



**International Journal of Languages' Education and Teaching**  
**Volume 8, Issue 2, June 2020, p. 345-360**

Received	Reviewed	Published	Doi Number
27.04.2020	09.06.2020	20.06.2020	10.29228/ijlet.43190

**Learning with Movement as an Interdisciplinary Learning Principle**

Çiğdem KIRCA<sup>1</sup>

**ABSTRACT**

The integration of learning with movement into foreign language teaching as an innovative pedagogical principle is the subject of this work. Moving learning combines pedagogical and physical education aspects and therefore belongs to the field of physical education. Movement pedagogy wants to enable learning and experiencing with all senses through action-oriented and holistic learning, in which several learning channels are used that promote the learning opportunities of different types of learning. This multisensory and meaning-activating learning gives the possibility to overcome inhibitions through different learning paths. Supporting pillars of the learning process are particularly supportive for foreign language learners due to the prevailing foreigners. For this reason, procedures of methods of foreign language teaching should complement each other and also relate to interdisciplinary branches of science. In an eight-week series of investigations, the present work examines the effect of moving learning on willingness to learn and increased performance in order to subsequently demonstrate the legitimacy of the innovative learning principle in foreign language teaching. The evaluation of the results clearly shows that the impact of alternative teaching methods such as moving learning increases both the level of motivation and the willingness to learn. Movement-friendly actions activate additional senses that were not previously used in language learning. Learning in and with movement enables the activation of body and mind. These additional senses encompass all different types of learning and thus remove the problem of neglect.

**Key Words:** learning with movement, foreign language teaching, movement pedagogy, innovative, learning principle

**Das Bewegte Lernen als ein interdisziplinäres Lernprinzip**

**ZUSAMMENFASSUNG**

Die Einbindung des Bewegten Lernens in den Fremdsprachenunterricht als ein innovatives pädagogisches Prinzip ist Gegenstand der vorliegenden Arbeit. Das Bewegte Lernen vereint pädagogische und bewegungserzieherische Aspekte in sich und gehört deshalb zum Bereich der Bewegungspädagogik. Die Bewegungspädagogik will das Lernen und Erleben mit allen Sinnen durch ein handlungsorientiertes und ganzheitliches Lernen ermöglichen, dabei werden mehrere Lernkanäle beansprucht, die die Lernmöglichkeit verschiedener Lerntypen fördert. Dieses multisensorische und sinnaktivierende Lernen gibt die Möglichkeit durch verschiedene Lernwege Hemmungen zu überwinden. Insbesondere für die Fremdsprachenlerner sind aufgrund des vorherrschenden Fremden, unterstützende Pfeiler beim Lernprozess fördernd. Aus diesem Grund sollten Verfahrensweisen von Methoden der Fremdsprachenlehre sich gegenseitig ergänzen und sich auch auf interdisziplinäre Wissenschaftszweige beziehen. In einer achtwöchigen Untersuchungsreihe wird in der vorliegenden Arbeit die Wirkung des Bewegten Lernens auf die Lernbereitschaft und Leistungssteigerung überprüft, um im Anschluss die Legitimität des innovativen Lernprinzip im Fremdsprachenunterricht vorweisen zu können. Die Evaluierung der Ergebnisse zeigen deutlich, dass durch die Auswirkungen von alternativen Lehrmethoden wie dem Bewegten Lernen sich sowohl der Motivationsgrad als auch die Lernbereitschaft erhöht. Mit bewegungsfreundlichen Handlungen werden zusätzliche Sinne aktiviert, die zuvor beim Fremdspracherwerb nicht genutzt wurden. Das Lernen in und mit Bewegung ermöglicht die Aktivierung von Körper und Geist. Diese zusätzlichen Sinne umfassen alle verschiedenen Lerntypen und heben somit das Problem der Vernachlässigung auf.

**Schlüsselwörter:** Bewegtes Lernen, Fremdsprachenunterricht, Bewegungspädagogik, innovativ, Lernprinzip

<sup>1</sup> Öğr. Gör. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, cigdemugursalkirca@gmail.com, ORCID: 0000-0001-7397-2028

## Einleitung

Im Zeitalter der Mediatisierung und Technologisierung ist ein soziokultureller Wandel unumgänglich. Der soziokulturelle Wandel bestimmt unsere Lebensumwelt und somit auch Lebensverhältnisse. Diese sind beim Bildungsprozess zu berücksichtigen. Bildung umfasst nicht nur die Vermittlung von Tatsachenwissen, sondern hat gleichzeitig die Aufgabe, den Menschen in seiner Gesamtheit mit sämtlichen Eigenschaften wahrzunehmen und zu fördern. Das Verständnis von Bildung basierte allerdings nicht immer auf diesem Leitgedanken. Die traditionelle Lehr- und Lerntheorie, demnach der Unterricht lehrerorientiert zu konzipieren ist, stützt sich auf möglichst wenige kognitive Prozesse bei der Durchführung von Lerninhalten und berücksichtigt dadurch nicht alle menschlichen Anlagen. Das innovative Verständnis von Bildung, das lernerzentriert konzipiert ist, verfolgt bei der Durchführung von Lerninhalten möglichst viele kognitive Prozesse und gewährleistet das Lernen in einem ganzheitlichen Prozess. Aufgrund der Tatsache, dass es verschiedene Lerntypen gibt, wird die Bedeutung der eben genannten kognitiven Prozesse deutlich. Denn erst durch die multisensorische Förderung der Lerner lässt sich eine Erreichung sämtlicher Lerntypen sichern. Lernen hat nach diesem Verständnis ganzheitlich, d.h. durch die Beanspruchung von mehreren Sinneskanälen zu erfolgen. Lernpsychologische Erkenntnisse belegen, dass handelndes und ganzheitliches Lernen einen besseren Lernerfolg sichern. Durch Handlungsmöglichkeiten bzw. Erfahrungsmöglichkeiten wird außerdem die Motivation und Konzentration gegenüber Lerninhalten gesteigert, denn sinnbezogenes Lernen verhindert eine Monotonie und ermöglicht ein reichhaltiges Angebot an Methoden, Impulsen, Aufgaben, Übungen, Materialien und Sozialisationsmöglichkeiten. Dadurch werden Lerninhalte attraktiver und das Lustvermögen nimmt zu. Dies ist ebenfalls ein wichtiger Faktor, der den Lernprozess und Lernerfolg beeinflusst. Das Bewegte Lernen als ein ganzheitliches und handlungsorientiertes Lernprinzip entspricht durch sein sinnanimierendes Strukturmerkmal den innovativen pädagogischen Anforderungen. In der Literatur lassen sich in den letzten zwanzig Jahren Beiträge und Diskussionen vom Bewegten Lernen finden, die auf praktischen Untersuchungen und Forschungen beruhen. Auf diesen Erkenntnissen basierend lassen sich folgende Strukturmerkmale des Bewegten Lernens erschließen. Zum einen wird die Hemmschwelle durch die Aktivierung von mehreren Sinneskanälen und die Verteilung der Akzentuierung von Lerninhalten auf verschiedene Fertigungsbereiche überwunden. Zum anderen ermöglicht das Lernen in Bewegung und mit Bewegung den Lernern Defizite zu kompensieren, da der Fokus nicht auf einer Fertigkeit basierend gelegt wird.

Insbesondere für die Fremdsprachenlehre sind Kompensationsmöglichkeiten unterstützende Pfeiler bei der Durchführung von Lerninhalten. Das Bewegte Lernen vermindert Hemmungen und Ängste, in dem es Lerninhalte in den Hintergrund setzt und Bewegungsinhalte in den Vordergrund stellt, die jedoch wiederum zum einen indirekter oder direkter Form Lerninhalte des jeweiligen Fachunterrichts in Beziehung setzt. Für den Fremdsprachenunterricht bedeutet das, dass die sprachliche Kompetenz durch Bewegtes Lernen erlangt und gefördert werden kann. Ein wichtiges Ziel der Fremdsprachenlehre ist es, Hindernisse, die das effektive Lernen einer Fremdsprache verhindern, zu bewältigen. Die Methodenwahl spielt hierbei eine wichtige Rolle, denn sie bestimmt inwiefern Hindernisse aufgebaut oder abgebaut werden. So können einige Methoden bestimmte Lerntypen bevorzugen und andere übergehen. Ein effektiver Fremdsprachenunterricht hat die Aufgabe, ein lernertypengerechtes Arbeiten zu gewährleisten. Hierfür sind unterschiedliche Lernwege zu konzipieren, die es den unterschiedlichen Lerntypen, ermöglichen individuell und selbstständig Lerninhalte zu verarbeiten. In dieser Arbeit sollen eben diese Komponenten, lernertypengerechtes Arbeiten und die Konstruktion von

unterschiedlichen Lernwegen in Zusammenhang mit dem Bewegten Lernen beleuchtet werden. Wenn eine wichtige Anforderung an die Fremdsprachenlehre, wie beschrieben, die Förderung von Erfahrungs- und Erkenntnismöglichkeiten ist, ergibt sich die Frage nach dem Verhältnis zwischen Bewegten Lernen und effektivem Fremdsprachenunterricht. Ein effektiver Fremdsprachenunterricht hat die Aufgabe, alle Fertigkeitsbereiche bei der Gestaltung der Lerninhalte zu berücksichtigen. Doch dies ist oft nicht der Fall. Die Grammatik, Schreibfertigkeit und Lesefertigkeit stehen im traditionellen Fremdsprachenunterricht im Vordergrund. Somit werden die Fertigkeiten Sprechen und Hören vernachlässigt. Aus diesem Zusammenhang ergibt sich folgende Fragestellung für die Arbeit: Welche Bedeutung hat Bewegung für die Aufnahme von Lerninhalten in den einzelnen Fertigkeitsbereichen? Ein weiteres Problem, welches in der vorliegenden Arbeit untersucht wird, ist die Voreingenommenheit der Studenten gegenüber Deutsch als Fremdsprache in den Vorbereitungsklassen an türkischen Universitäten. Der erste Kontakt mit der deutschen Sprache erfolgte meistens in den weiterführenden Schulen in Form eines Wahlfaches. Dies hat zur Folge, dass wenig Interesse und Wert auf die Erlernung der Sprache gelegt wird, da es für die Aufnahmeprüfung zur Universität keine wichtige Rolle spielt. Die ersten Erfahrungen mit Deutsch sind somit wenig positiv. Die Voreingenommenheit spiegelt sich in der Lustlosigkeit der Lerner wider. Hieraus ergibt sich die Fragestellung für die Arbeit: Welche Bedeutung hat Bewegung für die Lernbereitschaft und Motivation? Aufgrund verstärkter Modernisierung und Technologisierung gesellschaftlicher Rahmenbedingungen verschwinden immer mehr Erfahrungs- und Erkenntnismöglichkeiten durch Bewegung für Lernende. Eine ausreichende körperliche Entlastung, die sich gleichzeitig auf die geistige Produktivität auswirkt, ist somit nicht gegeben. Aufgrund Anspannungen und ungenügender Entspannung werden sowohl das Konzentrationsvermögen und das Lernvermögen, die sich auf die Motivation auswirken, negativ beeinflusst. Aus diesem Zusammenhang ergibt sich folgende Fragestellung für die Arbeit: Wie steigert Bewegung das Konzentrationsvermögen und Lernvermögen? Ziel dieser Arbeit ist es die Wichtigkeit von alternativen Lehr- und Lernmethoden, wie dem Bewegten Lernen als eine pädagogische Innovation aufzuzeigen.

### **Methoden der Arbeit**

In dieser Arbeit verwirklicht sich die empirische Untersuchung durch eine quantitative Forschungsmethode. Die quantitative Datenerhebung erfolgt durch die Anwendung von einem Motivationsfragebogen und einer Leistungsprüfung. In einer achtwöchigen Versuchsreihe mit den Studenten in den Vorbereitungsklassen im Fachbereich Deutsch der Ondokuz-Mayıs Universität wird die Motivations- und Leistungssteigerung gemessen. Hierbei werden die jeweiligen Messinstrumente mit einer Experimentgruppe und Kontrollgruppe vor und am Ende der Versuchsreihe durchgeführt, um im Anschluss die Vergleichsmöglichkeit zu gewährleisten. Im Mittelpunkt der empirischen Untersuchung steht die Überprüfung der Wirksamkeit von einzelnen Strukturmerkmalen des Bewegten Lernens auf die Lernbereitschaft und den Leistungserfolg. Zunächst wird das Bewegte Lernen in seinem grundsätzlichen Bedeutungsinhalt erfasst und im Anschluss im Rahmen der Fremdsprachenlehre untersucht. Basierend auf der Grundlage der Bewegungspädagogik wird das Bewegte Lernen in Hinblick auf ihrem Bedeutungsinhalt aufgearbeitet, um eine Differenzierung zum herkömmlichen Lernen zu schaffen. Des Weiteren werden didaktisch-methodische Aspekte des Bewegten Lernens vorgestellt. Hierbei werden zwischen materiellen und ideellen Komponenten unterschieden. Sie bildeten die theoretische Grundlage für die empirische Untersuchung. Im weiteren

---

Verlauf der Arbeit wird der Bedeutungsgehalt des Bewegten Lernens als eine alternative Lehrmethode für die Fremdsprachenlehre dargestellt.

Ein wichtiger Gegenstand der Fremdsprachenlehre ist die Aufnahme von Lerninhalten, d.h. der Lernprozesse. Viele Faktoren spielen bei der Strukturierung und Vermittlung der Lerninhalte eine wichtige Rolle, weil das Lernen von vielen Komponenten beeinflusst wird. Im folgenden Abschnitt sollen die Begriffe Lernen und Bewegtes Lernen in ihrem Bedeutungsinhalt beleuchtet werden, umso eine Differenzierung und Präzisierung der Begrifflichkeit zu erhalten. In der Literatur lassen sich zahlreiche Definitionen und Begriffserklärungen zum Lernen finden, die sich je nach Herkunft der Fachdisziplinen bzw. Wissenschaftsbereiche voneinander unterscheiden. Je nach Blickwinkel lässt sich eine Veränderung der Schwerpunktsetzung bei der Definition feststellen. Es lassen sich zwei verschiedene Standpunkte über den Lernprozess, die sich für den Begriff Lernen als Signifikant bezeichnen auffinden. Das Lernen wird zum einen als eine menschliche Erkenntnis angesehen, die durch von Geburt an angelegte Fähigkeiten zum Vorschein tritt und zum anderen als ein erfahrungsbedingter Vorgang, der sich vollzieht (Böhm, 2000: 342). Diese Gedankengänge lassen sich als Leitideen ebenfalls in verschiedenen Fremdsprachenmethoden wiederfinden. Eine allgemeine Begriffs- und Phänomenbestimmung lässt sich in Meyers Lexikon finden. Demnach bedeutet Lernen

[...] durch Erfahrung entstandene Verhaltensänderungen und -möglichkeiten, die Organismen befähigen, aufgrund früherer und weiterer Erfahrungen situationsangemessen zu reagieren. [...] Menschliches Lernen ist eine überwiegend einsichtige, aktive, sozial vermittelte Aneignung von Kenntnissen (Meyers Lexikon, 1997: 529).

Das Lernen fasst somit in sich zwei wichtige Komponenten zusammen, die sich gegenseitig bedingen. Der Lernprozess lässt sich an dieser Stelle als ein Kreislauf beschreiben, denn Erfahrungen führen zu Verhaltensänderungen, die wiederum zu weiteren Erfahrungen führen und dadurch das Spektrum an Verhaltensänderungen und Verhaltensmöglichkeiten bestimmen. Die Aneignung von Kenntnissen „das Aufnehmen, Verarbeiten und Umsetzen von Informationen [...] ist ein lebenslanger Prozeß.“ (Schilling, 1997: 159). Aus diesem Grund können erworbene Kenntnisse und Erfahrungen konvertieren und sind ständig in einem Wandel. Aufgrund der vorherrschenden Korrelation zwischen Erfahrungen und Verhaltensänderung können diese sich ebenfalls verändern. Lernen lässt sich somit als ein ständig aktiver wandelbarer Vorgang bezeichnen, der sowohl bewusst als auch unbewusst sich vollziehen kann. Das Bewegte Lernen fordert zum Lernprozess noch eine zusätzliche Komponente hinzu, die Bewegung. Die Anfänge der pädagogischen Innovation lassen sich auf den Vorläufer Urs Illi zurückführen, der mit seinen Arbeiten den Impuls für eine neue pädagogische Sichtweise gab (Illi, 1998). Die Verknüpfung von Lerninhalten mit Bewegungshandlungen ist die Leitidee, die dahintersteckt. Die Aneignung von Kenntnissen verläuft im Gegensatz zum üblichen Lernen über mehrere Sinneskanäle und erweitert dadurch den Erfahrungshorizont und das Spektrum an Verhaltensänderung und Verhaltensmöglichkeiten. Je mehr Sinneskanäle beteiligt sind desto stärker ist die Aufnahme von Inhalten, wie sich es aus dem folgenden Zitat entnehmen lässt. „Lernen ist der Prozeß, der zu einer relativ stabilen Veränderung von Reiz-Reaktions-Beziehungen führt; er ist eine Folge der Interaktion des Organismus mit seiner Umgebung mittels seiner Sinnesorgane.“ (Zimbardo & Gerrig, 1999: 229). Durch die Aktivierung von zusätzlichen Sinnen beim Lernprozess, durch das Bewegte Lernen, erfolgt eine gesteigerte Wahrnehmung der Umgebung und somit auch der Lerninhalte. Das Bewegte Lernen kann auf zwei Lernwegen erfolgen. Zum einen das Lernen in Bewegung und das Lernen mit Bewegung. Der Begriff Bewegung impliziert in sich jedoch gleichzeitig

auch Entspannung und Ruhe. Wie Yin und Yang stehen Bewegung und Entspannung polar einander entgegengesetzt und bedingen dennoch sich gegenseitig in ihren Kräften.

## Grundlagen zum Bewegten Lernen

Auslöser pädagogischer Reformbewegungen sind oftmals Veränderungen der Lebensinflüsse. Aufgrund veränderter Lebenssituationen wie z.B. die verminderten Sozialisationsmöglichkeiten oder verschlechterten Gesundheitszustände, sind Maßnahmen zur Kompensierung dieser Defizite notwendig. Somit waren die entstandenen Defizite ausschlaggebend für pädagogische Reformierungen. Sozialisationsmöglichkeiten und Bewegungsmöglichkeiten waren zu schaffen, um den Veränderungen entgegenwirken und den Zustand verbessern zu können. Die Institution Schule hat die Aufgabe nicht nur als Bildungsinstitution zu fungieren, sondern sie soll ein Ort für das Lernen und Leben und für Erfahrungen sein. Um dieser Anforderung gerecht werden zu können, benötigt es das Bewegte Lernen, weil sich der Erfahrungshorizont aufgrund des sinnanimierenden und ganzheitlichen Lernens sich der Wahrnehmungsgehalt erhöht und die Identifikation mit der Umgebung und somit auch von Lerninhalten sich besser realisieren lässt. Durch das Bewegte Lernen rückt die traditionelle Sitzschule in den Hintergrund, denn im Vordergrund steht das Lernen mit Kopf, Herz und Hand. Lernen und Bewegung werden durch ihre Verbindung zu einem pädagogischen Prinzip vereint. Theoretische Grundlagen für das Bewegte Lernen bildeten Gedankengänge zum Lernen mit allen Sinnen, zur Gestaltung von Innen- und Außenräumen sowie zur Vervielfältigung des Schullebens. Bei ihrer Durchführung und Konzipierung lassen sich diese Merkmale wiederfinden und sind aus diesem Grund als Wesenszüge des Bewegten Lernens anzusehen. Sie sollen zur Kompensierung der Defizite eingesetzt werden. Das Lernen mit allen Sinnen sollte den Bewegungsmangel kompensieren, in dem es Bewegungsmöglichkeiten erschafft. Die Gestaltung von bewegungsfreundlichen Räumen dient zur Umsetzbarkeit des innovativen pädagogischen Prinzips Bewegtes Lernen. Die Vervielfältigung des Schullebens eröffnet Sozialisationsmöglichkeiten und somit Bewegungsraum für Erfahrungsmöglichkeiten. Das Bewegte Lernen als ein pädagogisches Prinzip vereint pädagogische und bewegungserzieherische Aspekte in sich und gehört deshalb zum Bereich der Bewegungspädagogik. Ansätze die auf der Bewegungspädagogik basieren, können aus präventiven, kulturkritischen, integrativ-ästhetischen, ideologiekritischen Begründungsmustern stammen (Rebel, 1999). Die Bewegungspädagogik will das Lernen und Erleben mit allen Sinnen ermöglichen und besitzt von daher auch Züge der Erlebnispädagogik. Das handlungsorientierte und ganzheitliche Lernen gilt als Grundprinzip der Bewegungspädagogik, dementsprechend ist der Unterricht zu gestalten. Durch das handlungsorientierte und ganzheitliche Lernen werden mehrere Lernkanäle beansprucht. Dies hat den Vorteil, dass gleichzeitig verschiedene Lerntypen durch Lernmöglichkeiten, die über mehrere Sinneskanäle verlaufen, gefördert werden. Die Differenzierung und Berücksichtigung individueller Lerntypen ist für die Effizienz des Unterrichts notwendig, weil dadurch erst die Erreichbarkeit aller Lernenden gesichert ist. „Bewegungspädagogik als ein humanistisches Konzept geht davon aus, dass jeder Mensch, also auch jeder Lernende, ein Individuum mit jeweils eigenen und charakteristischen Möglichkeiten ist“ (Bolay, Platz und Wolf, 2010: 22). Durch das Bewegte Lernen können diese charakteristischen Möglichkeiten beim Lernprozess berücksichtigt werden. Das multisensorische Lernen, die Vermittlung von Lerninhalten über mehrere Sinneskanäle lässt sich somit durch das Bewegte Lernen ermöglichen. Nach entwicklungspsychologischem Hintergrund ist Bewegung wichtig für das Begreifen von Sachverhältnissen. Jean Piaget legt mit seinen entwicklungspsychologischen Forschungen den Grundstein für diese Leitidee. Nach Piaget entsteht menschliche Erkenntnis durch

aktives Handeln und Interaktion mit der Umwelt und stellt das Ergebnis eines langen Entwicklungsprozesses dar. Die konstruktive Psychologie Piagets stellt einen wesentlichen Ausgangspunkt für die konstruktivistische Pädagogik dar. „Das Konstruieren im weitesten Sinne: als Machen, Produzieren, Kreieren, Komponieren und andere Herstellungsformen, die auch Intentionen, Bedeutungen, Sinn, Gefühl und ein Begehren einschließen“ (Reich, 2010: 6) machen die Grundlage einer konstruktivistischen Pädagogik aus. Das Konstruieren ist ein wichtiger Bestandteil der Bewegungspädagogik und ist für die Gestaltung der Lehr- und Lernsituation eine wichtige Komponente. Bewegung schafft Möglichkeiten von aktivem Handeln und Interaktionen mit der Umwelt, die zu besserer Transferierung und Speicherung von Situationsverhältnissen bzw. Lerninhalten führen. Das Begreifen ist erst dann möglich, wenn die Lerninhalte langfristig und in ihrer Bedeutung erfasst werden. Hierfür müssen Möglichkeiten für Bewegungserfahrungen gegeben sein, die das Lernen zu einem Erlebnis macht. Erlebnissituationen ermöglichen nämlich die Verbindung von Lerninhalten mit persönlichen Erfahrungen. Durch die Kopplung von Lernerfahrungen mit Erlebniserfahrungen ist die Transferierung der erlangten Inhalte auf neue Handlungssituationen möglich. Die Leitidee der Integration von Bewegung im Unterricht, findet ihren Ursprung bereits bei der Pädagogik von Maria Montessori. „Wenn wir das körperliche und geistige getrennt betrachten, so unterbrechen wir den Zyklus der Beziehungen, und die Handlungen des Menschen bleiben vom Gehirn getrennt.“ (Montessori, 1972: 23). Montessori sieht eine Verbindung zwischen körperlichen und geistigen Handlungen und fordert deshalb, die Bewegung als ein sinnanimierendes Prinzip. Die Aufnahme von Inhalten über Sinne ermöglicht erst die weitere Verarbeitung im Gehirn. Gehirnforschungen haben inzwischen feststellen können, dass die Leistung durch Bewegung gesteigert wird (Härdt, 2000). Auf diesen Grundlagen basiert das Verständnis des Bewegten Lernens.

### **Bewegtes Lernen – Materielle und Ideelle Komponenten**

Für die Umsetzung und Durchführbarkeit des Bewegten Lernens sind einige wichtige Komponenten zu berücksichtigen, die sich in materielle und ideelle unterscheiden lassen. Zu den materiellen Komponenten gehören die Klassenraumgestaltung und das Schulmobiliar. Sie bestimmen das Wohlbefinden der Lerner, was ein wichtiger Aspekt des Bewegten Lernens ist. Meistens dient der Klassenraum als einziger Lernort. Der Unterricht findet täglich in ein und demselben Raum statt, deren Sitzordnung strukturiert und zuvor bestimmt ist. Es gibt nur eine geringe Möglichkeit einer Veränderung. Aus diesem Grund wird der Beschaffenheit des Klassenraums beim Bewegten Lernen eine wichtige Bedeutung zugewiesen. So kann ein Klassenraum, das nicht bewegungsfreundlich konzipiert ist und eine Veränderung wenig zulässt, das Prinzip des Bewegten Lernens zum Scheitern führen. Die traditionelle Nutzung der Klassenräume basiert auf dem Verständnis, dass der Klassenraum lediglich ein Lernort ist, in dem Kinder stillsitzend den Lerninhalten zu folgen haben (Klupsch-Sahmann, 1999). Der bewegungspädagogische Erziehungsauftrag verlangt allerdings das Lernen zu einem Erlebnis wird und ohne Bewegung ist dies nicht möglich. So sind die einer Lernfabrik gleichenden Klassenräume durch Lernlandschaften zu ersetzen, die durch eine wohnliche Atmosphäre das Wohlbefinden fördern (Illi, 1995). Diese Atmosphäre lässt sich z.B. durch Pflanzen oder andere persönliche Gegenstände schaffen. Ebenso wichtig ist die Bildung von verschiedenen Lernnischen in den Klassenzimmern, die es möglich machen in unterschiedlichen Lernpositionen individuell zu arbeiten. Mit Teppichböden, Kissen, Matten und Decken können alternative und gemütliche Sitz-, und Liegemöglichkeiten erschaffen werden, die mannigfaltige Lernerfahrungen ermöglichen. Aus einer passiven Lernfabrik wird somit eine aktive Lernlandschaft, die reichliche Erfahrungs- und

Erkundungsmöglichkeiten gibt. Der Eintritt in den Klassenraum sollte das Wohlbefinden der Lerner wecken, denn es beeinflusst das Lernverhalten und die Lernmotivation im positiven Sinne. Beleuchtungen, Poster als auch gemütliche Sitzecken schaffen eine Atmosphäre, die das Wohlbefinden steigert. Die fachspezifische bzw. themenspezifische Dekorierung der Klassenräume ermöglicht ebenfalls bei den Lernern ein gesteigertes Gefühl der Lernbereitschaft. Bereits vor dem Beginn der Unterrichtseinheit und dem Eintritt des Lehrers werden die Lerner auf den Unterricht vorbereitet. In der Fremdsprachenlehre ist dies insbesondere ein wichtiger Aspekt, da die meisten Lerner vom Zielsprachenland entfernt die Fremdsprache erwerben und keine weitere Konfrontationsmöglichkeit mit der fremden Welt außerhalb des Klassenraums haben. Poster und Plakate die Lerninhalte oder vom Zielsprachland spezifische kulturelle Elemente visualisieren sind effektive Gestaltungsmöglichkeiten. Sie können die Fremdsprachenlerner auf zweifache Art stimulieren. Zum einen können Poster und Plakate mit Lerninhalten die Lerner auf den Unterricht einstimmen und können zur Orientierung von Themeninhalten dienen. Zum anderen können Poster und Plakate mit kulturellen Elementen den Lernern das Gefühl geben, dem Zielsprachenland näher zu sein und die notwendige fremdsprachliche Stimmung für den Unterricht konzipieren. Eine weitere materielle Komponente, die für die Umsetzung und Durchführbarkeit des Bewegten Lernens eine wichtige Rolle spielt, ist das Schulmobiliar. Oftmals sind es kalte und unbequeme Bänke oder Stühle, auf denen die Lerner sitzen und den Unterricht mit voller Konzentration verfolgen müssen. Um den Klassenraum sozusagen effektiv wie möglich nutzen zu können, werden Stühle und Bänke eng beieinander gestellt, um die Lerneranzahl, die in die Klasse passen, zu erhöhen. Dadurch kann ein Raum, der für 20 Lerner konzipiert war, auf eine Kapazität von 30 Lernen vergrößert werden. Teilweise werden Tische und Bänke festmontiert, damit die Sitzstruktur nicht verändert wird. Für die Fremdsprachenlehre bedeuten diese eben genannten Aspekte das Scheitern, da der Unterricht nicht wie eine Vorlesung vorgetragen werden kann. Sprache ist etwas Lebendiges und hat aufgrund dieser Eigenschaft in Interaktion, d.h. in Bewegung sich zu gestalten. Wie das Schulmobiliar dürfen die Lerner nicht im Klassenraum, der als Lernort bzw. Lernlandschaft fungiert, festmontiert werden. Das Stillsitzen ist kontraproduktiv, sowohl für die Gesundheit, als auch für das Lernen. Erst eine geeignete Sitzposition schafft eine geeignete Lernposition, die wiederum ein entspanntes und konzentriertes Lernen ermöglicht. Die freie Wahl der Lernposition spielt hierbei eine wichtige Rolle, denn wie schon zu Beginn dieses Abschnittes erwähnt wurde ist das Wohlbefinden beim Bewegten Lernen ein wichtiger Aspekt, der beim Lernprozess zu berücksichtigen ist. Durch funktionsangepasstes, ergonomisches Mobiliar kann für mehr Bewegungsfreiheit in der Haltung geschaffen werden. Eine wichtige Eigenschaft vom funktionsangepassten, ergonomischen Mobiliar ist nämlich ihre Verstellbarkeit, die für mehr Bewegungsfreiheit in der Haltung sorgt und eine Veränderung der Arbeits- bzw. Lernhaltung erlaubt. Es können variable Arbeitshaltungen eingenommen werden, welche eine physiologische Belastung verringert, wie z.B. stehend lernen, verkehrtes Sitzen oder seitliches Sitzen. Des Weiteren können alternative Sitzgelegenheiten, durch montierbare und vielseitige Möbelemente geschaffen werden, die zum aktiv-dynamischen Sitzen animieren. Sie lassen sich wie Bausteine in unterschiedlicher Form zusammensetzen und fördern dadurch auch gleichzeitig die Kreativität und Konstruktionsfähigkeit. Jedoch hängt die Anschaffung dieser Möbel meist mit hohen finanziellen Kosten zusammen und sind aus diesem Grund nicht leicht aufbringbar. Doch sind funktionsangepasste, ergonomische Mobiliare nicht zwingend notwendig, für die Umsetzung des Bewegten Lernens, auch mit traditionellen Möbeln lässt sich ein ganzheitlicher und handlungsorientierter Unterricht durchführen. Gruppentische, Stuhlkreise schaffen den nötigen Platz und die geeignete Sozialform für das Lernen in und mit Bewegung. Bereits einfache Sitzkissen und

Matten, die einen niedrigen Kostenpunkt haben, können das erwünschte Wohlbefinden schaffen. Eine entspannte Körperhaltung führt zu einer entspannten Lernatmosphäre und ermöglicht eine verbesserte Informationsaufnahme von Lerninhalten. Anspannungen sind belastende Faktoren beim Lernprozess und führen hingegen zu Lernblockaden.

Im folgendem sollen ideelle Komponenten des Bewegten Lernens vorgestellt werden, um die Wesenszüge eines Bewegten Unterrichts zum Vorschein zu bringen. Die ideellen Komponenten des Bewegten Lernens lassen sich in zwei Funktionen unterteilen, die sich aus ihrer Funktionsweise ergeben. Es wird zwischen der integrativen Funktion, welche das Ziel hat Bewegung in den Unterrichtsverlauf miteinzubeziehen und der regenerativen Funktion, die das Ziel verfolgt durch Unterbrechungen im Unterrichtsverlauf Zeit für neue Energie zu gewinnen, unterschieden. Zwei wichtige Lernwege beim Bewegten Lernen sind deshalb zu unterscheiden. Zum einen das Lernen in Bewegung und das Lernen mit Bewegung. Der wesentliche Unterschied beider Lernformen liegt in ihrer Schwerpunktsetzung vom pädagogischen Prinzip Bewegung. Während beim Lernen in Bewegung, der Lerngegenstand mit Hilfe von zusätzlichen Informationszugängen erschlossen wird und Bewegung hier als sinnanimierendes ganzheitliches Prinzip fungiert, wird beim Lernen mit Bewegung die Bewegung als konzentrations- und motivationssteigendes Mittel eingesetzt. Diese zwei Lernwege werden in der Literatur in Themenbezogenes Bewegen und in Bewegungsanlässe differenziert. Zur weiteren Verdeutlichung der Begriffe Themenbezogenes Bewegen und Bewegungsanlässe in ihrem Bedeutungsinhalt, dienen folgende Beispiele. Als ein Bewegungsanlass lässt sich das Lernen an Stationen nennen. Die Bewegung dient lediglich zur Veränderung der Lernhaltung und ist nicht Gegenstand der Lerninhalte. Beim Themenbezogenem Bewegen werden Lerninhalte mit Bewegungshandlungen verknüpft. So können Vokabeln in der Fremdsprache bei der Wortschatzarbeit mit Bewegungen verknüpft und später assoziiert werden wie z.B. bei Ortangaben und Präpositionen. Zu den ideellen Komponenten zählen ebenfalls Bewegungspausen. Die Konzentrationsspanne sinkt im Verlauf des Unterrichts und beeinflusst gleichzeitig die Lern- und Leistungsaufnahme. Die Lern- und Leistungsaufnahme steht mit der Konzentrationsspanne und der Motivation in einer Wechselbeziehung zueinander. Je höher die Konzentrationsspanne und Motivation ist, desto produktiver ist die Lernaufnahme und je niedriger die Konzentrationsspanne und Motivation ist, umso kontraproduktiver ist die Lernaufnahme und mit ihr die Leistung. Symptome, die einen Konzentrationsverlust deutlich machen, sind Müdigkeit, Lustlosigkeit und motorische Unruhen (Klupsch-Sahlmann, 1995). Diesen Symptomen sind mit abwechslungsreichen Bewegungspausen entgegenzuwirken, denn sie führen zur Konzentrationssteigerung und ermöglichen die effektive Unterrichtsgestaltung. Insbesondere zur Durchbrechung der Monotonie, die sich im Unterricht nicht umgehen lässt, eignen sich Bewegungspausen. Die Gestaltung der Bewegungspausen lassen sich in direkter oder indirekter Form durchführen. Beim direkten Verfahren wird die Bewegungspause von der Lehrkraft gesteuert und bestimmt. Beim indirekten Verfahren gestalten die Lerner autonom, d.h. selbst ihre Bewegungspause, ihrem individuellen Interesse entsprechend. Die Bewegungspause hat hierbei nicht die Funktion die Pausen zwischen den einzelnen Unterrichtseinheiten zu ersetzen. Da sie als ein Teil des Bewegten Lernens innerhalb der Unterrichtseinheit von der Lehrkraft bestimmt wird, erhält sie eine integrative Funktion. Sie ist ein Bestandteil des Unterrichts und ist deshalb bei der Planung der Unterrichtsdurchführung zu berücksichtigen. Im Fremdsprachenunterricht können Bewegungspausen in Form von Bewegungsgeschichten und Bewegungsspielen konzipiert und in den Unterricht integriert werden. Dadurch lassen sich sprachliche Elemente mit Bewegungshandlungen verknüpfen. Die zeitliche Strukturierung der Bewegungspausen hängt von der psychischen und physischen Lage bzw.

von den Bedürfnissen der Lerner ab, aber in der Regel beträgt die Dauer einer Bewegungspause zwischen 5-15 Minuten (Thiel et. al., 2011). Das Bewegte Sitzen als letzte integrative Komponente des Bewegten Lernens ermöglicht die Veränderung der Lernposition, die eine wichtige Rolle für die Lernbereitschaft spielt. Das Lernen in verschiedenen Sitzpositionen hat den Vorteil, dass dadurch die Gefahr von belastenden Sitzhaltungen vermindert wird. Entlastende Sitz- bzw. Arbeitshaltungen führen zur Entspannung und einem Wohlbefinden, das wiederum eine positive Auswirkung auf die Lernbereitschaft und Leistung hat. Zwei wichtige Grundgedanken stecken hinter dem Begriff Bewegtes Sitzen, das zunächst aus ihrem begrifflichem Bedeutungsinhalt nach als unvereinbar scheint. Während das Sitzen mit einer ruhigen und statischen Körperhaltung in Verbindung gebracht wird, assoziiert man mit der Bewegung aktive Vorgänge. Wie vereinen sich nun beim Bewegten Lernen diese aktiven und statischen Vorgänge miteinander? Das Bewegte Sitzen fordert, im Gegensatz zum traditionellen Sitzen, eine Variation der Körperhaltung, insbesondere der Sitzposition. Basierend auf eigenen Erfahrungen, kann jeder bestätigen, dass eine monotone, statische Sitzphase in Form von einer eingenommenen Sitzposition, auf Dauer zu Anspannungen im Körper führen und diese als störend empfunden werden. Sogar bei alltäglichen Situationen, wie z.B. beim Fernsehen oder Lesen eines Buches, lässt sich die Veränderung der Körperhaltung nicht vermeiden, weil nach einer bestimmten Zeitspanne es als unangenehm empfunden wird. Grund dafür sind medizinisch-gesundheitswissenschaftliche Faktoren. Eine lange und einseitige Anspannung der Muskulatur führt zu gesundheitsschädlichen Aspekten. Die Veränderung der Sitzposition bzw. Lernhaltung ermöglicht die Steigerung des Wohlbefindens, welches die Lernbereitschaft im großen Maße beeinflusst. Jeder Lerner hat eine individuelle Lernhaltung, die gerne eingenommen wird. Das Bewegte Lernen berücksichtigt diesen Aspekt, in dem es Möglichkeiten zur freien Auswahl der individuellen Lernhaltung gibt. Durch entsprechendes Mobiliar wie z.B. alternative Sitzmöglichkeiten (Sitzball, verbaubare Möbelemente oder ergonomisches Mobiliar), lässt sich eine Vielzahl an Sitzvarianten bzw. Arbeitsvarianten erzielen. Als nächstes lassen sich die Komponenten Entspannung und Entlastungsbewegung nennen. Welche eine regenerative Funktion besitzen. Dem bewegungspädagogischen Verständnis nach, ist ein Ausgleich zwischen den gegensätzlichen Komponenten herzustellen, um den erwünschten Zustand zur Aufnahme von Lerninhalten zu erreichen. Durch die Rhythmisierung von Spannung, hervorgerufen durch Bewegungshandlungen und Entspannung, hergestellt durch Entlastungsbewegungen sowie Entspannungsübungen, wird der Lernprozess in effektiver Form bestimmt.

Rhythmisiertes Lernen bewegt sich in dem Feld zwischen Spannung und Entspannung. Dazu wechseln sich Lernphasen ab – nach Phasen voller Schwung mit Tempo und Energie kehrt in Entspannungsphasen Ruhe ein. Der Lernende hat Zeit zum Träumen, Ausruhen und Zeit, um den gelernten Stoff zu verdauen. (Grötzebach, 2006: 81f.).

Dadurch wird das Lernen abwechslungsreicher empfunden und die Monotonie aufgehoben. Stilleübungen eignen sich zur bewussten Entspannung und zur Regeneration. Als letzte ideelle Komponente lassen sich Bewegte Hausaufgaben nennen. Durch sie lässt sich das Prinzip des Bewegten Lernens auch außerhalb des Unterrichts anwenden. Im Gegensatz zu traditionellen Hausaufgaben, die sich meistens in schriftlicher Form vollziehen, sind Bewegte Hausaufgaben alternative und attraktive Möglichkeiten zur Verknüpfung von Lerninhalten mit Bewegungshandlungen und haben eine motivierende Wirkung auf die Lerner. Insbesondere für den Fremdsprachenlerner ergibt sich durch Bewegte Hausaufgaben die Möglichkeit der Interaktion. Die Nutzbarkeit der Fremdsprache ist dadurch nicht mit dem Klassenraum begrenzt. Dafür müssen die Fremdsprachenlerner sich nicht zwingend im Zielsprachenland befinden. Interkulturelle Aspekte lassen sich mit Bewegten Hausaufgaben, z.B. in

Form von Kurzfilmen über kulturspezifische Merkmale zusammentragen und geben dem Fremdsprachenlerner die Möglichkeit die Fremdsprache zu nutzen. Statt den üblichen Fertigungsbereichen Schreiben und Lesen, welche bei der traditionellen Form der Hausaufgaben beansprucht werden, werden bei Bewegten Hausaufgaben die Fertigungsbereiche Sprechen und Hören und zusätzliche Sinne beansprucht.

### **Empirische Untersuchung**

Bislang wurde die theoretische Grundlage des Bewegten Lernens mit ihren einzelnen Komponenten dargestellt. Im weiteren Verlauf der Arbeit werden anhand einer empirischen Untersuchung die bereits erwähnten Komponenten in die Praxis umgesetzt. Die empirische Untersuchung dauerte insgesamt acht Wochen und wurde an der Fremdsprachenfachhochschule der Ondokuz Mayıs Universität in den Vorbereitungsklassen mit den DaF-Studenten durchgeführt. Aufgrund ihrer Komplexität wurde die Schreibfertigkeit, als Lehr- und Lerngegenstand gewählt. Ziel war es die Lernbereitschaft und die Motivation der DaF-Studenten zu steigern. Insbesondere syntaktische Einheiten sollten mit dem Bewegten Lernen, als verständliche Formen wahrgenommen werden, statt als komplizierte Regelungen, wie es bisher meistens der Fall im traditionellen Unterricht war. Hierzu wurden zu Beginn der Untersuchungswochen, nach Absprache mit der Lehrkraft, dem Sprachniveau entsprechende wichtige syntaktische Einheiten zusammengestellt. Die Übungen zur Syntax stammten aus dem Werk Großes Übungsbuch Deutsch - Grammatik von Dinsel & Geiger (2009). Nach der Auswahl wurden die Übungen dem Bewegten Lernen entsprechend konzipiert und didaktisiert. Ideen zur Didaktisierung und zu einzelnen Bewegungsübungen stammen aus der Bänderreihe Bewegte Schule-Bewegtes Lernen Bolay, Platz & Wolf (Hrsg. Anrich). Eine syntaktische Einheit wurde jeweils in zwei Wochen mit den Komponenten des Bewegten Lernens unterrichtet. Dabei wurde der Unterricht (90 Minuten) in die vier Unterrichtsmerkmalen des Bewegten Lernens eingeteilt: Bewegungsanlässe im Unterricht; Themenbezogenes Bewegen im Unterricht; Bewegungspausen; Entspannungs- und Stilleübungen im Unterricht.

Ziel war es syntaktische Einheiten in und mit Bewegungshandlungen zu ermöglichen. Voraussetzung für diese Untersuchungsdurchführung war es einen Klassenraum zu finden, der bewegungsfreundlich war. Wichtige Komponenten bei der Klassenraumwahl sind zu berücksichtigen, da andernfalls die Durchführbarkeit der Untersuchung ohne ausreichende Voraussetzungen, Materialien scheitern könnte. Dementsprechend wurde in der Fremdsprachenhochschule ein Klassenraum zur Verfügung gestellt, der den Voraussetzungen wie die Größe und bewegliches Mobiliar entsprach. Zu Beginn der Untersuchungswoche wurde den Studenten zunächst das Bewegte Lernen und ihre einzelnen Komponente kurz vorgestellt, damit sie eine Vorstellung über die Bewegungspädagogik erhielten und sich ein Bild über die alternative Lehrmethode machen konnten, die in den nächsten Wochen im Unterricht angewendet wurde.

### **Konstruktion der Untersuchung und Verfahren der Datengewinnung**

Im folgenden Teil der Arbeit wird die Konstruktion des verwendeten Untersuchungsinstrumentariums, die untersuchte Stichprobe sowie das Verfahren der Datenauswertung beschrieben. Es sollen die Rahmenbedingungen der Untersuchung dargestellt werden, um das Arbeitsfeld zu konkretisieren. Untersuchungsvoraussetzungen waren, dass die Probanden die Fragebögen aufrichtig beantworten und dass der für die Datenaufbereitung und Datenanalyse verwendete Fragebogen Dil Motivasyon Anketi Türkiye'de Yabancı Dil Öğreniminde Motivasyon Kaynakları ve Sorunları' von Acat & Demiral

(2002) gültig und verlässlich ist. Außerdem wird vorausgesetzt, dass keine gegenseitige Beeinflussung der Probanden in Form von Interaktionen erfolgt, die das Ergebnis der Untersuchung verfälschen könnte. Der Untersuchungsrahmen besteht aus den Komponenten des Bewegten Lernens. Sie wurde im Studienjahr 2012-2013 Sommersemester an der Ondokuz Mayıs Universität in Samsun mit Studierenden der Fremdsprachenhochschule aus den Vorbereitungsklassen der Deutschabteilung in Form von einer Untersuchungsgruppe und einer Kontrollgruppe durchgeführt. Die traditionelle Lehrmethode und alternative Lehrmethode werden hinsichtlich ihres Grads der Motivationsförderung untersucht. Das Durchschnittsalter der Studenten der Kontrollgruppe und Untersuchungsgruppe war 20. In der Kontrollgruppe befanden sich 13 Mädchen und 2 Jungen und in der Untersuchungsgruppe hingegen 13 Mädchen und 2 Jungen. Zu Beginn wurde von beiden Gruppen der Motivationsfragebogen ausgefüllt und anschließend folgte ein syntaktischer Test zur Leistungsüberprüfung. Die Ergebnisse von dem Anfangsfragebogen wurden mit einer unabhängigen t-Test Messung analysiert, um überprüfen zu können, ob es einen Unterschied zwischen der Kontrollgruppe und Untersuchungsgruppe gab. Die folgende Tabelle zeigt, dass es zwischen den Ergebnissen der beiden Gruppen keinen bedeutsamen Unterschied gibt und somit sie gleichwertig sind.

**Tabelle 1:** Die t-Test Ergebnisse bezüglich der Anfangsfragebögen der Kontrollgruppen und Untersuchungsgruppen.

Gruppen	N	X	S	Sd	t	P
Untersuchungsgruppe	15	35.06	7.45	28	-.275	.785
Kontrollgruppe	15	35.73	5.67			

Wie aus der Tabelle erkennbar ist, ist die Durchschnittsnote von dem Anfangsfragebogen der Untersuchungsgruppe 35.06. Die Durchschnittsnote von dem Anfangsfragebogen der Kontrollgruppe ist hingegen 35.73. Nach Analyse der t-Test Ergebnisse lässt sich kein wesentlicher Unterschied zwischen den Gruppen feststellen ( $p > .05$ ). Beide Gruppen lassen sich in Hinblick auf ihrer Ergebnisse des Motivationsfragebogens als gleichwertig bezeichnen. Bei dieser Untersuchungsarbeit wurde, um die Auswirkung der Komponenten des Bewegten Lernens auf die Lernmotivation feststellen zu können, das Anfangstest und Schlusstest Kontrollgruppe Muster benutzt. Die Kontrollgruppen und Untersuchungsgruppen wurden nach demselben Muster für die Untersuchung ausgewählt. Die Probanden, der jeweiligen Kontrollgruppe und Untersuchungsgruppe, haben zu Beginn der Untersuchung ein Motivationsfragebogen ausgefüllt, aus denen die Anfangsdaten erhalten wurden. Acht Wochen lang wurde den Probanden der Untersuchungsgruppe ein Lernumfeld konzipiert, dass der alternativen Lehrmethode des Bewegten Lernens entspricht. Mit den Probanden der Kontrollgruppe hingegen wurde ein traditioneller Unterricht durchgeführt. Nach den acht Unterrichtswochen wurde am Ende derselbe Motivationsfragebogen mit den Probanden der jeweiligen Gruppen durchgeführt und somit die Daten für den Schlusstest erhalten. Es sind zwei Formen der Variablen für die Untersuchung zu unterscheiden. Die unabhängige Variable der Untersuchung ist das Bewegte Lernprogramm und die abhängige Variable ist hingegen die Durchschnittsergebnisse des Motivationsfragebogens. In der folgenden Tabelle wird das Forschungsmuster dargestellt.

Tabelle 2: Das Forschungsmuster

Gruppen	N	X	S	Sd	t	P
Untersuchungsgruppe	15	35.06	7.45	28	-.275	.785
Kontrollgruppe	15	35.73	5.67			

Anhand der Fragebogenmethode wurde eine Befragung der Probanden durchgeführt. Der Fragebogen wurde in Anlehnung an der Studie ‚Türkiye’de Yabancı Dil Öğreniminde Motivasyon Kaynakları ve Sorunları‘ von Acat & Demiral (2002) mit Hilfe von Experten konzipiert. Dadurch wurde die Durchführbarkeit und Gültigkeit des Fragebogens gewährleistet. Zu Beginn der Untersuchung wurde mit der Fragebogenmethode Motivationsfaktoren der Studenten gegenüber der Fremdsprache ermittelt. Dieser Fragebogen wurde sowohl zu Beginn als auch am Ende der Untersuchungsreihe angewendet. Dadurch sollte Ermessen werden inwiefern die alternative Lehrmethode das Bewegte Lernen gegenüber der klassischen Lehrmethode die Motivation beeinflusst. Der Fragebogen ist in drei Teile untergliedert und besteht aus insgesamt 44 zu beantwortenden Aussagen. Teil I erhebt allgemeine Daten über das Geschlecht und Alter, die Sprachentwicklung und den Schulverlauf der Probanden. Es dient zur allgemeinen Profilbildung der Probanden. Teil II erhält Items, die sich auf externe d.h. allgemeine Motivationsgründe für den Erwerb einer Fremdsprache beziehen. Teil III hingegen befasst sich mit internen Motivationsgründen wie z.B. die Lehrmethode, Lehrkraft und Lernatmosphäre. Zur Überprüfung der Angemessenheit der Abstufung der Antwortbogen sowie die Passung von Antwort- und Frageformulierungen wurde professionelle Hilfe aus fachspezifischer Abteilung hinzugezogen. Der dritte Teil des Fragebogens ist für diese Untersuchung der relevante Teil. Die Antwortvorgaben wurden intervallskaliert konzipiert, in Form von Ratingskalen. Hierbei können die Probanden die jeweiligen Aussagen in fünf verschiedenen Zustimmunggraduierungen bewerten. Die Bewertung erfolgt mit aufsteigender Punktzahl, d.h. 1=Gar keine Zustimmung; 2=Keine Zustimmung; 3=Unentschlossen; 4=Zustimmung; 5=Eindeutige Zustimmung. Vor dem Beginn der acht Untersuchungswochen wurden den Probanden der Kontrollgruppe und Untersuchungsgruppe der Fragebogen bezüglich der Motivationsgründe für den Fremdsprachenerwerb zur Bewertung gegeben. Dann erfolgten die Untersuchungswochen, in denen die Untersuchungsgruppe nach dem alternativem Verfahren dem ‚Bewegten Lernen‘ und die Kontrollgruppe hingegen nach dem traditionellen Verfahren nach unterrichtet wurden. Am Ende der Unterrichtsreihe erfolgte nochmals die Bewertung des zu Beginn bereits bewerteten Fragebogens. Die Daten wurden mit dem Programm SPSSv21 Programm für Windows ausgewertet. Um das alternative Lehrverfahren hinsichtlich ihrer Wirkung messen zu können und um den Unterschied zwischen den Fragebogenergebnissen zu Beginn und am Ende der Untersuchung von den Studenten der Kontrollgruppe sowie Untersuchungsgruppe sehen zu können, wurde basierend auf dem Forschungsmuster bei der Datenanalyse der t-Test für unabhängige Messungen verwendet (Büyüköztürk, 2007). Des Weiteren wurde der t-Test bei abhängigen Stichproben, zur Wertemessung der Durchschnittsergebnisse der Anfangs- und Schlussfragebögen, verwendet. Deshalb wurden die Motivationsfragebögen und deren Anfangsergebnisse und Schlussergebnisse der jeweiligen Kontrollgruppe und Untersuchungsgruppe in Form vom Durchschnittswert, Standardabweichungen und t-Werten in der folgenden Tabelle berechnet und zusammengefasst. Als Maßstab wurde bei der Evaluierung der Ergebnisse 05 als Bedeutungs niveau genommen.

### Evaluierung der Ergebnisse

Das Hauptproblem dieser Untersuchung lautet folgendermaßen: „Welchen Wirkungsgrad haben die alternative Lehrmethode das Bewegte Lernen und die traditionelle Lehrmethode auf die Studenten der Fremdsprachenhochschule hinsichtlich der Motivationsförderung?“

Hypothese 1: Die Evaluierungsergebnisse der Fragebögen, die zu Beginn und am Ende der empirischen Untersuchung jeweils mit der Untersuchungsgruppe gemacht werden, zeigen einen deutlichen Unterschied nach der Anwendung der alternativen Lehrmethode.

Für den Nachweis der Hypothese wurden die Ergebnisse des Motivationsfragebogens der Studenten der Untersuchungsgruppe mit dem t-test verglichen.

**Tabelle 3:** T-Test Ergebnisse der Anfangsfragebögen und Schlussfragebögen der Studenten der Untersuchungsgruppe, die nach der alternativen Lehrmethode dem 'Bewegten Lernen' unterrichtet wurden.

Test	N	X	S	Sd	t	P
Anfangstest	15	35.06	7.45	14	-3.163	.007
Schlusstest	15	40	4.73			

Aus der Tabelle wird ersichtlich, dass es zwischen den Anfangsergebnissen und Schlussergebnissen der Studenten der Untersuchungsgruppe einen deutlichen statischen Unterschied gibt, welche mit Hilfe der t-Testergebnisse bestimmt wurden. Bei Betrachtung der Tabelle wird deutlich, dass nach der Anwendung der alternativen Lehrmethode sich der Motivationsgrad bei den Studenten der Untersuchungsgruppe erhöht hat [ $t(14) = 3.163$   $p < .001$ ]. Während der Durchschnittsmotivationswert der Studenten vor der Untersuchungsreihe bei ( $X = 35.06$ ) lag, stieg dieser Wert nach der Anwendung der alternativen Lehrprogramm, das nach dem Bewegten Lernen konzipiert war, auf ( $X = 40$ ) an ( $p < .001$ ).

Hypothese 2: Die Evaluierungsergebnisse der Fragebögen, die zu Beginn und am Ende der empirischen Untersuchung jeweils mit der Kontrollgruppe gemacht werden, zeigen keinen deutlichen Unterschied nach der Anwendung der traditionellen Lehrmethode.

Für den Nachweis der Hypothese wurden die Ergebnisse des Motivationsfragebogens der Studenten der Untersuchungsgruppe mit dem t-test verglichen.

**Tabelle 4:** T-Test Ergebnisse der Anfangsfragebögen und Schlussfragebögen der Studenten der Kontrollgruppe, die nach der traditionellen Lehrmethode unterrichtet wurden.

Test	N	X	S	Sd	T	P
Anfangstest(Fragebogen)	15	35.73	5.67	14	1.76	.100
Schlusstest(Fragebogen)	15	32.40	5.72			

Aus der Tabelle wird ersichtlich, dass es zwischen den Anfangsergebnissen und Schlussergebnissen der Studenten der Kontrollgruppe keinen deutlichen statischen Unterschied gibt, welche mit Hilfe der t-Testergebnisse bestimmt wurden. Bei Betrachtung der Tabelle wird deutlich, dass nach der Anwendung der traditionellen Lehrmethode sich der Motivationsgrad bei den Studenten der Kontrollgruppe nach den acht Untersuchungswochen nicht erhöht hat [ $t(14) = 1.76$ ,  $p > .05$ ]. Während der Durchschnittsmotivationswert der Studenten vor der Untersuchungsreihe bei ( $X = 35.73$ ) lag, sank dieser Wert nach der Anwendung dem traditionellen Lehrprogramm ab ( $X = 32.40$ ).

Hypothese 3: Nach den Untersuchungswochen lässt sich ein deutlicher Unterschied zwischen den Fragebogenergebnissen der Untersuchungsgruppe und Kontrollgruppe feststellen.

Für den Nachweis der Hypothese wurden die Ergebnisse der Anfangsfragebögen und Schlussfragebögen der Studenten der Untersuchungsgruppe und Kontrollgruppe mit dem t-test verglichen.

**Tabelle 5:** Die t-Test Ergebnisse der Anfangsfragebögen und Schlussfragebögen der Studenten der Untersuchungsgruppe und Kontrollgruppe im Vergleich.

Gruppen	N	X	S	Sd	T	P
Untersuchungsgruppe	15	40	4.75	28	3.96	.000
Kontrollgruppe	15	32.40	5.72			

Wie aus der Tabelle sich deutlich erkennen lässt, beträgt der Durchschnittswert der Untersuchungsgruppe beim Schlusstest 40, der Durchschnittswert der Kontrollgruppe beim Schlusstest beträgt hingegen lediglich 32.40. Nach der Analyse der t-Test Ergebnisse ist ein deutlicher Unterschied zwischen den Durchschnittswerten zusehen ( $p < .001$ ). Bei Betrachtung der Tabelle wird deutlich, dass nach der Anwendung der alternativen Lehrmethode dem ‚Bewegten Lernen‘ sich der Motivationsgrad bei den Studenten der Untersuchungsgruppe im Gegensatz zur Kontrollgruppe nach den acht Untersuchungswochen deutlich erhöht hat [ $t(28) = 3.96$   $p < .001$ ].

Um die Beziehungen der einzelnen Komponenten und den Kreislauf der Auswirkungen auf das Lernverhalten zu verdeutlichen, wurde zu Beginn der Untersuchungsreihe sowohl mit der Kontrollgruppe, als auch mit der Untersuchungsgruppe ein Test zur Bestimmung von syntaktischen Einheiten durchgeführt.

**Tabelle 6:** Die Durchschnitt-Testergebnisse bezüglich der Leistung vor und nach der Untersuchungsreihe

Gruppen	Anfangstest	Abschlusstest
Untersuchungsgruppe	14,1	18,9
Kontrollgruppe	17,3	17,5

Die Gesamtpunktzahl, die im Test erzielt werden konnte, betrug 30 Punkte. Jede Wort und Satzlücke wurde mit einem Punkt bewertet. Im Vergleich lässt sich deutlich erkennen, dass die Untersuchungsgruppe einen Leistungsanstieg (4,8) erzielt hat und sich der anfängliche Wert verbessert hat. In der Kontrollgruppe hat zeigt sich eine minimale Verbesserung der Leistung (0,2). Die Ergebnisse weisen eine Relation zwischen den Komponenten Motivation, Lernbereitschaft und Lernerfolg auf, welche durch das Bewegte Lernen in Bewegung gesetzt werden.

## Schlussfolgerung

Ziel der Arbeit war es die Auswirkungen der alternativen Lehrmethode Bewegtes Lernen auf die Motivation und Lernbereitschaft von Fremdsprachenlernen nachzuweisen. Die Evaluierung der Ergebnisse zeigen deutlich, dass durch die Auswirkungen von alternativen Lehrmethoden wie dem Bewegten Lernen sich sowohl der Motivationsgrad als auch die Lernbereitschaft erhöht. Das führt zu einer Leistungssteigerung, wie es sich aus den Testergebnissen erlesen lässt. Die Umgestaltung und Umstrukturierung von bis lang immer noch traditionell gebliebenen Lehrmethoden lässt sich mit wenig Aufwand vollziehen. Hierbei spielt die Bereitschaft für Veränderungen und Neuerungen beim Lehrpersonal eine wichtige Rolle. Erst durch ihre Mitarbeit lässt sich der Fremdsprachenunterricht von seinen traditionellen Ketten und Monotonem-Rhythmus befreien. Insbesondere für die

Fremdsprachenlerner sind unterstützende Pfeiler wichtig, um die vorhandenen Barrieren zu überwinden. Durch das ganzheitliche und sinnaktivierende Lernen wird dem Fremdsprachenlerner die notwendige Möglichkeit gegeben durch verschiedene Lernwege seine Hemmungen zu überwinden. Mit bewegungsfreundlichen Handlungen werden zusätzliche Sinne aktiviert, die zuvor beim Fremdspracherwerb nicht genutzt wurden. Das Lernen in und mit Bewegung ermöglicht die Aktivierung von Körper und Geist. Diese zusätzlichen Sinne umfassen alle verschiedenen Lerntypen und heben somit das Problem der Vernachlässigung auf. Im Laufe der Zeit haben sich viele Methoden und Verfahrensweisen bezüglich der Fremdsprachenlehre entwickelt. Leider gibt es bisher kein Universalrezept, das sämtliche Problematiken der Fremdsprachenlehre durch ihre Methodik und Didaktik lösen kann. Trotzdem ist es die Aufgabe eines Fremdsprachenlehrers unter der Berücksichtigung der gegenwärtigen Lernvariablen, wie Personenmerkmale, Lerntradition, Lerntypen innovative Verfahren anzuwenden, die auf die Lerner positiv wirken. Durch bewusste Abwechslungen im Unterricht lassen sich Akzentuierungen setzen, die das Interesse und die Neugier der Lerner wecken.

Interdisziplinäre Wissenschaftsbereiche, wie z.B. die Bewegungspädagogik sind zum fachspezifischem Bereich hinzu zu ziehen, um eine Abwechslung gewährleisten zu können. So wie sich die Bewegungspädagogik aus zwei verschiedenen Disziplinen zusammensetzt, so sollten sich auch die Verfahrensweisen der Methoden sich gegenseitig ergänzen. Insbesondere bei der praktischen Untersuchungsdurchführung wurde darauf geachtet, dass der Unterricht nicht von Bewegungshandlungen geleitet wird. Es wurden lediglich zur Aktivierung, Entspannung oder zum Wohlbefinden der Lerner die Strukturmerkmale eingesetzt. Im Vordergrund standen die Fremdsprachenlehre und die syntaktischen Einheiten. Die Einbettung von syntaktischen Einheiten in innovative Verfahrensweisen ist oft schwer zu realisieren. Mit dem Bewegten Lernen gelang es allerdings, den Unterricht von starren Bauten in lebendige Bauelemente umzuwandeln. Die Lerner erfuhren mit ihrem eigenen Körper die syntaktischen Einheiten, in dem sie selbst zu Satzgliedern wurden.

## Literatur

- Acat, M.B. & Demiral, S. (2002). Türkiye`de Yabancı Dil Öğreniminde Motivasyon Kaynakları ve Sorunları In: Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi. 31/31, S. 312-329. Dergi Park.
- Büyükoztürk, Ş. (2007). Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı, Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Dinsel, S. & Geiger, S. (2009). Großes Übungsbuch Deutsch Grammatik. 1.Auflage. Ismaning: Hueber Verlag.
- Dr. Bolay E., Platz. F. & Wolf H. (2010). Bewegte Schule Bewegtes Lernen: Bewegung ein Prinzip lebendigen Fachunterricht. Bd. 3. 1. Auflage Leipzig: Klett Verlag.
- Grötzbach, C. (2006). Trainieren mit Herz und Verstand – Einführung in die suggestopädische Trainingspraxis. Offenbach: GABAL Verlag.
- Härdt, B. (2000). Besser lernen durch Bewegung und Entspannen – Grundlagen und Übungen für die Sekundarstufe I. Berlin.
- Illi, U. (1998). Vom Sitzen als Belastung zum Konzept der „Bewegten Schule“ In: Illi, U., Breithecker, D.&Mundlinger, S. (Hrsg.): Bewegte Schule – Gesunde Schule. Zürich. S. 95-101.

- Illi, U. (1995). Bewegte Schule. In: Sportunterricht 44, H.10, 404-415.
- Klupsch-Sahlmann, R. (1995). Bewegte Schule. In: Sportpädagogik 19/6, S. 15-16.
- Klupsch-Sahlmann, R. (1999). Mehr Bewegung in der Schule – Grundlegende Gedanken zur pädagogischen Konzeption. In: Klupsch-Sahlmann, R (Hrsg.): Mehr Bewegung in der Grundschule. Berlin: Cornelsen, S. 7-24.
- Meyers Lexikonverlag (1997). Meyers Großes Handlexikon. Mannheim, Leipzig, Wien, Zürich: Meyers Lexikonverlag.
- Montessori, M. (1997). Das kreative Kind. Freiburg.
- Rebel, G. (1999): Bewegungspädagogik im Sozialwesen: Bewegung und Kommunikation. Bd.1 Münster: Waxmann Verlag.
- Reich, K. (2010). Systematisch-konstruktivistische Pädagogik – Einführung in die Grundlagen einer interaktionistisch-konstruktivistischen Pädagogik. 6.Aufl. Beltz Verlag.
- Schilling, J. (1997). Soziale Arbeit. Neuwied. Kriftel, Berlin. Luchterhand.
- Thiel, A., Teubert, H. & Kleindienst-Cachay, C. (2011): Die „Bewegte Schule“ auf dem Weg in die Praxis – Theoretische und empirische Analysen einer pädagogischen Innovation. 4. Aufl. Baltmannsweiler.
- Zimbardo, P. G. & Gerrig, R. J. (1999). Psychologie. Berlin, Heidelberg: Springer. Soyad, A.