

Beim I wird die Kraft der liebenvollen Präsenz und des lichtvollen Gleichgewichts so groß, dass Ihre Arme vom Strom sowohl nach oben als auch nach unten gezogen werden, bis Sie mit einem nach oben und einem nach unten gestreckten Arm dastehen.

Welcher der beiden Arme oben beziehungsweise unten ist, spielt dabei keine Rolle; aber beide werden in Verbindung zueinander erlebt werden. Die obere Hand strahlt durch die Handfläche Licht aus und ist gestreckt, die untere bildet eine kleine Schale und fungiert als Gegen gewicht.

Ausführung der M-Gebärde

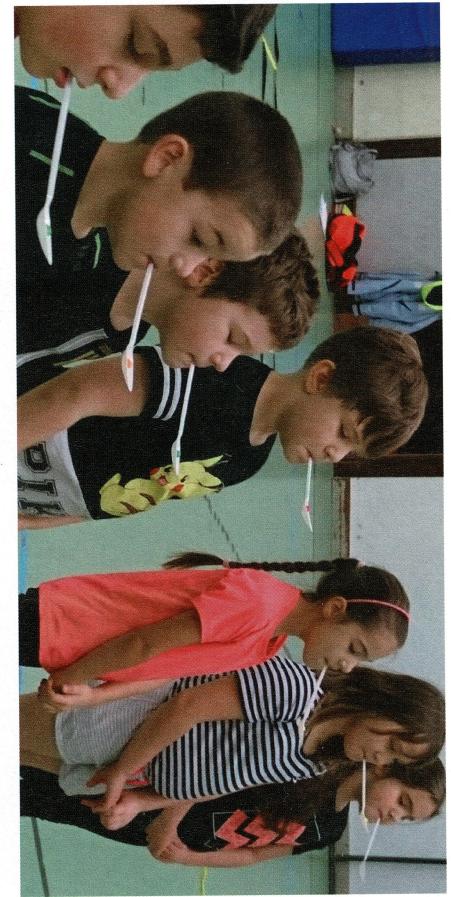
Das M – loslassen und entspannen, harmonisieren.

Wie Sie beim Sprechen des Lautes „M“ die Lippen fühlend aufeinanderdrücken und die Stimme hindurchlassen, so bewegen sich bei der M-Gebärde die Handflächen vor Ihnen aufeinander zu – abwechselungsweise die eine von vorn und die andere von hinten, wobei die Arme sich natürlich mitbewegen. Doch treffen die Hände nicht zusammen, sondern gehen aneinander vorbei. Jede Hand durchstößt und durchdringt dabei in ihrem eigenen Strom wahrnehmend die Luft, bildet jedoch zusammen mit der anderen Hand zugleich Richtung und Ge genrichtung.

Susanne Hitschold

Seh- und Lernprobleme im Grundschulalter

Buchempfehlungen
 Karmeli; Sivan: *Wer sich bewegt, kommt zu sich selbst: Eurythmie für jeden Tag*, Futurum Verlag 2016.
 Thiersch, Margret: *Zur Wirkweise der Augenhelleurythmie*, Verlag Ch. Möllmann 2008.
 Hagemann, Christiane; Werner, Michael; Bopp, Annette: *Vitalerhythmie: Das Anti-Stress-Programm für den Alltag*, Urachhaus 2016.



Wie kann visuell-kognitives Training unsere Kinder im Schulalltag unterstützen?

Das visuelle System und das Gehirn sind essentielle Ressourcen für effektives Lernen sowie für den Erwerb und die Weiterentwicklung von wichtigen Fähigkeiten im Schulalltag. Bestehen Einschränkungen bezüglich der visuellen Aufnahme und Verarbeitung, so sind Lernschwächen oder Verhaltensauffälligkeiten oft nicht weit! Mit dem Projekt „Kids for success“, das Schulen seit 2018 zur Verfügung steht, ermöglicht es der Bundesverband für visuelles und kognitives Training e.V. (BVKT e.V.), gezielt Lernen und Sehen in Bewegung zu fördern!

Die zugrunde liegenden Ursachen hierfür werden oft übersehen, weil sie nicht offensichtlich zutage treten oder nicht bekannt sind. Wer denkt bei diesen Defiziten beispielsweise daran, dass sie durch eine fehlerhaft erlernte visuelle Informationsaufnahme oder Verarbeitung bedingt sein könnten?

Der Schulalltag in Grundschulen ist heute durch verschiedene Einflüsse für viele Kinder schwieriger geworden. Gerade bei Grundschülern der 2. und 3. Klassen beobachten Klassenlehrer und Sozialpädagogen vermehrt, dass Kinder im Unterricht nur verzögert bis gar nicht dem Geschehen folgen können oder Probleme haben, sich dem Lerntempo ihrer Mitschüler anzupassen. Damit einhergehend treten Probleme beim Erfassen von Texten sowie das fehlende Verständnis für Buchstaben oder Zahlen auf. Panik und ein schlechtes Gefühl machen sich zusätzlich breit, sobald man nach vorn zur Tafel gehen muss oder einen Text laut vor allen Mitschülern vorlesen soll.

Aus den Erfahrungen der Verbandsmitglieder, die sie in der Arbeit mit Kindern gesammelt haben, und als Antwort auf die schwierige Lernsituation an Grund-



Übungen in der Sporthalle

schulen entwickelte der BVKT e.V., der bundesweite Zusammenschluss von Kognitions-, Gehirn- und Visualtrainern, im Jahr 2017 ein Projektkonzept, um Kindern zu helfen, leichter zu lernen.

Das Programm „Kids for success“

„Kids for success“ bietet ein kindgerechtes Trainingsprogramm, in dem neueste neurowissenschaftliche Erkenntnisse mit dem Erfahrungsschatz aus langen Jahren des Visualtrainings mit Kindern kombiniert werden. Das speziell entwickelte Koordinations-, Kognitions- und Wahrnehmungsprogramm zielt einerseits darauf ab, eine schnelle und flexible Anpassung an den heute so komplexen Schultag zu ermöglichen. Andererseits wird beabsichtigt, zur gezielten Reduktion von Lern- und Konzentrationsschwächen sowie zum Ausgleich von Lese-Rechtschreib-Schwächen effektiv beizutragen.

Von diesem Ansatz war auch Regina Woehltjen, Schulleiterin der Grundschule Fährer Flur in Bremen-Vegesack, sofort begeistert. „Wir haben gemerkt, dass ausschließlich auf Bewegung ausgerichtete Angebote nicht ausreichend sind für unsere Kinder mit ‚besonderen‘ Merkmalen, die im normalen Schulalltag einer mehrzügigen Grundschule meist hinter sich fallen“, so Schulleiterin Regina Woehltjen. Im Mai 2018 wandte sich Frau Woehltjen an den Vorstand des Bundesverbandes für visuelles und kognitives Training e.V., um die Möglichkeiten einer Umsetzung des Förderprogramms „Kids for success“ zu besprechen. Nach



Auch die Eltern müssen ran!

Klärung der erforderlichen Rahmenbedingungen und der offenen Fragen konnte schnell der Plan für das Schuljahr 2018/19 gemeinsam erarbeitet werden.

Die Vorbereitungen waren abgeschlossen und die Grundschule Fährer Flur war als Pilot und Vorreiter im Land Bremen bereit, das Projekt ab August 2018 umzusetzen.

Die zu fördernde Zielgruppe des Projekts „Kids for success“ umfasst maximal zehn Schüler der 2. und 3. Klasse, die durch Lehrkräfte und Sonderpädagogen alsförderungswürdig erachtet wurden. Bei den Defiziten handelt es sich um man- gelndes Selbstvertrauen, Auffälligkeiten bezüglich des Sozialverhaltens und der Konzentrationsfähigkeit sowie um kognitive und koordinative Einschränkungen. Um das Verständnis und die gute Zusammenarbeit sicherzustellen, wurden vor Projektbeginn alle projektrelevanten Klassenlehrer und Sonderpädagogen in einem Workshop speziell auf das Projekt vorbereitet.

Der Projektablauf

Zu Beginn des Schuljahres erfolgte der eigens für das Projekt entwickelte Eingangstest, bei dem die Schüler auf ihre visuell-kognitiven Fähigkeiten, aber auch mit motorischen Grundaufgaben getestet wurden. Hierbei absolvierten die Schüler sieben Aufgaben aus den Bereichen visuelle Wahrnehmung, Koordination, Kognition, Inhibition und Lateralität. Anhand eines speziellen Programms wurden die einzelnen Werte festgehalten, dokumen-

tiert und konnten professionell ausgewertet werden.

Das Projekt umfasst im Verlauf des Schuljahres neben den wöchentlichen Trainings (zweimal 60 Minuten pro Woche) noch zwei weitere Testungen: einmal zum Schulhalbjahr und einen Abschluss test zum Schlußjahresende. So können Veränderungen objektiv sichtbar gemacht werden. Individuelle Lernziele für jeden Einzelnen können gesetzt werden und bei regelmäßiger Teilnahme am Training merken die Kinder den Erfolg in den eigenen Leistungen im Unterricht.

Die Schwerpunktsetzung

Im Training wird der Schwerpunkt auf Bewegung und Lernen gesetzt. In Kombination mit einem sportlichen Wahrnehmungszirkel werden visuelle Fähigkeiten und Kompetenzen wie ein verändertes Sozialverhalten (Umgang mit Mitschülern), eine Steigerung des Selbstvertrauens und vor allem aber eine längere Konzentrationsphase sowie die visuelle Ausdauer geschult. Die visuelle Aufnahme und Verarbeitung (hierbei geht es nicht um Sehschärfe), also jene visuellen Funktionen, die ein Kind zum Lernen benötigt, werden im Training um koordinative und kognitive Aspekte ergänzt. Funktionen wie Fixierungsfähigkeit, angemessene Blicksprünge, altersgemäße Leseschwindigkeit, Stereosehen, schnelles Umschalten von der Ferne (Tafel) zur Nähe (Heft) können so spielerisch und sportlich geschult werden.

AUGENBLICK

Gleichzeitig können Fähigkeiten wie ein leistungsfähiges Arbeitsgedächtnis, bewusste Aufmerksamkeit, logisches Denken sowie Abstraktionsvermögen trainiert werden.

„Die Herausforderung besteht darin, die Gruppe jedes Mal etwas mehr zu fordern, ohne sie gleich damit zu überfordern. Deshalb arbeiten wir mit Grundaufgaben und setzen immer neue Impulse und Loadding ein, um die Kinder zu animieren, selbst mitzumachen oder sich aktiv einzubringen. Nicht jeder ist koordinativ auf dem gleichen Level wie die gleichaltrigen Mitschüler. Das Seilspringen (bilaterale Sprünge) oder „unfallfrei“ eine Koordinationsleiter zu durchlaufen, stellt für viele schon eine enorme Herausforderung dar“, so Christin Senf, Vorstandsmitglied und Projekttrainerin des BVKT e.V., die in Bremen beide Grundschulen von Anfang an begleitet und betreut.

Eine Erfolgsgeschichte

Trotz der Herausforderungen stellten sich erste Erfolge bereits sechs bis acht Wochen nach Projektstart ein – auch zur Freude aller teilnehmenden Kinder. Ein verbessertes Buchstabenverständnis wurde von Lehrkräften bemerkt, Diktate oder Leseübungen fallen vielen mittlerweile leichter. Auch das Verhältnis innerhalb der einzelnen Klassenverbände hat sich entspannt, das Sozialverhalten hat sich deutlich verbessert. So auch Heike Hein, persönliche Assistenz an der Grundschule Fährer Flur: „Für meinen Schützling ist ‚Kids for success‘ eine unheimlich große Bereicherung. Waren Leseübungen oder Diktate bisher ein Graus, so arbeitet er heute wie selbstverständlich seine Aufgaben ab. Natürlich nicht ohne das eine oder andere Widerwort, aber dafür mit deutlich mehr Konzentration und Ausdauer als noch vor Beginn des Projekts. Er kann dem Unterricht besser folgen und passt sich langsam, aber sicher dem Lerntempo seiner Mitschüler an. Ein kleiner Schritt für ihn – für mich ein großer Schritt in Richtung eigenständigen Lernens.“

Der Weg kann nur gemeinsam gelingen: Schulleiter, Klassenlehrer, Verband und Trainer arbeiten Hand in Hand. In regel-

mäßigen Abständen gibt es Rückmeldung aus den einzelnen Klassen. Verbesserungen oder auch Auffälligkeiten werden in Stundendarbilden dokumentiert und gemeinsam ausgewertet.

Finanziell getragen werden die laufenden Projekte durch regionale und überregionale Förderer, zum Beispiel von der BKK Mobil Oil. Sie unterstützt beide Schulen im Rahmen eines Setting-Projekts mit jeweils 1500 Euro. Doch auch Schule und Eltern tragen ihren finanziellen Beitrag zu den Projekten bei.

Das Interesse an diesem Projekt ist groß und wächst zudem stetig. Weitere interessierte Schulen finden sich in Städten wie Köln, Kiel, Bremerhaven und München. Aber auch in Sachsen oder Niedersachsen (Hannover, Lehrte, Osterholz-Scharmbeck) haben Schulen bereits ihr Interesse am Projekt bekundet.

„Wir sind begeistert vom Zuspruch und können nun aus den ersten Erfahrungen berichten, wie positiv sich visuell-kognitives Training auf das Lernverhalten unserer Kinder auswirkt; nicht nur wissenschaftlich belegt, sondern in der Praxis getestet und umgesetzt“, so Stefanie Hennigfeld, Vorstandsmitglied des BVKT e.V. Sie ergänzt: „Wir haben bereits bundesweit Gespräche geführt und sind ständig auf der Suche nach motivierten Trainern, um möglichst vielen Kindern die Chance zu geben, Spaß am Lernen zu entwickeln und einen entspannteren Schulalltag zu erleben.“

Die Aus- und Weiterbildung der Trainer mit Prüfung und Zertifizierung erfolgt zentral durch den BVKT e.V. mit einem speziellen Trainingskonzept. Dieses zielt darauf ab, den Trainern verschiedene Möglichkeiten und Varianten eines abwechslungsreichen Trainings als Werkzeug an die Hand zu geben. So können Kinder so früh wie möglich gezielt in ihrer (Lern-)Entwicklung gefördert und ihnen das Lernen leichter gemacht werden!

Sven Munderloh



Koordination und Gleichgewicht