitig in die Gruppe integriert.“

„Wenn ich angestrengt auf ein Ziel hinarbeite, verliere ich den Spaß nicht dabei.“, „Ich fühle mich wohl in der Gruppe.“ „Ich kann mich anstrengen und auch mal chillen.“

Blockaden: Immer bestimmen wollen, in der Gruppe eigene Bedürfnisse übergehen, aufgeben, wenn es anstrengend wird, alles als anstrengend empfinden, Workaholic

### **Übungen:**

#### **Balancieren im Klassenzimmer**

Suche Dir einen Partner. Stellt Euch auf ein Bein und erzählt Euch gegenseitig 10 Gegenstände, die Ihr im Raum seht, während Ihr mit dem Kopf von links nach rechts und von rechts nach links wandert. Das Balancieren soll ganz einfach gehen, obwohl Eurer Blick in alle Richtungen schweift.

#### **Balancieren:**

Man kann mit den Kindern auf allem balancieren, was man zur Verfügung hat. Dies kann der Balken einer umgedrehten Turn Bank sein, ein Seil, das am Boden liegt, eine Linie, ein Wackelbrett, oder auch ein Kissen, auf dessen Rand man balanciert.

Entscheidend ist, dass man beim Balancieren nicht auf die Füße schaut.

Der Balancierende soll während des Balancierens spüren, dass es leichter wird, dass sich die gesamten Körpermuskeln entspannen.

Eine Steigerung ist, dass man das Kind während des Balancierens fragt, wo es z.B. in der Umgebung rot, blau, grün oder gelb sieht.

Eine weitere Steigerung ist, dem Kind während des Balancierens einen Ball zuzuwerfen, den es fangen und wieder zurückwerfen muss.

#### **Klettern und Springen**

Die Kinder klettern an der Kletterwand hoch, drehen sich um. Dann fixieren sie auf dem Boden einen Punkt, auf diesen Springen sie darauf und zwar so, dass sie im Gleichgewicht stehen bleiben, ohne mit den Füßen nachrücken zu müssen.

Die Steigerung ist, dass die den Punkt am Boden suchen, beim Springen aber gerade nach vorne schauen.



## **8.6 Der Urmensch**

Sicherheit: Sprachsicherheit

Kompetenz: Motivationskompetenz

Verhaltenspole: Sich kleinmachen – sich großmachen

Blockadefrei: „Ich kann meinen Fähigkeiten, Bedürfnissen und der Gruppe Entsprechend angemessen **mal mehr und mal weniger Verantwortung übernehmen**“, „Ich weiß, was ich kann.“

Blockaden: Immer die Führung übernehmen, extrem hohes Verantwortungsgefühl über die eigenen Bedürfnisse hinaus, sich nicht zeigen wollen, Probleme, den eigenen Rhythmus finden, Sprache, Grammatik lernen;

### **Übungen**

#### **Ich-Trommeln**

Diese Übung kann auch mit allen gemeinsam gemacht werden. Es gibt vier Sätze: „Ich bin ich, ich bin groß, ich bin stark, ich bin gut.“ Diese vier Sätze werden gesprochen und dazu der Rhythmus gestampft oder auf den Tisch getrommelt. Wenn alle die vier Sätze gut können, werden sie einmal leise und dann laut gesprochen und gestampft(geklopft).

#### **Labyrinth nachmalen**

Nehme Dir das laminierte Blatt mit dem Labyrinth und male es nach, male zur Mitte und wieder heraus.

#### **Rhythmus klopfen**

Man klopft den Rhythmus entweder auf einer Trommel oder auch auf den Oberschenkeln oder man stampft ihn. Man macht die Übung zu zweit oder in der Gruppe.

Ein Kind oder Erwachsener gibt einen Rhythmus vor, die/der andere(n) trommelt ihn nach. Dies macht man mehrmals, dann gibt der andere den Rhythmus vor, und die, die vorgegeben haben, trommeln den Rhythmus nach.

Auch diesen Wechsel macht man mehrmals, bis sich das Vorgeben und das Nachmachen gleich angenehm anfühlt.

Die Rhythmusschwierigkeit muss man anpassen, je nachdem wie kompetent das Kind ist.



## **8.7 Der Mensch**

Sicherheit: Kommunikations- und Kooperationssicherheit

Kompetenz: Universalkompetenz

Verhaltenspole: Systematisieren - Empathie

Blockadefrei: „Ich engagiere mich mit einem vernünftigen Engagement für ein Ideal,“ „Schule / Lernen macht Sinn“;

Blockaden: Das Engagement für ein Ideal über alles andere stellen, nur die eigenen Kinder im Blick haben und darüber alles andere vergessen

### **Übung:**

#### **Weiter Blick**

Drehe Dich zum Fenster. Suche Dir einen Gegenstand, der ca. 40 cm vor Deinem Gesicht ist. Betrachte diesen Gegenstand und wechsle dann in die Ferne durch das Fenster in den Himmel oder auf weit entfernte Bäume. Wechsle immer wieder zwischen dem nahen Gegenstand und der Ferne hin und her. Beides soll gleich angenehm sein.

## **9.Literatur**

Ludwig Koneberg, teilweise zusammen mit Silke Gramer-Rottler:

- „Die sieben Sicherheiten, die Kinder brauchen“
- „Das bewegte Gehirn“
- „Kinesiologie für Kinder“
- „Verkannte Genies“
- „Kindgerecht lernen mit der Evolutionspädagogik“

Wenn Sie Fragen haben, gerne unter [lindner.glonn@gmx.de](mailto:lindner.glonn@gmx.de) eine Mail senden.