



Das vom Österreichischen Berufsverband für Kinesiologie unterstützte „**Jutta-Lutz-Projekt**“ hat das Anliegen, sozial schwächere Kinder in Form von kinesiologischen Balancen zu fördern.

Unsere Kollegin Zahra Konté hat sich für das Projekt beworben und im Rahmen dessen mit 20 Kindern vorrangig mit *Brain Gym®* gearbeitet. Nachfolgend ihr Bericht zu ihrer Arbeit an einer Sportmittelschule:



Ihr Kind kann erfolgreich lernen und mit mehr Freude den Schulalltag schaffen

Text und Foto Zahra Konté

Jüngste Studien und meine Erfahrung als Pädagogin haben gezeigt, dass sich die Aktivität unseres Geistes durch körperliche Herausforderung und speziell durch kognitiv-motorische Bewegungen erhöht. *Brain Gym®* ist darauf ausgerichtet diese Art der körperlichen Aktivierung in einem Einzel- oder Gruppentraining mit viel Spaß an der Bewegung zu gestalten.

Brain Gym®, frei übersetzt als Gehirn - Gymnastik, wurde von Dr. Paul Dennison entwickelt. Ausgehend von einem dreigliedrigen Gehirnmodell (links-rechts, oben-unten, vorne-hinten) entstanden die 3 Dimensionen der Intelligenz mit 26 speziellen Übungen zur Aktivierung und Förderung der Zusammenarbeit dieser Gehirnareale. Dazu gehören zum Beispiel: Überkreuzbewegungen oder kombinierte Kopf- und Augenbewegungen, welche das Lesen, Schreiben, Zuhören und Sprechen fördern.

Ich freute mich sehr über die Möglichkeit zur Kooperation mit der Sportmittelschule Leopoldsdorf, da immer mehr Lehrer die Wichtigkeit einer individuellen Förderung der Kinder erkennen.

In einem Gespräch, stellte ich meine Arbeit und mein Vorhaben dem Klassenvorstand, der ersten Klasse, vor. Er war von meiner Idee begeistert, und freute sich auf die Zusammenarbeit. Geplant

waren 5 Workshops für 20 Kinder mit dem Ziel der Reduktion von blockierenden Einflüssen beim Lernen. Gespannt war ich auf die einzelnen Reaktionen der Kinder. Immerhin war ich eine fremde Person, die ihre Kompetenzen und ihr Sein fördern und fordern wollte.

Im ersten Workshop waren die Kinder sehr höflich, aufgeschlossen und haben mich sehr freundlich empfangen. Vermehrt nahm ich wahr, dass fast alle Kinder verspannt und durstig waren. Ich machte Musik an, schlug vor Wasser zu trinken und jeder sollte sich selbst und das aktuelle Befinden wahrnehmen: Wie geht's dir? Wie fühlst du dich? Bist du müde oder munter? - fragte ich die Kinder als Impuls für diese ungewohnte Aufgabenstellung. Die Kinder durften den Daumen als Zeichen für ihr Befinden benutzen und signalisierten mir so, am Anfang und am Ende der Einheiten, wie es ihnen gerade ergeht: z. B. Daumen hoch – mir geht es gut,

Daumen runter - mir geht es nicht gut. Mehr als die Hälfte fühlte sich zu Beginn nicht so toll. Das legte sich nach den Übungen und die Kinder waren vermehrt zufriedener, aufgeweckter und hatten größere Bereitschaft weiter zu arbeiten.

Die Workshops dauerten jeweils 50 Minuten. Gemeinsam lernten wir jedes Mal fünf neue Übungen und wiederholten die bereits bekannten Übungen. So blieben die Kinder die meiste Zeit in Bewegung.

Besonders geprägt hat mich eine bestimmte Situation, die ich mit euch teilen möchte. John (Name verändert) ist ein Schüler der ersten Klasse, sehr zurückhaltend mit einer grimmigen Mimik, ruhig aber auch leicht wütend. Nach der ersten Einheit zeigten alle Kinder mir mit dem Daumen, dass es ihnen gut geht, außer John. Sein Daumen zeigte nach unten.

Ich fragte, nach dem Grund. Er antwortete mir: „Mir geht's schlecht, weil ich in der Schule bin.“ Ohne weitere Fragen zu stellen, lachten die anderen Kinder und meinten, dass er jeden Tag so eine miese Laune hat. Ich fand das sehr schade, aber hoffte insgeheim, dass die eine oder andere Übung seine Laune positiv beeinflussen könnte.

Als ich den Kindern die Übung „Positive Punkte“ zeigen wollte, fragte ich John: „Wie geht's dir?“ Er meinte, schlecht. „John, möchtest du nach vorne kommen? Ich würde gerne an dir die Übung vorzeigen.“ Er nickte und kam zu mir. Ich berührte sanft seine Stirnbeinhöcker. Nach etwa einer Minute fing John an herzlich zu lachen. Ich fragte ihn: „Wie geht's dir jetzt?“ Er antwortete: „Mir geht's sehr gut!“

Der Klassenvorstand war fassungslos, als er John zum ersten Mal, nach 9 Monaten Schulzeit, entspannt und glücklich sah. In den restlichen Einheiten war John aufgeweckt und wollte immer gerne mitmachen. Genau so gut fühlten sich viele Kinder der 1.b. nach den Workshops. Weiters wurden die schulischen Leistungen um eine Note besser. Meine Brain-Gym® Workshop-Serie zahlte sich auf jeden Fall für die Kinder in der Sportmittelschule aus. Auch jetzt, im neuen Schuljahr, werden die erlernten Brain-Gym® Übungen weiterhin von dem Lehrer und den Kindern ausgeübt.

Vielen Dank an den Jutta-Lutz-Fonds, der die Kinderaktion ermöglicht hat. Die Aktion ist für finanziell bzw. sozial schwache Kinder gedacht. Die Kinder waren mit Begeisterung dabei und haben gestrahlt, nachdem sie über ihre Grenzen hinausgewachsen sind. Ein Kinderlächeln ist unbezahlbar.

Durch meine langjährige Lehrtätigkeit, als Waldorfpädagogin und Freizeitpädagogin sind mir die Kinder besonders ans Herz gewachsen. Deren Entwicklung zu fördern und das den Kindern innewohnende Potential entfalten zu lassen, bereitet mir besonders viel Freude.

„Bewegung ist das Tor zum Lernen“

Dr. Paul Dennison



Zahra Konté

Kinesiologin und Pädagogin
Diplomierte Waldorflehrerin

Franzensdorf 31, 2301 Groß-Enzersdorf

Tel.: 0680 55 84 817

zahra.konte@kinesiologie-weilsiehilft.att



WIENER SCHULE FÜR KINESIOLOGIE

Ausbildungen nach Maß



kompakt • individuell

Diplomausbildung Kinesiologie

Touch for Health
Brain Gym® • Hyperton-X

Start Sommersemester:

10. März 2018 • Wien

11 Module berufsbegleitend

Das Diplom der Wiener Schule ist zu 100% vom Österreichischen Berufsverband für Kinesiologie anerkannt.

Infoabend:

**31. Jänner 2018 • 18.00 Uhr
1140 Wien, Sampogasse 1**

Information & Anmeldung:

Mag. Sabine Seiter

Tel.: 0676 507 37 70

info@kinesiologieschule.at

www.kinesiologieschule.at