



Phonologische Bewusstheit bewegungsorientiert fördern

Eine Informationsbroschüre für die Arbeit
in der Schuleingangsphase

Ein Projekt im Rahmen der Masterarbeit

Von Theresa Zastrow

Universität Erfurt

Vorwort

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

fragen Sie sich manchmal, wie Sie ihren Deutschunterricht in der Schuleingangsphase noch spannender und kreativer gestalten können? Fällt es Ihren Erst- und ZweitklässlerInnen schwer, 45 Minuten lang still am Platz sitzen zu bleiben?



Dann kann diese Broschüre Ihnen neue Anregungen anbieten, denn sie informiert Sie über die Chancen und Möglichkeiten, Bewegung in den Unterricht zu integrieren. In dieser Broschüre liegt der Fokus besonders auf der phonologischen Bewusstheit, einer Grundlage des Schriftspracherwerbs, und wie diese bewegungsorientiert gefördert werden kann.

Sie erhalten Informationen über Bewegungsmangel im Kindesalter und über die Notwendigkeit und Vorteile von Bewegung in der Schule. Sie werden darüber informiert, wie Bewegung in den Unterricht integriert werden kann. Nach einer Begriffsklärung zur phonologischen Bewusstheit wird Ihnen die Rolle der phonologischen Bewusstheit im Schriftspracherwerb vorgestellt und der Zusammenhang der phonologischen Bewusstheit und Bewegung erläutert. Kernstück dieser Broschüre sind anschließend fünf bewegungsorientierte Übungsformen, durch die die phonologische Bewusstheit bei Kindern in der Schuleingangsphase freudbetont und spielerisch gefördert werden kann. Zu jeder vorgestellten Übung wird Ihnen ein QR-Code zur

Verfügung gestellt, der Sie zu einem Anschauungsvideo weiterleitet, in dem die Übungsdurchführung gezeigt wird. Ein Ausblick fasst die wesentlichen Inhalte der Broschüre noch einmal für Sie zusammen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen und Anschauen!



T. Zastrow

Inhalt

1	Bewegungsmangel im Kindes- und Jugendalter	5
2	Warum Bewegung in die Schule gebracht werden sollte.....	6
3	Bewegt unterrichten – aber wie?	8
4	Phonologische Bewusstheit – mehr als nur Hören	12
5	Mit Bewegung phonologische Bewusstheit fördern.....	15
6	Bewegte Übungen zur phonologischen Bewusstheit.....	19
6.1	Übung 1: Reime entdecken	20
6.2	Übung 2: Silbenstaffel	21
6.3	Übung 3: Bewegungsgeschichten.....	22
6.4	Übung 4: Feuer Wasser Sturm mit Lauten	23
6.5	Übung 5: Ich höre zu und bewege mich im Nu!	24
7	Ausblick.....	25

1 Bewegungsmangel im Kindes- und Jugendalter

In den letzten zehn Jahren hat die Häufigkeit von Übergewicht global betrachtet stark zugenommen (Weltgesundheitsorganisation WHO, 2016). Lediglich 19% der Kinder und Jugendlichen weltweit erreichen die durch die Weltgesundheitsorganisation empfohlene Bewegungszeit von mindestens 60 Minuten am Tag (WHO, 2016). In Deutschland sind es nur 25% der Kinder und Jugendlichen, die die Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation einhalten können (Robert-Koch-Institut RKI, 2020). Mit dem Eintritt in das Schulalter nimmt der Umfang körperlicher Aktivität bei Kindern und Jugendlichen sogar ab (Tremblay et al.; 2014).



80% der Kinder und Jugendlichen weltweit und **75%** der deutschen Kinder und Jugendlichen erreichen die von der WHO empfohlene tägliche Bewegungszeit **NICHT**.

Zur Prävention von Übergewicht im Kindesalter empfiehlt die Weltgesundheitsorganisation speziell für die Arbeit an Schulen, den Schülerinnen und Schülern genügend Raum und Zeit für körperliche Aktivität zur Verfügung zu stellen (WHO, 2016). Kindern sollte ein bewegungsfreundliches Umfeld angeboten werden, um dem Bewegungsmangel entgegenzuwirken und die kindliche Gesundheit zu stärken (WHO, 2016). Bewegungsangebote in Schulen können einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitserziehung und Bewegungsförderung im Kindes- und Jugendalter leisten (RKI, 2020). Lehrkräfte sind dabei in der Verantwortung, Schule bewegungsfreundlich zu gestalten, um die Gesundheit ihrer SchülerInnen zu fördern (RKI, 2020; WHO, 2016).

2 Warum Bewegung in die Schule gebracht werden sollte

Die von der Weltgesundheitsorganisation WHO empfohlene Bewegungszeit von 60 Minuten am Tag für Kinder und Jugendliche wird also nur von circa einem Viertel der Kinder und Jugendlichen in Deutschland erreicht (RKI, 2020). Auch in der Schule verbringen Kinder und Jugendliche den Großteil des Vormittags meist mit sitzenden Tätigkeiten. In den Lehrplänen für die Grundschule findet man keine Vorgaben dazu, Bewegung in den Unterricht zu integrieren. Jedoch gibt es Empfehlungen für den Einsatz von Bewegung in der Schule in anderen bildungspolitischen Handreichungen für Lehrkräfte, auf die nun eingegangen werden soll.

Der „Thüringer Bildungsplan für Kinder bis 10 Jahre“ ist keine Vorgabe für Lehrkräfte, vielmehr werden hier Impulse für die pädagogische Praxis gegeben (Sasse et al., 2010). Der Bildungsplan bezeichnet Bewegung als eine elementare Ausdrucksform von Kindern und schreibt ihr eine große Bedeutung für die kindliche Entwicklung zu (Sasse et al., 2010). Für die Grundschule als Institution kindlicher Bildung wird im Bildungsplan empfohlen, Kinder zu grob- und feinmotorischen Bewegungshandlungen anzuregen (Sasse et al., 2010). Aufgabe von Schule ist es, Kindern vielfältige Bewegungsangebote und Spielraum für Bewegungshandlungen zu bieten (Sasse et al., 2010).

Auch in den von der Kultusministerkonferenz (KMK) verabschiedeten „Empfehlungen zur Arbeit in der Grundschule“ (2015) wird der Bewegungsaspekt im Unterricht konkret aufgefasst. Schule soll Kindern und Jugendlichen Lernangebote anbieten, die einen ausgewogenen Anteil von Ruhe und Bewegung enthalten (KMK, 2015).

Grundschullehrkräfte werden von der Kultusministerkonferenz dazu angehalten, Sportangebote in das Schulleben zu integrieren und einen bewegungsfreudigen Schulalltag zu schaffen (KMK, 2015). Sowohl im Fachunterricht als auch im fächerübergreifenden Unterricht sollen motorische und gesundheitliche Entwicklungsprozesse integriert werden (KMK, 2015). Unterricht in der Grundschule sollte bewegungs- und lebensweltorientiert gestaltet werden und ein Lernen mit allen Sinnen ermöglichen (KMK, 2015).



Laut der Kultusministerkonferenz und dem Thüringer Bildungsplan sollten Lehrkräfte ihren SchülerInnen bewegungsorientierte Unterrichtsangebote zur Verfügung stellen.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass Lehrkräfte zwar nicht dazu verpflichtet sind, bewegt zu unterrichten, es ihnen aber empfohlen wird, um ihren Unterricht ganzheitlich zu gestalten.

3 Bewegt unterrichten – aber wie?

LehrerInnen sollten es als eine ihrer Aufgaben betrachten, bewegungsorientierte Unterrichtsangebote in den Unterricht einzubeziehen. Wie dies gelingen kann, soll nun anhand der Dimensionen bewegten Unterrichts und der Prinzipien einer psychomotorischen Unterrichtsgestaltung erläutert werden.

Es können drei verschiedene Dimensionen einer bewegungsorientierten Unterrichtsgestaltung unterschieden werden:

- Lernen **in** Bewegung
- Lernen **mit** Bewegung und
- Lernen **durch** Bewegung (Jordan, 2019; Laging et al., 2010).

Durch das Lernen **mit** Bewegung soll das Lernen vorbereitet werden – es werden noch keine Unterrichtsinhalte vermittelt, vielmehr geht es um die Bereitstellung von Wahrnehmungs- und Bewegungsphasen, die eine aktivierende oder beruhigende Wirkung auf die SchülerInnen haben (Jordan, 2019). Das kann als Ritual oder auch in Übergangsphasen im Unterricht geschehen. Das Lernen **in** Bewegung dient der Optimierung von Informationsprozessen und kombiniert Unterrichtsinhalte und -methoden mit Wahrnehmungs- und Bewegungsangeboten (Jordan, 2019; Laging et al., 2010). Bewegung nimmt hier die Rolle des Lernbegleiters ein. Beim Lernen **durch** Bewegung wird den SchülerInnen durch die Bewegung ein zusätzlicher Informationszugang zum Unterrichtsinhalt ermöglicht (Jordan, 2019). Lernen **durch** Bewegung gilt als die lernerschließende Dimension, in der Fachinhalte durch Bewegungserfahrungen erschlossen werden

(Laging et al., 2010). Lehrkräften soll mit den drei Dimensionen aufgezeigt werden, welche Funktionen Bewegung im Unterricht haben und wie in welchen Unterrichtsphasen Bewegung eingesetzt werden kann.

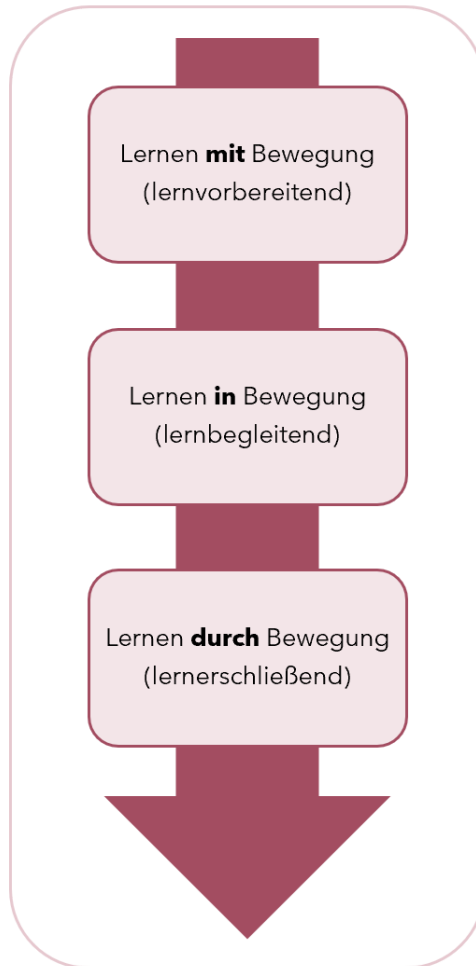


Abb.1: Dimensionen bewegungsorientierten Unterrichts (Jordan, 2019; Laging et al., 2010)

Zusätzlich zu diesen Dimensionen bewegten Unterrichts sollen nun die Prinzipien einer psychomotorischen Unterrichtsgestaltung vorgestellt werden. Die Psychomotorik ist ein Handlungsfeld, das eine ganzheitliche Förderung fokussiert (Zimmer & Martzy, 2014). In der Psychomotorik wird die enge Verbindung von psychischen und motorischen Entwicklungsprozessen betont und für die kindliche Entwicklungsförderung genutzt (Kuhlenkamp, 2017). Bewegungserfahrungen bilden dabei die Grundlage der Persönlichkeitsentwicklung (Zimmer, 2013b). Durch Körper-, Material- und Sozialerfahrung sollen Kinder ganzheitlich in ihrer Entwicklung unterstützt werden (Fischer, 2019).

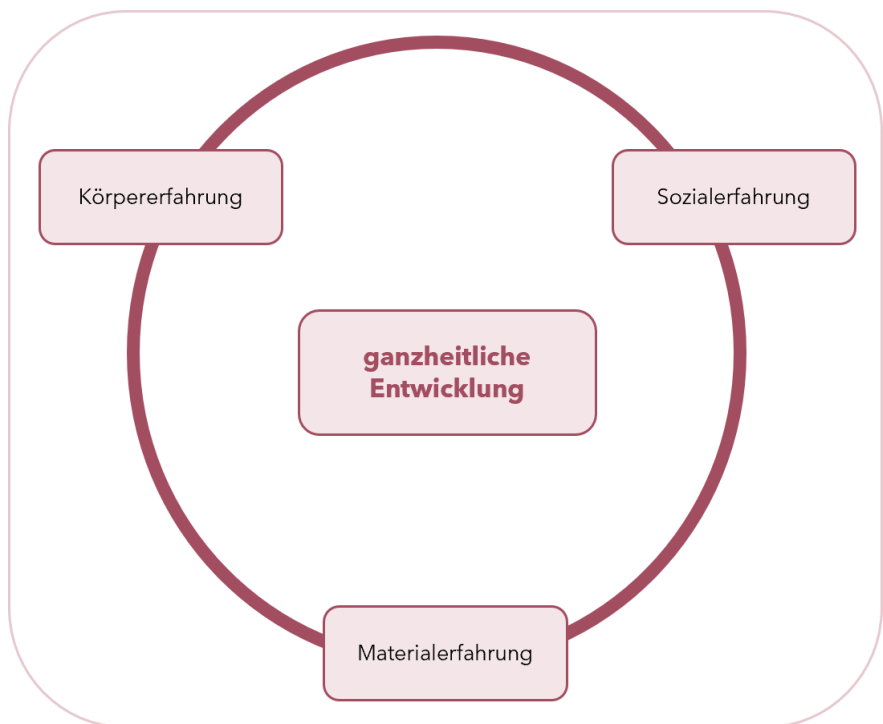


Abb.2: ganzheitliche Entwicklung aus Sicht der Psychomotorik

Psychomotorische Unterrichtsgestaltung kann als ganzheitliche, bewegungsorientierte Unterrichtsgestaltung verstanden werden (Zimmer, 2013; Zimmer & Martzy, 2014). Eins der psychomotorischen Unterrichtsprinzipien umfasst das Ansprechen möglichst vieler Sinne bei der Vermittlung der Lerninhalte (Zimmer, 2013). Im Gegensatz dazu trägt auch die isolierte Förderung einzelner Sinnesbereiche zu ganzheitlichem Unterricht bei. Des Weiteren wird empfohlen, verschiedene sensorische Erfahrungen durch den Einsatz von Spiel- und Arbeitsmaterialien zu ermöglichen (Zimmer, 2013). Ganzheitlicher Unterricht im Sinne der Psychomotorik sollte einen ausgewogenen Wechsel von Aufmerksamkeits- und Entspannungsphasen anbieten (Zimmer, 2013).

Es kann festgestellt werden, dass die Dimensionen bewegten Unterrichts durchaus von psychomotorischer Natur sind, ebenso aber auch die psychomotorischen Prinzipien der Unterrichtsgestaltung als Prinzipien eines bewegungsfördernden Unterrichts angesehen werden können. Lehrkräfte können sich sowohl an den Dimensionen bewegten Unterrichts als auch an den psychomotorischen Prinzipien der Unterrichtsgestaltung orientieren, um ihren Unterricht bewegungsorientiert zu gestalten. Bewegung kann dabei in alle Phasen des Unterrichts integriert werden. Wie sich Bewegung in den Deutschunterricht der Schuleingangsphase integrieren lässt, soll nachfolgend im Hinblick auf die phonologische Bewusstheit beleuchtet werden.

4 Phonologische Bewusstheit – mehr als nur Hören

Damit Kinder lesen und schreiben lernen können, müssen sie in der Lage sein, Sprache und Sprachstrukturen zu reflektieren (Dahmen & Weth, 2018). Die metalinguistische Fähigkeit der phonologischen Bewusstheit von Kindern gilt als Schlüssel für den Schriftspracherwerb (Füssenich & Löffler, 2018). Nachfolgend soll der Begriff der phonologischen Bewusstheit kurz geklärt und anschließend der Zusammenhang mit dem Schriftspracherwerb erläutert werden.

Phonologische Bewusstheit beinhaltet die Einsicht in die Lautstruktur von Sprache (Schneider, 2012). Sie beschreibt die Fähigkeit der Unterscheidung von sprachlichen Einheiten wie Lauten, Silben oder auch Wörtern (Zimmer, 2012). Es kann zwischen phonologischer Bewusstheit im **weiten** und im **engen** Sinne unterschieden werden (Schröder-Lenzen, 2013). Die **weite** Fassung der phonologischen Bewusstheit umfasst die Kompetenz, größere prosodische und phonologische Strukturen wie Reime und Silben, zu erfassen (Schnitzler, 2008). Die phonologische Bewusstheit im **weiten** Sinne ist oftmals bereits bei Kindern im Vorschulalter vorhanden – sie sind häufig schon vor Schuleintritt in der Lage, Reime zu identifizieren oder Silben in Wörtern zu erkennen (Marx, Weber & Schneider, 2005). Verfügen Kinder über phonologische Bewusstheit im **engen** Sinne, so sind sie dazu in der Lage, die Gesamtheit eines Wortes auf seine lautlichen Bestandteile hin zu untersuchen (Schröder-Lenzen, 2013). Die **enge** phonologische Bewusstheit umfasst die Ebene der kleinsten bedeutungsunterscheidenden sprachlichen Einheiten, der Phoneme (Schnitzler, 2018). Phonologische Bewusstheit im **engen** Sinne

beinhaltet die Fähigkeiten der Identifikation, Segmentierung, Manipulation und Synthese von Phonemen (Schröder-Lenzen, 2013).

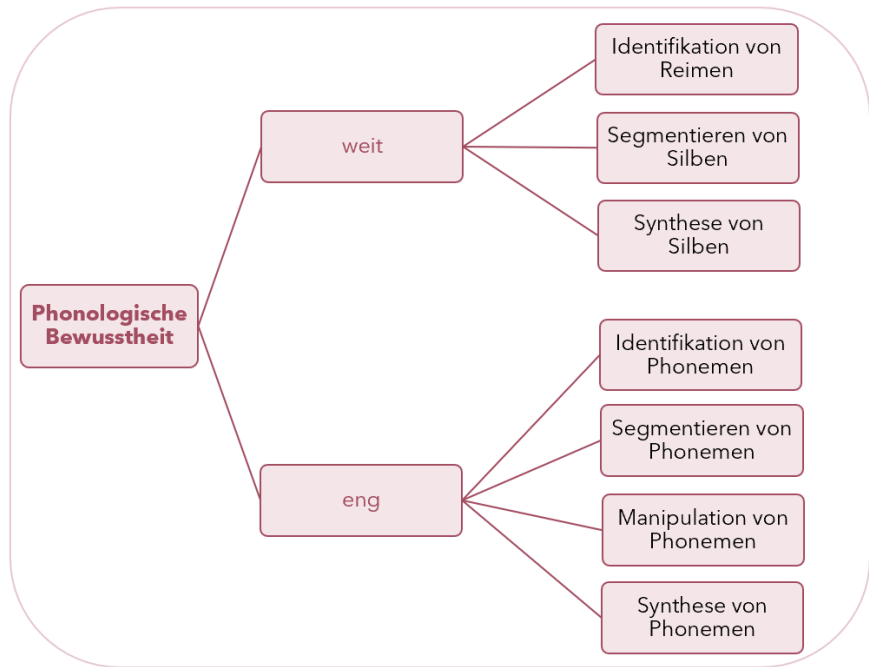


Abb.3: Übersicht Phonologische Bewusstheit

Doch was spielt die phonologische Bewusstheit im Schriftspracherwerb für eine Rolle? Der Schriftspracherwerb verläuft stufen- bzw. phasenartig – nach Frith (1985) erfolgt nach der logographischen die alphabetische und anschließend die orthographische Stufe. In der logographischen Stufe des Schriftspracherwerbs gehen Kinder mit Schrift ganzheitlich-visuell um, sie merken sich Wörter anhand ihrer graphischen Merkmale (Füssenich & Löffler, 2018). Hier spielt die phonologische Bewusstheit kaum eine Rolle. Für die darauffolgende alphabetische Phase hingegen ist die phonologische Bewusstheit von großer Bedeutung – Lernende

auf dieser Stufe beginnen, abgehörten Phonemen Grapheme, also Buchstaben bzw. Buchstabengruppen, zuzuordnen (Schröder-Lenzen, 2013). Hörbaren Lauten werden hier Schriftzeichen zugeordnet. Grundlage dafür ist, dass Kinder verstehen, dass sich Wörter aus Phonemen zusammensetzen (Mayer et al., 2017). Sie müssen dazu in der Lage sein, Einblick in die Lautstruktur der gesprochenen Sprache zu nehmen – in anderen Worten müssen sie über phonologische Bewusstheit verfügen (Schnitzler, 2008). Erst, wenn die alphabetische Phase gemeistert ist, kann erfolgreich in die orthographische Phase übergegangen werden, in der Kinder orthographische Regeln erlernen (Füssenich & Löffler, 2018).



Die phonologische Bewusstheit ist grundlegend dafür, dass Kinder die alphabetische Stufe meistern und in die orthographische Stufe übergehen können.

Zusammengefasst wird durch die phonologische Bewusstheit auf der alphabetischen Stufe der Grundstein für die orthographische Stufe gelegt (Schnitzler, 2008). Für den Schriftspracherwerb ist die Fähigkeit der phonologischen Bewusstheit also von großer Bedeutung.

5 Mit Bewegung phonologische Bewusstheit fördern

Besonders in der Schuleingangsphase sind Bewegungsphasen im Unterricht sinnvoll, da Bewegung für Kinder in diesem Alter einen elementaren Zugang zu ihrer Umwelt darstellt (Zimmer, 2013b). Bewegung und Sprache stehen in engem Zusammenhang, genau so wie die phonologische Bewusstheit und Bewegung. Diese Zusammenhänge sollen nun erläutert werden.

Durch Bewegung sammeln Kinder Selbsterfahrung, entdecken ihre Umwelt und erweitern ihre Handlungskompetenz (Zimmer & Martzy, 2014). Bewegung ist für Kinder nicht nur ein Fortbewegungsmittel, sondern auch eine Ausdrucksform (Zimmer, 2013b). Bewegungsanlässe stellen für Kinder gleichzeitig Sprachanlässe dar (Wendlandt, 2017). Fein- und Grobmotorik gehören zu den Wurzeln der Sprachentwicklung (Wendlandt, 2017). Sie bilden zusammen mit anderen Bereichen wie beispielsweise den Sinnen und den kognitiven Fähigkeiten die Basis für einen gelingenden Sprach- und Schriftspracherwerb (Wendlandt, 2017; Zimmer, 2005).

Die phonologische Bewusstheit als metalinguistische Fähigkeit wächst ebenfalls aus diesen Wurzeln der Sprachentwicklung. Durch Bewegung kann die phonologische Bewusstheit bei Kindern gezielt gefördert werden – dieser Zusammenhang wird nun in Hinblick auf die Hirnforschung erläutert. Die Grundlage dafür, dass Kinder phonologische Bewusstheit entwickeln und auch aufgabenbezogen

anwenden können, bildet neben einer hohen Aufmerksamkeitskapazität das phonologische Subsystem des Arbeitsgedächtnisses (Kubesch, 2017; Schnitzler, 2008). Hier werden phonologische Informationen



gespeichert, abgerufen und in der phonologischen Schleife aufgefrischt (Jansen & Richter, 2016). Das Arbeitsgedächtnis mit der phonologischen Schleife im phonologischen Subsystem als Voraussetzung für die phonologische Bewusstheit wird wiederum zu den

exekutiven Funktionen gezählt, die im präfrontalen Kortex verortet werden können (Kramer & Spangler, 2019; Kubesch, 2017). Die exekutiven Funktionen können als kognitive Regulations- und Kontrollfunktionen zur Verhaltensoptimierung definiert werden (Jansen & Richter, 2016). Studien belegen, dass durch körperliche Aktivität die exekutive Funktion der Arbeitsgedächtnisleistung von Kindern und Jugendlichen gefördert werden kann (Hillman, 2009; Walk, 2011). Die Arbeitsgedächtnisleistung als Teil der exekutiven Funktionen korreliert mit der motorischen Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen (Schmidt et al., 2017). Weiterhin regt Bewegung die Ausbildung neuronaler Netzwerke an und optimiert die Hirnleistung, was sich wiederum positiv auf die exekutiven Funktionen auswirkt (Beigel & Jordan, 2019; Müller & Petzold, 2020).

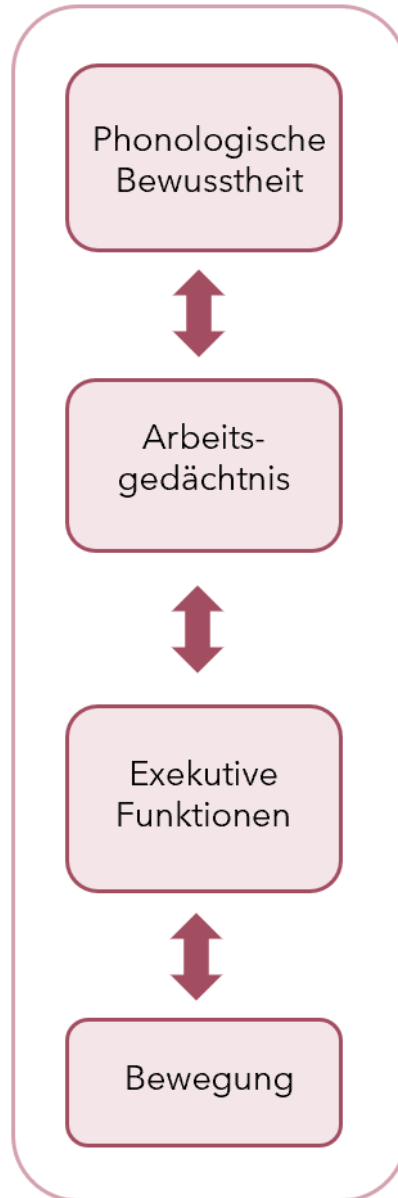


Abb.4: Zusammenhang der phonologischen Bewusstheit mit Bewegung

Aufgaben zur phonologischen Bewusstheit können also nur bewältigt werden, wenn das phonologische Subsystem mit der phonologischen Schleife im Arbeitsgedächtnis gut ausgebildet ist (Schnitzler, 2008). Das Arbeitsgedächtnis wiederum zählt zu den exekutiven Funktionen, die in engem Zusammenhang mit körperlicher Aktivität stehen und durch Bewegung gefördert werden können (Kubesch, 2017). Im Umkehrschluss bedeutet das, dass durch Bewegung die Arbeitsgedächtnisleistung als Teil der exekutiven Funktionen optimiert werden kann, wodurch die Leistung des phonologischen Subsystems mit der phonologischen Schleife verbessert und wiederum die phonologische Bewusstheit gefördert wird (Jansen & Richter, 2016; Kramer & Spangler, 2019; Walk, 2011).



Durch Bewegung kann gezielt das Arbeitsgedächtnis als Grundlage der phonologischen Bewusstheit gefördert werden.

Bewegungsorientierte Übungsformen können also effektiv eingesetzt werden, um bei SchülerInnen in der Schuleingangsphase die phonologische Bewusstheit zu fördern.

6 Bewegte Übungen zur phonologischen Bewusstheit

Aus den vorherigen Kapiteln lässt sich als Fazit ziehen, dass Bewegung und Sprache, aber auch speziell Bewegung und die phonologische Bewusstheit von Kindern miteinander verknüpft sind (Schmidt et al., 2017). Durch Bewegung kann gezielt das Arbeitsgedächtnis gefördert werden, welches eine entscheidende Rolle für die phonologische Bewusstheit von Kindern spielt (Schnitzler, 2008). Bewegung in den Deutschunterricht zu integrieren erscheint allerdings oftmals als zu aufwendig, als dass es umzusetzen wäre – doch der Schein trügt. Es gibt durchaus bewegungsorientierte Übungsformen, die ohne viel Aufwand in den Deutschunterricht der Schuleingangsphase eingebunden werden können. Der Fokus liegt in diesem Kapitel auf Übungen, die die phonologische Bewusstheit im weiten sowie im engen Sinne unter Einbezug von Bewegung fördern. Alle ausgewählten Übungen können dem Lernen **in** Bewegung zugeordnet werden und stammen aus evidenzbasierten Förderprogrammen zur phonologischen Bewusstheit für die Grundschule oder sind an sie angelehnt. Nachfolgend werden fünf bewegungsorientierte Fördermöglichkeiten für die phonologische Bewusstheit vorgestellt, die für den Deutschunterricht der Schuleingangsphase konzipiert sind. Jede Übung wird in Bezug auf die von ihr geförderten Bereiche der phonologischen Bewusstheit, den Zeit- und den Materialaufwand und ihre Durchführung zunächst kurz beschrieben. Weiterhin ist zu jeder Übung ein QR-Code in der Broschüre integriert, der Sie zu einem anschaulichen Video weiterleitet, in dem die jeweilige Übungsdurchführung mit Kindern der ersten und zweiten Klasse gezeigt wird.

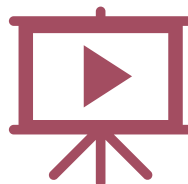
6.1 Übung 1: Reime entdecken

Die erste Übung zielt darauf ab, das Erkennen von Reimen und somit die phonologische Bewusstheit im weiten Sinne bei den Kindern zu schulen (Schröder-Lenzen, 2013). Sie ist angelehnt an die Übung „Reimt sich’s?“ aus dem mehrfach evaluierten Förderprogramm zur phonologischen Bewusstheit „Leichter lesen und schreiben lernen mit der Hexe Susi“ (Foster & Martschinke, 2019, S. 29).

Förderbereich:	Identifikation von Reimen, weite phonologische Bewusstheit
Zeitaufwand:	< 5 min
Materialaufwand:	/

Durchführung:

Die SchülerInnen stehen im Kreis um die Lehrperson. Die Lehrperson nennt nacheinander Wörter (Nomen, Adjektive, Verben). Reimen sich zwei hintereinander genannte Wörter, führen die SchülerInnen eine vorher abgesprochene Bewegung aus (z.B. Kniebeuge, Hockstrecksprung).



6.2 Übung 2: Silbenstaffel

Diese Übung fokussiert das Silbensegmentieren, was der weiten phonologischen Bewusstheit zugeordnet werden kann (Schründer-Lenzen, 2013). Ziel ist es, durch eine Art Staffelspiel bewegungsorientiert das Silbensegmentieren zu fördern. Die Übung orientiert sich am „Roboterlauf“ aus dem evidenzbasierten „Lobo-Schulprogramm“ zur Förderung der phonologischen Bewusstheit (Metz, Fröhlich & Petermann, 2010, S.70).

Förderbereich:	Silben segmentieren, weite phonologische Bewusstheit
Zeitaufwand:	< 7 min
Materialaufwand:	2 Gefäße (z.B. Kisten), Gegenstände aus dem Klassenzimmer (z.B. Kreide, Lineale, Stifte etc.)

Durchführung:

Die SchülerInnen sind in zwei Mannschaften aufgeteilt. Jede Mannschaft steht in einer Reihe. Ein Stück entfernt befinden sich zwei Kartons gefüllt mit alltäglichen Schulgegenständen. Die Kinder laufen nacheinander los, ziehen einen Gegenstand aus der Kiste, benennen ihn laut und segmentieren das Wort klatschend oder hüpfend in seine Silben.



6.3 Übung 3: Bewegungsgeschichten

Beim Durchführen der Übung „Bewegungsgeschichten“ sollen die SchülerInnen durch genaues Hinhören bestimmte Laute in Wörtern erkennen – unabhängig davon, ob der Laut am Anfang, in der Mitte oder am Ende des Wortes steht. Es werden die Fähigkeiten auf der expliziten Phonemebene, also die phonologische Bewusstheit im engen Sinne, geschult (Schnitzler, 2008). Die Idee dieser Übung stammt aus dem mehrfach evaluierten „Lobo-Schulprogramm“ (Metz, Fröhlich & Petermann, 2010).

Förderbereich:	Identifikation von Anlaut, Endlaut, Lauten in der Wortmitte, enge phonologische Bewusstheit
Zeitaufwand:	< 5 min
Materialaufwand:	/

Durchführung:

Die SchülerInnen sitzen/stehten im Kreis um die Lehrperson. Die Lehrperson legt einen Laut fest, auf den sich die Kinder konzentrieren sollen. Anschließend liest sie eine Geschichte vor. Sobald ein Wort den vorher abgesprochenen Laut enthält, führen die SchülerInnen eine ebenfalls vorher festgelegte Bewegung aus (z.B. Kniebeuge, Sprung).



6.4 Übung 4: Feuer Wasser Sturm mit Lauten

Diese Übung hat das Ziel, das Hören von Anlauten zu schulen, was zur engen phonologischen Bewusstheit gezählt wird (Schnitzler, 2008). Sie ist eine abgewandelte Form der Übung „Lausch-Feuer-Wasser-Blitz“ aus dem evidenzbasierten Förderprogramm „Leichter lesen und schreiben lernen mit der Hexe Susi“ (Forster & Martschinke, 2019, S. 57).

Förderbereich:	Identifikation von Anlauten, enge phonologische Bewusstheit
Zeitaufwand:	< 7 min
Materialaufwand:	Klangschale oder Ähnliches, nach Bedarf Musikbox

Durchführung:

Im Vorfeld werden Lauten bestimmte Bewegungen zugeordnet, beispielsweise sollen sich die Kinder beim Laut <f> wie ein Flamingo auf ein Bein stellen. Die Kinder bewegen sich anschließend mit oder ohne Musik durch das Klassenzimmer. Auf ein Signal oder das Stoppen der Musik ruft die Lehrperson einen der vorher besprochenen Laute und die Kinder führen die entsprechende Bewegung des vorher festgelegten Tiers aus, welches mit dem jeweiligen Anlaut beginnt.



6.5 Übung 5: Ich höre zu und bewege mich im Nu!

Diese Übung zielt darauf ab, die Synthese von Phonemen und somit die phonologische Bewusstheit im engen Sinne bei den SchülerInnen zu fördern (Schründer-Lenzen, 2013). Sie stammt aus dem „Lobo-Schulprogramm“ aus der 14. Trainingseinheit (Metz, Fröhlich & Petermann, 2010, S. 97).

Förderbereich:	Synthese von Phonemen, enge phonologische Bewusstheit
Zeitaufwand:	< 5 min
Materialaufwand:	Ggf. Triangel oder Klangschale

Durchführung:

Die Kinder verteilen sich im Klassenzimmer. Auf ein akustisches Signal der Lehrperson hin (z.B. Triangel, Klatschen, Klangschale) bleiben die SchülerInnen stehen. Die Lehrperson nennt ein Bewegungswort, allerdings nicht am Stück, sondern in seine Phoneme zerlegt, beispielsweise <h> <ü> <pf> <en> (hüpfen). Die Kinder hören gut zu, setzen die Phoneme zu dem entsprechenden Wort zusammen und führen die Bewegung aus.



7 Ausblick

Abschließend lässt sich festhalten, dass Bewegung im Allgemeinen, aber besonders für Kinder von großer Bedeutung ist. Sie ist Fortbewegungsmittel, Zugang zur Umwelt und Sprachanlass zugleich (Zimmer, 2013). Von Bewegung profitieren nicht nur die körperliche und die psychische Gesundheit, auch die kognitive Leistung wird optimiert, wodurch Lernprozesse gefördert werden (Beigel & Jordan, 2019).

Diese Broschüre stellt den Versuch dar, Ihnen als Lehrkräften und Studierenden des Lehramts aufzuzeigen, wie hoch der Stellenwert von Bewegung im Kindesalter ist und dass Bewegung in den Unterricht ohne viel Aufwand integriert werden kann. Die vorgestellten bewegungsorientierten Übungsformen zur phonologischen Bewusstheit sind durch ihren geringen Zeit- und Materialaufwand attraktiv für den Einsatz im Deutschunterricht in der Schuleingangsphase. Die Übungen sollen ein bewegtes, spielerisches, freudvolles Lernen ermöglichen und Ihre SchülerInnen zum Lernen motivieren.

Ich hoffe, ich konnte Ihnen einige Anregungen für Ihren Unterricht mit auf den Weg geben und Sie vom Mehrwert bewegter Unterrichtsinhalte überzeugen.



T. Zastrow

Literaturverzeichnis

Beigel, D. & Jordan, A. (Hrsg.) (2019). *Beweg dich, Schule! Eine "Prise Bewegung" im täglichen Unterricht der Klassen 1 bis 13: gehirngerechtes Lernen nach Dorothea Beigel* (5., überarbeitete und erweiterte Aufl.). Dortmund: verlag modernes lernen.

Dahmen, S. & Weth, C. (2018). *Phonetik, Phonologie und Schrift. Uni-Taschenbücher: Bd. 4752. Ferdinand Schöningh*. <https://elibrary.utb.de/doi/book/10.36198/9783838547527>
<https://doi.org/10.36198/9783838547527>.

Fischer, K. (2019). *Einführung in die Psychomotorik: Mit 44 Abbildungen und 13 Tabellen* (4. Aufl.). *utb-studi-e-book: Bd. 2239*. Unspecified. <https://elibrary.utb.de/doi/book/10.36198/9783838548029>.
<https://doi.org/10.36198/9783838548029>.

Forster, M. & Martschinke, S. (2019). *Leichter lesen und schreiben lernen mit der Hexe Susi*. Übungen und Spiele zur Förderung der phonologischen Bewusstheit. Diagnose und Förderung im Schriftspracherwerb. Band 2, 12. Auflage. Donauwörth: Auer.

Füssenich, I. & Löffler, C. (2018). *Schriftspracherwerb: Einschulung, erstes und zweites Schuljahr*. 3., aktualisierte Auflage, revidierte Ausgabe). Ernst Reinhardt Verlag.

Hillman, C.H. (2009). Aerobic fitness and cognitive development: Event-related brain potential and task performance indices of executive control in preadolescent children. In: *Developmental Psychology, H. 45*, S. 114-129.

Jansen, P. & Richter, S. (2016). *Macht Bewegung wirklich schlau? Zum Verhältnis von Bewegung und Kognition*. (1. Auflage). Bern: Hogrefe.

Jordan, A. (2019). Didaktische Einordnung der Bewegungsförderung in den Unterricht. In D. Beigel & A. Jordan (Hrsg.). *Beweg dich, Schule! Eine "Prise Bewegung" im täglichen Unterricht der Klassen 1 bis 13: gehirngerechtes Lernen nach Dorothea Beigel*. 5. Auflage, S. 77-92. verlag modernes lernen.

Kramer, K. & Spangler, G. (2019). Motivationale und emotionale Entwicklung. In D. Urhahne, M. Dresel & F. Fischer (Hrsg.). *Psychologie für den Lehrberuf* (S. 295-313). Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg. https://doi.org/10.1007/978-3-662-55754-9_15.

Kubesch, S. (2017). *Sport im Fokus. Exekutive Funktionen trainieren, Leistung optimieren, mentale Stärke ausbilden*. (1. Auflage). Heidelberg: Verlag Bildung plus.

Kuhlenkamp, S. (2017). *Lehrbuch Psychomotorik: Mit 52 Abbildungen und 10 Tabellen* (4. Aufl.). *utb: Band 8717*. Ernst Reinhardt Verlag. <https://elibrary.utb.de/doi/book/10.36198/9783838587172>
<https://doi.org/10.36198/9783838587172>.

KMK - Ständige Konferenz der Kultusminister in der Bundesrepublik Deutschland (2015). *Empfehlungen zur Arbeit in der Grundschule. Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 02.07.1970 in der Fassung vom 11.06.2015*. Zugriff am 11.04.2022. Verfügbar unter: https://www.kmk.org/fileadmin/Dateien/veroeffentlichungen_beschluesse/1970/1970_07_02_Empfehlungen_Grundschule.pdf.

Laging, R.; Derick, A.; Riegel, K. & Stobbe, C. (2010). *Mit Bewegung Ganztagschule gestalten*. Schneider Verlag. Baltmannsweiler.

Marx, P., Weber, J. & Schneider, W. (2005). Phonologische Bewusstheit und ihre Förderung bei Kindern mit Störungen der Sprachentwicklung. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie, 37*(2), 80-90. DOI: 10.1026/0049-8637.37.2.80.

Mayer, A., Ulrich, T., Bahrfeck, K., Fox-Boyer, A. & Gaigulo, D.-K. (Hrsg.) (2017). *Sprachtherapie mit Kindern: Mit 56 Abbildungen und 44 Tabellen*. Mit Antworten zu den Lernfragen als Online-Zusatzmaterial. utb-studi-e-book: Bd. 8714. Ernst Reinhardt Verlag.
<https://elibrary.utb.de/doi/book/10.36198/9783838587141>
<https://doi.org/10.36198/9783838587141>.

Metz, D., Fröhlich, L. P. & Petermann, F. (2010): *Schulbasierte Förderung der phonologischen Bewusstheit und sprachlicher Kompetenzen. Das Lobo-Schulprogramm*. Göttingen, Bern, Wien: Hogrefe.

Müller, C. & Petzold, R. (2020). *Bewegtes Lernen als Teilgebiet des bewegten Unterrichts*. In C. Andrä & M. Macedonia (Hrsg.), *Bewegtes Lernen. Handbuch für Forschung und Praxis* (S. 100-113). Berlin: Lehmanns Media.

Robert Koch-Institut (RKI) (2020). *AdiMon-Themenblatt: Körperliche Aktivität*. Unter: www.rki.de/adimon, www.rki.de/adimon. Berlin. Stand: 14.06.2022.

Sasse, A., Dimke, A., Merten, R., Möller, R., Steffen-Wittek, M., Börner, S. et al. (2010). *Thüringer Bildungsplan für Kinder bis 10 Jahre* (Stand: August 2008). Weimar, Berlin: verlag das netz.

Schmidt, M.; Egger, F.; Benzing, V.; Jäger, K.; Conzelmann, A.; Roebbers, C. & Pesce, C. (2017). Disentangling the relationship between children's motor ability, executive function and academic achievement. In: *PLoS one* 12, 8, e0182845. DOI: 10.1371/journal.pone.0182845.

Schneider, W. (2012). Die Relevanz früher phonologischer Bewusstheit für den späteren Schriftspracherwerb. *Frühe Bildung*, 4(1), 220-225.

Schnitzler, C. (2008). *Phonologische Bewusstheit und Schriftspracherwerb. 31 Tabellen* (Forum Logopädie). Stuttgart, New York, NY: Thieme.

Schründer-Lenzen, A. (2013). *Schriftspracherwerb*. Springer Fachmedien Wiesbaden.

Tremblay, M.; Gray, C.; Akinroye, K.; Harrington, D.; Katzmarzyk, P.; Lambert, E., et al. (2014). Physical activity of children: a global matrix of grades comparing 15 countries. In: *Journal of physical activity & health* (11), S113-25.

Walk, L.. Bewegung formt das Hirn. Lernrelevante Erkenntnisse der Gehirnforschung. In: *DIE Zeitschrift für Erwachsenenbildung* 1/2011. Lernen in Bewegung, S. 27-29. Bielefeld 2011. DOI: 10.3278/DIE1101W027.

Wendlandt, W. (2017). *Sprachstörungen im Kindesalter. Materialien zur Früherkennung und Beratung*. Forum Logopädie. 8., überarbeitete und erweiterte Auflage. Stuttgart, New York: Georg Thieme Verlag. <https://doi.org/10.1055/b-004-129998>.

World Health Organization (Hrsg.). (2016). *Report of the Commission on Ending Childhood Obesity*. http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/204176/9789241510066_eng.pdf;jsessionid=7BD074E3E8758C2B149B578A75E5C22?sequence=1.

Zimmer, R. & Martzy, F. (2014). Psychomotorik von Anfang an. *nifbe-Themenheft*, (23).

Zimmer, R. (2013a). *Handbuch Sprachförderung durch Bewegung*. 6. Auflage. Freiburg, Basel, Wien: Herder Verlag.

Zimmer, R. (2013b). *Handbuch der Psychomotorik: Theorie und Praxis der Psychomotorik*. 1. Ausgabe der überarbeiteten Neuauflage. Verlag Herder.

Zimmer, R. (2012). Bewegung als Motor des Lernens. *nifbe-Themenheft* (2).

Zimmer, R. (2005). *Bewegung und Sprache. Verknüpfung des Entwicklungs- und Bildungsbereichs Bewegung mit der sprachlichen Förderung in Kindertagesstätten*.