

Bewegung tut der Sprache gut! Bewegungsförderung als Sprachförderung

Lernen ist nach wie vor für viele Menschen gleichbedeutend mit Stillsitzen. Dabei hat die Wissenschaft längst festgestellt: Wahrnehmung und Bewegung sind die Grundlagen kindlichen Lernens. Oder anders ausgedrückt: Toben macht schlau! Mit Toben ist dabei nicht zielloses Herumgerenne, sondern die natürliche Bewegungsfreude von Kindern gemeint.

Bewegung trainiert nicht nur den Körper, sondern auch den Geist. Entscheidend sind dabei die ersten Lebensjahre, denn da wird die Grundlage für das Lernen geschaffen. Auch die Sprachentwicklung ist kein isolierter Vorgang, sondern steht in Verbindung mit der Gesamtentwicklung eines Kindes.

Bewegung tut dem Gehirn gut. Bewegung tut der Entwicklung gut. Bewegung tut der Sprache gut. Warum dies so ist und wie man diese Tatsache nutzen kann, erklärte die Sportpädagogin und Buchautorin **Renate Zimmer** in einem Vortrag und in einem vertiefenden Seminar. Ein Gespräch mit der Referentin als Nachlese:



Wie hängt die sprachliche Entwicklung eines Kindes mit Bewegung zusammen?

Zimmer: Die ursprüngliche Funktion der Sprache ist die der Mitteilung und Verständigung.

Lange bevor das Kind die verbale Sprache nutzt, teilt es sich bereits über Gesten, Mimik, Gebärden, mit seinem Körper mit. Bereits Säuglinge drücken z. B. Wohlbefinden aus, indem sie mit den Armen und Beinen strampeln, oder signalisieren Abwehr. Sprache wird vom Kind auch verwendet, um eine Absicht zu realisieren, es will mit Worten Dinge geschehen machen. Zuvor lässt es mit seinem Körper Dinge geschehen: Es gibt dem Ball einen Fußtritt und erzielt damit eine Wirkung. Die zunehmende Beherrschung des Körpers und der Sprache eröffnen ihm den Weg in die Selbstständigkeit.

Sprache baut immer auf Handeln auf: Zuerst erfolgt das körperlich-sinnliche Erkunden einer Sache, dann erst erfolgt die sprachliche Entwicklung. „Ball springt“, sagt das Kind, aber

nicht bevor, sondern nachdem es sich mit ihm beschäftigt hat. Im Tun entdeckt es die Sprache als nützliches Medium.

Ist Bewegung also besonders in den ersten Jahren wichtig?

Zimmer: Sie ist unverzichtbar. Der Spracherwerb ist eng mit der kognitiven Entwicklung eines Kindes verbunden. Dass ein Ball rund ist, auf dem Boden rollt und hochspringt, wenn man ihn fallen lässt – dieses Wissen hat das Kind aufgrund von Erfahrungen durch Wahrnehmung und Bewegung. Die Bedeutung von „langsam, schnell, hoch, tief, rund“ usw. lernt das Kind nur durch Bewegungshandlungen. So werden durch das Handeln gewonnene Erfahrungen in Verbindung mit der Sprache zu Begriffen. Man kann sogar sagen, dass Sprache zuerst ein körperlich-motorischer Vorgang ist. Wir wissen zudem aus der Gehirnforschung, dass die Sinnesfähigkeit und die körperliche Aktivität des Kindes für die Entwicklung des Gehirnes entscheidend sind.

Kann der Zusammenhang zwischen motorischer Entwicklung und sprachlicher Entwicklung eines Kindes nachgewiesen werden?

Zimmer: Studien belegen, dass es einen engen Zusammenhang insbesondere zwischen der feinmotorischen Entwicklung und der sprachlichen Entwicklung eines Kindes gibt. Kinder, die in diesen Untersuchungen eine

schlechte Leistung im Bereich der Feinmotorik gezeigt haben, hatten häufiger auch Störungen bei der Aussprache.

Sollte eine Sprachförderung also immer auch eine Bewegungsförderung sein?

Zimmer: Ich beobachte in den letzten Jahren den besorgniserregenden Trend zur isolierten Förderung der sprachlichen Kompetenzen. Viele Materialien auf dem Markt betrachten Sprachförderung sehr funktionsorientiert. Dabei muss Sprachförderung nicht losgelöst von den alltäglichen Aktivitäten z. B. im Kindergarten betrachtet werden oder als Zusatzangebot gelten, sondern kann gut eingebunden werden in den Kindergartenalltag und verbunden werden mit anderen wesentlichen Bildungsbereichen. Damit werden die Interessen und Bedürfnisse der Kinder berücksichtigt, denn die haben meist kein Interesse an der Sprache an sich, sondern benutzen sie eher als Mittel zum Zweck. Besondere Chancen bietet dabei die Bewegung.

Was sollte bei einer bewegungsorientierten Sprachförderung im Vordergrund stehen?

Zimmer: Das Grundanliegen einer bewegungsorientierten Sprachförderung von Kindern sollte darin bestehen, eine anregungsreiche, zum Handeln auffordernde Umwelt zu schaffen, in der das Kind seinen Körper, Bewegung, Sprache und

Stimme gleichermaßen einsetzen darf. Bevorzugtes Mittel ist dabei das Spiel. Die sprachfördernde Wirkung entfaltet sich dabei eher indirekt und beruht insbesondere auf den vielfältigen Sprechanschlüssen, die sich beim gemeinsamen Spiel ergeben. Bewegungshandeln verbindet sich so zwanglos mit sprachlichem Handeln.

Wie kann Bewegungsförderung als Sprachförderung bei Kindern mit Migrationshintergrund eingesetzt werden?

Zimmer: Bei Kindern mit Migrationshintergrund spielt es eine besonders wichtige Rolle, dass sie sich zuerst auf eine Art ausdrücken können, in der sie sich sicher fühlen. Über Bewegung fällt es ihnen oft leichter, sich anderen Kindern mitzuteilen. Sie können sich mit Gestik und Mimik, mit Gebärden und über ihren Körper oft sehr gut verständlich machen. So üben sie den Kontakt mit anderen, fühlen sich anerkannt und wahrgenommen und werden sich schrittweise auch in der verbalen Sprache zurechtfinden.

Ist unsere Lernkultur, die eher mit der Vorstellung von Stillsitzen verknüpft ist, falsche Wege gegangen?

Zimmer: Die herkömmliche Schule mit einem traditionellen Sitzunterricht ohne Bewegungspausen ist eine Missachtung des Körpers. Bewegung unterstützt das Lernen, sie aktiviert das körpereigene Belohnungssystem, fördert die Wachheit und Aufmerksamkeit und hat günstige Auswirkungen auf das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit. Ein Kind, das sich bewegen durfte, entwickelt dann auch wieder das Bedürfnis nach Ruhe.

Bewegung erleichtert also das Lernen. Wirkt das auch noch bei Erwachsenen?

Zimmer: Körperliche Fitness unterstützt die geistige Wachheit. Schon in den Wandelhallen der Antike wurde im Gehen meditiert, Philosophen diskutierten beim Spazierengehen. Bewe-

gung diene der Unterstützung geistiger Arbeit und Konzentration. Wem von uns ist nicht schon einmal bei einem Spaziergang die zündende Idee gekommen, auf die man am Schreibtisch sitzend vergeblich gewartet hat? Man kann aber nicht von einer einfachen, linearen Verbindung ausgehen, dass also das Kicken auf dem Fußballplatz zum Beispiel die Intelligenz fördert. Aber es hält wach, verbessert die Laune und steigert die Reaktionsfähigkeit. In jeder Altersstufe kann der Mensch seine Befindlichkeit, die ihrerseits Voraussetzung für Lernen ist, durch Bewegung und Sport verbessern.

Was können Eltern und ErzieherInnen tun, wenn ihre Kinder sich eher wenig bewegen und gerade der Sportunterricht das Fach ist, das sie am wenigsten mögen?

Zimmer: Mit Verordnung geht natürlich gar nichts. Man kann Bewegung eigentlich nur schmackhaft machen, Kinder dazu „verführen“, indem man selbst auch ein Vorbild ist. Man kann mit Kindern gemeinsam Aktivitäten unternehmen, die ihnen Spaß machen. Bei jüngeren Kindern sollte man vor allem Spiele durchführen, an denen sie Freude haben. Bei älteren Kindern spielen die Freunde eine wichtigere Rolle, mit denen man auch etwas unternehmen kann. Wenn Kinder in einen Sportklub gehen, da ihre Freunde das auch tun, sieht es weniger nach Verordnung der Erwachsenen aus.

Andere Eltern wiederum würden ihre Kinder eher als „Zappelphilipp“ bezeichnen. Die beste Voraussetzung für eine gute sprachliche Entwicklung, oder vielleicht doch nicht?

Zimmer: Wenn ein Kind bewegungsunruhig ist, kann das zwei Gründe haben. Einmal kann es einfach ein bewegungsfreudiges Kind sein, andererseits kann es auch eine neurologische oder stoffwechselbedingte Unruhe im Sinne von Hyperaktivität sein, oder ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit mit Hyperaktivität).

Bei bewegungsfreudigen Kindern genügt es, ihnen einfach mehr Bewegungsmöglichkeiten, z. B. draußen, zu geben.

Mit der Sprache direkt würde ich es weniger in Verbindung bringen. Man kann nicht eindeutig sagen, dass das gut oder schlecht für die Sprache ist. Es ist nicht auszuschließen, dass ein Kind bewegungsunruhig ist und auch Probleme mit der Sprache hat.

Das Interview führte Monika Obrist im Jänner 2009.