

## **Lernlust in der Schule - für eine bessere Lernkultur**

### **Eine drei-teilige Artikelserie zur Teschler Lernförderung in der Schule**

Die folgenden Artikel sollen eine erfreuliche Lektüre zur Unterstützung Ihrer Unterrichtspraxis sein. Mehr Motivation, Konzentration, Lernlust und ein lebendiges Miteinander sollen das Lernen und Lehren erleichtern.

Da die Anforderungen an die Lehrer weiterhin enorm sind, ob Qualitätsanalyse, Elterngespräche, Förderpläne, Arbeitspläne, die Unterrichtsvorbereitung, das Unterrichten selbst ..., machen unterstützende Maßnahmen Sinn, die nicht noch mehr Zeit fressen. Die einerseits individuell am Schüler ansetzen und gleichzeitig die grundsätzliche Lern- und Leistungsmotivation aller positiv beeinflusst.

Eine von mir in der Schulpraxis erprobte Möglichkeit diese Themenkomplexe mehr und mehr Wirklichkeit werden zu lassen, ist die Teschler Lernförderung.

Ich möchte Ihnen von dieser Methode vorschwärmen, weil sie einfach in den Unterricht zu integrieren ist, und sichtbare Erfolge der Schüler in den unterschiedlichsten Bereichen hervorgebracht hat.

Ich bin Sonderpädagogin an einer Grundschule mit Gemeinsamen Unterricht (GU) und seit 10 Jahren im GU tätig. Förderungen an allen Ecken ist mir bekannt.

Der gängige Förderunterricht erfolgt größtenteils über unterschiedliche Erklärungsansätze, Vereinfachung, Elementarisierung des Lerngegenstandes, Wiederholungen und berücksichtigt selten nur, die in den Kinder sehr unterschiedlich vorhandenen basalen „Lernunfähigkeiten“. Aber genau hier setzt die Teschler Lernförderung an und bietet eine vollkommen andere Herangehensweise, die gerade die **Lernbasis** fördert.

Im folgenden möchte ich Ihnen eine Artikelreihe vorstellen, wie diese andere, kindgerechte, körperbetonte Förderung Ihren Unterricht effektiver und lernintensiver werden lassen kann.

#### **Artikel 1: Teschler Lernförderung im Unterrichtsalltag der Grundschule**

In diesem Artikel stelle ich Ihnen die Einsatz- und Wirkungsbereiche der Körperübungen der Teschler Lernförderung in der alltäglichen Unterrichtspraxis vor und welche Inhalte und Ziele sie damit verfolgen können.

#### **Artikel 2: Teschler Lernförderung in der Projektwoche**

Hier folgt ein Bericht über die Einbindung der Körperübungen in einer Projektwoche zum Thema „Stark sein“ und deren nachhaltige Wirkung auf „schwierige“ Schüler

### **Artikel 3: Teschler Lernförderung im Gemeinsamen Unterricht und in der Einzelförderung**

Im dritten Artikel kommt eine Beschreibung welche Möglichkeiten intensiverer Arbeit mit Kindern es im Gemeinsamen Unterricht und welche Erfolge in der Einzelförderung möglich sind. Diese Arbeitsweise ist besonders für Förderschulen, den Gemeinsamen Unterricht oder Schulen mit Sozialpädagogen interessant, denen diese Arbeitsweise möglich ist.

## **Artikel 1: Teschler Lernförderung im Unterrichtsalltag der Grundschule**

Die Teschler Lernförderung besteht aus Körperübungen, Mentaltechniken und Entspannungsübungen.

Ziel der TL ist es einerseits Lernlust bei Schülern zu erzeugen, vertiefen und zu erhalten. (Siehe Lernlust-Wikipedia <http://de.wikipedia.org/wiki/lernlust>). Menschen die gerne aus sich heraus und freiwillig lernen sind meist selbstbewusste, neugierige, kreative und ausdauernd Lernende.

Andererseits will TL Schwierigkeiten aus dem Weg räumen, die das Lernen erschweren, wie beispielsweise Konzentrationsschwierigkeiten, Entmutigung, körperliches Unwohlsein oder Wahrnehmungsschwierigkeiten. Die Körperübungen unterstützen die Schüler gezielt Ausdauer aufzubauen, und sich den komplexen Anforderungen des Lernens zu stellen. Sie schärfen die Sinne, denn ohne diese ist sinnhaftes Erfassen und daraus folgendes Verstehen gar nicht möglich.

TL fördert und erweitert die Lernbasis. Sie stabilisiert und unterstützt die Persönlichkeit des Kindes und macht es sozial kompetenter.

### **Übungen die sich gut eignen für den ganzen Klassenverband:**

Marschieren

Konzentration(Autofahrer)

Gute Laune Übung (Fang die Bockwurst)

Sinnesstärkung (das Monster)

### **Wenn die Unruhe steigt**

Gute Erfahrungen habe ich mit der Übung „Maschieren“ gemacht. Sie fördert den Spannungsabbau und stärkt die Nerven. Oft setze ich sie ein, wenn die Kinder unruhige Tage haben, nach intensiven Arbeitsphasen oder an Tagen mit Regenpause.

Die Einführung der Übungen in den Unterricht erfolgt wie die Einführung anderer Unterrichtsinhalte auch - der Phantasie und Kreativität und dem Spaß und Temperament des Lehrers sind da keine Grenzen gesetzt.

Die meisten Kinder mögen an den Übungen einerseits die Abwechslung und auch die körperliche Herausforderung. Sie wollen dann auch nach und nach die Übungen in ihren Feinheiten gut machen (gerader Rücken, Blick gerade aus, auf der Stelle bleiben, die Arme locker schwingen oder die Oberschenkel hochziehen).

Im Anschluss an die Marschier-Übung eignet sich meiner Erfahrung nach die Konzentrationsübung (Autofahren) gut. Hier bündeln die Kinder wieder ihre Kräfte und sind sehr gefordert bei sich zu bleiben.

Nur wenige Kinder finden es doof die Übungen zu machen und wollen anfangs nicht mitmachen, doch nach und nach finden sie auch Gefallen daran. Die Kinder sollten nie gezwungen werden die Übungen zu machen, ermuntert und überredet schon.

Nach einiger Zeit, wenn die Kinder die Übungen schon häufig gemacht haben, kann folgendes Phänomen eintreten: Kinder gehen auf den Flur um eine Übung zu machen, da sie merken, dass sie sich schlecht konzentrieren können oder besonders unruhig sind. Auch Kinder die sonst gerne auf Toilette müssen, ziehen es zwischendurch vor eine Übung zu machen

#### Der Gewinn für die Kinder:

Ihre **Selbstwahrnehmung** nimmt zu „Ich merke das ich unruhig bin“ /

Ihre **Selbstständigkeit** wächst „Ich kann mich selbst unterstützen“/

Ihr **Körpergefühl** verbessert sich „Ich Sorge dafür, dass es mir besser geh“/

Die Kinder steigern ihre **Ausdauer** „Es klappt durch Übung immer besser“/

Ein **Kompetenzgefühl** setzt ein „Ich habe eine Lösung“

Hinter diesen Ich-Aussagen stehen keine bewussten geistigen Prozesse, die bei den Kindern ablaufen, sondern es sind körperliche Veränderungen, die diese neuen Haltungen hervorbringen. Kinder bis zu ca. 9 Jahren erleben ihren Zustand über ihr körperliches „Zurechtsein“. Kinder in den ersten beiden Klassen äußern bekanntermaßen ihr Unwohlsein im weitesten Sinne, meist mit den Worten „Ich hab Bauchweh“ „Ich muss mal“. Übersetzt kann dies viel bedeuten „ich will zuhause bleiben, ich will das Papa und Mama sich nicht immer streiten, ich will das machen was ich will, ich versteh das nicht, mir ist das alles zu viel, ich habe Angst das X mich in der Pause wieder ärgert, ich habe Angst das X nicht mehr meine Freundin ist, ich halte es nicht mehr aus ... und und und.

Eine andere Form des Ausdrucks von Angst, Verletztheit, Wut und Unsicherheitsempfinden ist die verbal-körperliche Rüpelei. Häufig sind es immer die selben Kinder die in den Pausen in ernsthafte Konflikte mit anderen, meist ähnlichen Typen wie sie selbst, geraten.

Auch für diese Kinder sind diese Übungen ein großer Gewinn, denn sie sind in der Körperlichkeit richtig zuhause und sind meist sehr ehrgeizig darin, die Übungen lange zu halten. Auf diese Thematik werde ich im Artikel über die „Projektwoche“ noch genauer eingehen.

#### Weitere Einsatzmöglichkeiten in der Klasse:

Fotokarten von Kindern herstellen, wofür sie in den einzelnen Übungshaltungen abgebildet sind. In Stationsarbeit liegen sie als Bewegungsangebot aus.

Oder es gibt generell einen Platz in der Klasse wo beispielsweise die Karten ausliegen, und das Kind das eine Übung machen will, nimmt sich die Karte mit (Zimmerecke oder Flur). Als Verabredung kann gelten, es kann immer nur ein Kind eine Übung machen.

#### **Für müde und lustlose Kinder**

Hilft auch das morgentliche Spiellied „Was machen wir mit den müden Kindern....“ den Schülern nicht wirklich auf die Beine, sondern liegen sie eher schwer mit Ellbogen und Kopf auf dem Tisch, und haben Mühe den Stift zu bewegen oder die geforderte Aufgabe erstmal zu lesen, bringt die Übung „Fang die Bockwurst“ mehr Vitalität in die Kinder.

Diese Übung lässt sich wunderbar auch in Partnerarbeit praktizieren. Ein Kind stellt sich auf den Stuhl und hält die Hand so hin, dass der Schnappende sich schon nach oben bewegen muss um „zu greifen“ zu können. Diese Übung macht viel Spaß, und ändert nach längerer Trainingszeit, die Grundvitalität der Kinder und bringt sie zu mehr Wachheit und Einsatz. Bei den Kindern setzt sich langsam innerlich die Haltung durch „Ich pack das“ „ich pflück´s“ mir.

Diese Übung stärkt das **Selbstbewusstsein, das körperliche Wohlbefinden**. Die Motivation der Kinder nimmt zu. Daher ist diese Übung auch besonders für die Lustlosen und wenig Motivierten gut geeignet. Wunder sollte man nicht erwarten, aber stete Übung bringt auch hier die Meisterschaft.

#### **Mit allen Sinnen**

Wahrnehmungsschwierigkeiten, Probleme beim Lese- und Schreiberwerb sind oft schwer diagnostizierbar. Handelt es sich um handfeste, Fehlsichtigkeit oder Hörfehler, lässt sich mit Brille und Hörhilfen schon vieles verbessern und mit gezieltem auditivem Diskriminierungstraining lassen sich frühere Lücken in der Hörleistung (beispielsweise verursacht durch Mittelohrentzündungen in der Entwicklungsphase der

Lautdiskriminierungen) häufig schließen. Auch offensichtliche Sprachstörungen lassen sich diagnostizieren und werden von Logopäden gut betreut.

Schwierig wird es bei Kindern die keine diagnostischen Befunde aufweisen können und trotzdem große Mühe mit links-rechts (b/d etc.), oben-unten, gold- silber haben. Oder von vorne herein sagen „Ich kann nicht lesen“, ohne das sie es erst versuchen. Oder sich große Mühe geben, aber das Zusammenziehen der Silben gelingt nur äußerst mühsam. Oder der Schüler ist so angestrengt, dass er über das Lesen von drei Wörtern nicht hinauskommt. Kinder bilden häufig aufgrund ihrer Erstlese-Erfahrungen bestimmte Lese-Haltungen, meist entsprechend ihrem Charakter, aus. Fällt ihnen das Lesen leicht, ist ihre Leselust meist entsprechend hoch. Damit möglichst vielen Schülern ein reibungsloserer Leseaufnahme, Verarbeitungs- und Artikulationsprozess ermöglicht wird, mache ich mit den Kindern häufig die Sinnesübung. Sie **stärkt die einzelnen Sinne**, harmonisiert die Spannung in den Sinnesorganen und stärkt die Merkfähigkeit.

#### Fallbeispiel

Ein Mädchen meiner Klasse hat durch häufige Übung, ihre Leseablehnung aufheben können und meldet sich zum Vorlesen, was noch stockend erfolgt, aber für sie ein Riesenfortschritt ist. Ihr handicap besteht darin, dass ihre Augentätigkeit beim Lesen über die Maßen angestrengt ist. Durch das Sinnentraining kann sich der Tonus allmählich normalisieren. Klar wurde mir dieser Zusammenhang, als ich sah wie ihre Augen bei der Übung in Windeseile ganz rot wurden und sie sagte, „Meine Augen brennen und das alles ist sehr anstrengend“.

#### Einsatz im Unterricht

Diese Übung wird sehr gerne von den Kindern gemacht. Sie kann auch problemlos vor der Lesestunde und allen andern Stunden gemeinsam gemacht werden. Die Kinder stehen auf, stellen sich hinter ihren Stuhl und machen das „Monster“. Sie haben den Namen „Monster“ erfunden, da man die Augen ganz groß machen muss, auch das „Maul“ sehr weit aufreißen soll, und die Zunge herauszustrecken ist.

Besonders gut eignet sich diese Übung, wenn im Sachunterricht die „Sinne“ durchgenommen werden. Sie dient dann einerseits als „Erkennungssymbol“ der Unterrichtsreihe, dann sind alle gleich orientiert welches Fach dran ist. Zum anderen bleiben die einzelnen Sinnesorgane (Auge, Nase, Ohren und Mund) mit ihren Funktion durch die jeweilige Aktivierung, besser in Erinnerung.

## Das Individualisierungspotential aller Körperübungen

Das Einzigartige an den Körperübungen besteht noch darin, dass die Kinder die jeweiligen Haltungen genau ihrem „Leistungsstand“ entsprechend einnehmen. Das heißt sie setzen den Inhalt genauso um, wie er ihnen im Moment entspricht.

Beispielsweise bei der Konzentrationsübung, die optimale Haltung wäre: gerader Rücken, ausgestreckte Arme, parallel zum Boden, geschlossene Faust, die Beine sind angewinkelt und die Fußsohlen stehen auf dem Boden und das alles unangestrengt 2 Minuten zu halten. Die Haltung so einzunehmen bedeutet, das Kind ist in seiner optimalsten Form von Konzentration angekommen. Es hat sich die dafür nötigen Voraussetzungen angeeignet.

Im Umkehrschluss bedeutet das, je weiter ein Kind von dieser optimalen Haltung entfernt ist, um so mehr ist es von seiner Konzentrationsfähigkeit entfernt. Auch wie das Kind die Haltung einnimmt und wie sich das Kind in der Haltung verhält, gibt genauen Aufschluss darüber wie sich das Kind verhält, wenn Konzentration von ihm gefordert wird. Klassische Äußerungen sind anfangs gerne „Ich kann das nicht oder ich kann nicht mehr“ nach ganz kurzer Zeit.

Andere versuchen sich in der Haltung mit zusammengekniffen Augen und Mund zu halten. Wieder andere albern rum und versuchen andere zum Mitalbern zu bewegen. Manche sagen zu den anderen „Guck mich nicht an“.

Beobachtet man die Art wie die Kinder ihre Haltungen einnehmen genauer, findet man exakt die Ablenkungsmanöver wieder, die sie auch im Unterricht (z.B. Erledigen von schriftlichen Aufgaben/ Arbeitsblättern) zeigen.

Das heißt also, das Einnehmen der Haltung bedeutet zweierlei:

Der aktuelle Stand des Kindes bezüglich Konzentration, Nervenfunktion, Wachheit etc. wird sichtbar, und das Kind setzt genau dort an wo es steht.

**Das Kind trainiert an seiner individuellen Herausforderung, der aktuellen Übungshaltung weiter.** Je mehr es sich gegen seine Ablenkungsmanöver dauerhaft durchsetzen kann um so stabiler wird seine Übungshaltung, und um so besser kann es sich im Arbeitsprozess konzentrieren.

Ich freue mich über Rückmeldungen oder Fragen zu diesem Artikel.

In 14 Tagen erscheint **Artikel 2: Teschler Lernförderung (TL) in der Projektwoche**

bis dahin verbleibe ich mit freundlichen Grüßen,

Christine Weber