

Embodied Learning – Eine vernachlässigte Herangehensweise im Fremdsprachenunterricht

Embodied Learning – A Neglected Approach in Language Teaching

Tolga Gündoğdu¹

¹*Sorumlu Yazar, Dr., Dokuz Eylül Üniversitesi, tolga.gundogdu@deu.edu.tr, (<https://orcid.org/0000-0001-7267-4141>)*

Geliş Tarihi: 26.06.2024

Kabul Tarihi: 04.09.2024

ZUSAMMENFASSUNG

Der vorliegende Beitrag widmet sich der Bedeutung von Embodied Learning in Lernprozessen und dessen Auswirkungen auf kognitive Leistungen, insbesondere im Kontext des Fremdsprachenlernens. Die Forschungsmethodik des Beitrags basiert auf der deskriptiven Forschungsmethodik. Dabei werden die Daten aus verschiedenen Quellen abgeleitet und beschrieben, darunter aus historischen Herangehensweisen, traditionellen Ansätzen, natürlichen Spracherwerbsphänomenen sowie aktuellen Forschungsergebnissen. Darüber hinaus werden praktische Anwendungsmöglichkeiten hinsichtlich des Fremdsprachenunterrichts dargestellt, die körperliches Handeln und Lernen eng miteinander verbinden. Der Begriff Embodied Learning wird heute verwendet, um die enge Verbindung zwischen dem Körper und dem Lernprozess zu betonen. Diese Verbindung wurde schon vor langer Zeit von Philosophen und Gelehrten erkannt und entsprechend gewürdigt. Darüber hinaus liefert die Erforschung frühkindlicher Lernprozesse wertvolle Erkenntnisse über die Zusammenhänge zwischen Bewegung und Lernen. Spätestens nach dem Ende der Grundschulzeit haben die Lernenden jedoch nur noch begrenzte Möglichkeiten, ihren Körper beim Lernen einzusetzen, obwohl das menschliche Bedürfnis nach Bewegung weiterhin besteht. Die Vernachlässigung des Körpers in Bildungs- und Lernprozessen führt zu einer Beeinträchtigung kognitiver und psychischer Funktionen, welche sich wiederum negativ auf die schulischen Leistungen auswirken kann. Die dargestellten Überlegungen lassen den Schluss zu, dass der Ansatz des Embodied Learning im Fremdsprachenunterricht vielversprechende Möglichkeiten bietet, das Sprachverständnis zu vertiefen. Dies erfolgt durch die Hervorhebung der emotionalen Beteiligung der Lernenden mit dem gesamten Körper, wobei nicht nur das kognitive Verständnis, sondern auch die affektive Komponente des Lernprozesses berücksichtigt wird. Somit erweist sich dieser Ansatz als eine wertvolle Ergänzung zu herkömmlichen Lehr- und Lernmethoden und kann zu einem umfassenderen und nachhaltigeren Fremdspracherwerb beitragen.

Schlüsselwörter: Verkörpertes lernen, fremdsprachenunterricht, verkörperte kognition, bewegtes fremdsprachenlernen.

ABSTRACT

This article is dedicated to an examination of the significance of embodied learning in the context of learning processes and its impact on cognitive performance, with a particular focus on the domain of foreign language learning. The article employs a descriptive research methodology, deriving and describing the data from a variety of sources, including historical approaches, traditional approaches, natural language acquisition phenomena, and current research findings. Moreover, practical applications are presented with regard to foreign language teaching, which demonstrate a clear correlation between physical action and learning. The term "embodied learning" is currently employed to highlight the intimate relationship

between the body and the learning process. This connection has long been recognized and appreciated by philosophers and scholars. Additionally, research into early childhood learning processes provides valuable insights into the connections between movement and learning. However, by the end of primary school at the latest, learners have only limited opportunities to use their bodies in learning, despite the human need for movement continuing to exist. Neglecting the body in educational and learning processes leads to an impairment of cognitive and psychological functions, which in turn can have a negative impact on academic performance. The aforementioned considerations lead to the conclusion that the embodied learning approach in foreign language teaching offers promising opportunities to deepen language comprehension by emphasizing not only cognitive understanding but also the emotional involvement of learners with their entire body. Therefore, this approach proves to be a valuable addition to conventional teaching and learning methods and can contribute to a more comprehensive and sustainable foreign language acquisition.

Keywords: Embodied Learning, foreign language teaching, embodied cognition, language learning in motion.

EINLEITUNG

Der Mensch ist ein aktives Lebewesen, das sich in ständiger Bewegung befindet. Bereits im Mutterleib werden die ersten Bewegungsaktionen durchgeführt, die als Grundlage für die körperliche und geistige Entwicklung dienen. Auch nach der Geburt spielt Bewegung weiterhin eine relevante Rolle, da das Kleinkind nun durch Bewegung versucht, die Welt zu erforschen. „Betrachtet man aufmerksam ein Kind, ergibt sich evident, dass sich sein Verstand mit Hilfe der Bewegung entwickelt“ (Montessori, 1989). Im Kindergartenalter lässt sich eine enge Verbindung zwischen kognitiver Entwicklung und körperlicher Bewegung beobachten. In der Vorschulphase stehen Spielen und Bewegung im Mittelpunkt der Erziehung. Bewegung wird in diesem Kontext als Lernmethode oder Lernen mit Herz, Körper und Seele bzw. ganzheitliches Lernen didaktisch genutzt, insbesondere im Primarbereich: „Große Akzeptanz erfahren solche Konzepte in frühpädagogischen Einrichtungen, aber weniger in Schulen und hier häufig lediglich als Kompensation von langem Sitzen“ (Wendler, 2017). Mit dem Übergang in die Grundschule bis hin zur Hochschule werden dem stetigen Bewegungszyklus des Menschen Grenzen gesetzt, indem das schulische Lernen durch langes Sitzen als populäre und meistverbreitete Lehr-Lernform praktiziert wird. Im Einklang mit unserer Natur wird betont, dass die passive Abstinenz von Aktivität nicht unserer evolutionären Veranlagung entspricht. Der Mensch als Ganzes ist durch die vitalisierende Dynamik der Bewegung geprägt, eine Eigenschaft, die leider durch den modernen Lebensstil immer mehr aus unserem täglichen Dasein verdrängt wird (Andrä & Macedonia, 2020). Dies steht im Kontrast zu der historischen Tatsache, dass Bewegung und Lernen schon immer einen festen Platz in der Geschichte der Menschheit hatten. Beispielsweise wurde in den Klöstern das Auswendiglernen von Texten durch Umhergehen im Klostergelände praktiziert, was darauf hindeutet, dass Bewegung als Mittel der Konzentration wahrgenommen wurde. Bereits in der Antike wurden neue Erkenntnisse durch Spaziergänge gewonnen. Während des Gehens wurden Erzählungen, Diskussionen, Gedankenaustausch sowie kognitive Prozesse initiiert. Dieses bewegte Lernen stellte die übliche Lehr- und Lernmethode jener Zeit dar. Ein Beispiel für diese Lehr- und Lernmethode ist die Vorgehensweise des Philosophen Aristoteles. Dieser hielt seine Vorlesungen im „Peripatos“, was altgriechisch für „säulengestützte Wandelhalle bzw. Wandelgang“* steht. Während er zwischen den breiten Säulengängen seiner Schule umherging, führte er Gespräche mit seinen Schülern. Dabei scheint er sie zu geistiger sowie körperlicher Gymnastik† motiviert zu haben. Aus diesem Grund wurde seine Philosophie „Peripatetismus“ genannt, abgeleitet vom griechischen Verb „peripatein“, was so viel bedeutet wie „umherwandeln, wandern, gehen“. Demzufolge diente Bewegung damals zur Unterstützung geistiger Arbeit und Konzentration. Anscheinend wurden diese für die heutige Didaktik äußerst wichtigen Anhaltspunkte vergessen, was auch Hahn in seiner Argumentation geschickt zu Wort

* Metzler Lexikon Philosophie

† Walter Grasskamp: Der offene Raum. [<https://stoa169.com/de/idee/der-offene-raum/>]

bringt: „Es ist in der Erziehung wie in der Medizin. Man muss die Weisheit der tausend Jahre ernten. Wenn Sie zu einem Chirurgen kommen, und der will Ihnen den Blinddarm in einer möglichst originellen Weise herausnehmen, so rate ich Ihnen dringend, gehen Sie zu einem anderen Chirurgen“ (Hahn, 1998). In der Einleitung des Handbuchs ‚Bewegtes Lernen‘ schreiben Andrä und Macedonia folgendes:

Die Trennung zwischen Körper und Geist „verdanken“ wir der antiken Philosophie, aber auch René Descartes, der im 18. Jahrhundert behauptete, der Geist sei immateriell und der Körper lediglich ein Behälter für Organe. So entstand im Laufe der Jahrhunderte die Vorstellung, da Lernen rein ein Phänomen des Geistes sei, was auch mancher Theoretiker im 20. Jahrhundert noch behauptete. Unglücklicherweise orientierten sich daran jene Disziplinen, die für die Unterrichtsgestaltung maßgeblich sind: Pädagogik und Fachdidaktik. Kein Wunder also, dass die meisten von uns, trotz Bewegungsdrang, ruhig sitzend am Schreibtisch lernen mussten, den Kopf eingeklemmt zwischen den aufgestützten Armen. Und verständlicherweise war das Lernen unter diesen Umständen mühsam und im Nachhinein gesehen bis zu einem gewissen Grad auch ineffizient (Andrä & Macedonia, 2020).

Glücklicherweise gab es sowohl in der Antike als auch in der Aufklärung eine Vielzahl von Thesen, die im Gegensatz zu Descartes, den Körper mit geistlichen bzw. kognitiven Leistungen in Einklang brachten. Exemplarisch sei hier die folgende Aussage angeführt: „Übe unablässig den Leib, mache ihn kräftig und gesund, um ihn weise und vernünftig zu machen.“ (Rousseau, 1778) oder „Du bist nicht Seele allein, du hast auch Körper, und deine Seele ist nicht bloß Verstand, sie ist auch Herz, nicht bloß Erkenntniskraft, sondern auch Empfindungsvermögen. Die Glückseligkeit wird verringert, in dem Maße, in dem Bildung vereinseitigt wird“ (Johann Heinrich Campe, 1787). Die Erkenntnis, dass kognitive Leistungen in einem direkten Zusammenhang mit körperlichen Elementen stehen, ist in der heutigen Zeit eher ungewöhnlich, da Bewegung und Lernen als distinkte Positionen wahrgenommen werden. Der Bildungsbereich, der noch immer an eine feste Korrelation zwischen Sitzen und Lernen glaubt, wird daher stark kritisiert. Voll und Buuck (2005) reden von einer „Einstuhlung“ statt „Einschulung“ und kritisieren, dass das Schulkind durch das eintönige Schulsystem „vom Spielkind zum Sitzkind“ (Voll und Buuck, 2005) degradiert wird. Die Sitztätigkeit stellt für den menschlichen Organismus, insbesondere für den Bewegungsapparat von Kindern und Jugendlichen, eine signifikante und häufig unterschätzte Belastung dar (Illi, 1993, zitiert nach Zimmermann & Neumann, 2020). Rupp et al. (2020) betonen, dass „kognitions- und neurowissenschaftliche Befunde der letzten Jahre immer klarer eine enge Körper-Geist-Verbindung“ postulieren und fordern die „Körper der Menschen [aller Altersstufen] in den Lernprozess einzubinden“, da die Bewegung nicht nur zu Beginn des Lebens einen starken Einfluss auf das Lernen hat, sondern auch weiterhin die Art und Weise beeinflusst, wie die Welt während der gesamten Entwicklung bis ins Erwachsenenalter erlebt wird (Kontra et al., 2005). „Leben ist Bewegung. [...] Im aktiven, bewegten Tun lernen Kinder, und Heranwachsende erlangen dadurch Erkenntnis von der Welt. Bewegung und Lernen sind als Einheit zu sehen“ (Weiß et al., 2020).

Arbeitsmethodik und begriffliche Auseinandersetzung

Dieser Beitrag beruht auf der deskriptiven Forschungsmethodik. Um das Themenfeld Embodied Learning zu analysieren und Feststellungen über ihren möglichen Einsatz im heutigen Fremdsprachenunterricht herzustellen, werden zunächst historische Beispiele und Zitate über den frühen Einsatz von Embodied Learning gesammelt. Zudem werden Informationen über Prozesse des natürlichen Mutterspracherwerbs dargestellt. Die vorliegenden Daten werden mit aktuellen Forschungsergebnissen abgeglichen, um eine Prognose zu ermöglichen, ob Embodied Learning eine vielversprechende Herangehensweise für den Fremdspracherwerb darstellt.

Die Begriffe Embodiment und Embodied Learning sind im Kontext des Embodied Cognition zu verorten. Dabei ist jedoch zu berücksichtigen, dass es in der Fachliteratur keine einheitliche Definitionsfestlegung über diese Begriffe gibt (Weber, 2017; Gallagher, 2019).

Der Begriff Embodiment bezeichnet die Darstellung der wechselseitigen Beziehung zwischen Geist und Körper. Dabei steht der Geist mit seinen Bestandteilen wie Verstand, kognitives System, Psyche sowie Gehirn stets in Bezug zum restlichen Körper. Das Gehirn ist sozusagen in die restliche körperliche Umwelt eingebettet. Die These des Embodiment besagt, dass ohne diese Einbettung, das Gehirn nicht intelligent genug arbeiten kann (Tschacher, 2022).

Embodied Cognition erfuhr erst vor rund 30 Jahren eine verstärkte Aufmerksamkeit unter den neurowissenschaftlichen und kognitionspsychologischen Disziplinen (Kontra et al., 2012). Embodied Cognition impliziert die Auffassung, dass „das Gehirn nicht vom Rest des Körpers getrennt und allein für die Kognition verantwortlich ist, sondern ein Organ, das mit der Verarbeitung von im Körper erfahrenen Wahrnehmungen beschäftigt ist“ (Branscom, 2019). Theoretische Angaben hinsichtlich des Embodied Cognition bekräftigen, „dass der Mensch über Erfahrungen mit seinem Körper denkt, lernt und alle kognitiven Bereiche bedient“ (Macedonia, 2020).

In der Fachliteratur wird der Begriff Embodied Learning im Allgemeinen mit der Implementierung des Körpers in den Lernprozess assoziiert. Darüber hinaus wird der Begriff auch verwendet, um die Bedeutung des Gelernten zu beschreiben, die sich speziell in der Bewegung und Wahrnehmung des Körpers manifestiert (Nathan, 2021). Das ‚Digitale Lexikon Fremdsprachendidaktik‘ bezeichnet Embodied Learning als einen Lernansatz, „bei dem durch körperliche Erfahrungen die neuen Strukturen ‚erfahren/erlebt‘ und eingeübt werden“ (DLF, 2024). Somit impliziert Embodied Learning, den Lernprozess durch den Körper bzw. auf Basis körperlicher Aktivitäten. Die Vermittlung von Wissen erfolgt in dieser Lehr- und Lernform in erster Linie durch körperliche Handlungen, die den Lernprozess fördern. In den vergangenen Jahrzehnten hat das Interesse an dieser Form des Lernens, die als Embodied Learning bezeichnet wird, deutlich zugenommen, was zur Etablierung eines neuen Forschungsfeldes geführt hat (Robb & Johnson-Glenberg, 2013).

Studien über Embodied Learning

In der Vergangenheit wurde angenommen, dass der menschliche Körper und das Gehirn (Kognition) zwei separate Mechanismen darstellen, die unabhängig voneinander funktionieren. Dies führte zu der Fehlannahme, dass das Gehirn ein statisches Organ ist, dessen Durchblutung und Stoffwechsel unabhängig vom restlichen Körper abläuft (Voll & Buuck, 2005). Mit der Weiterentwicklung der Tomographietechnik gelang es erstmals Erikson (1998) diese Ansicht zu widerlegen. Auf Basis seiner Untersuchungen konnte nachgewiesen werden, dass in einer spezifischen Gehirnregion – dem Hippocampus – die Bildung neuer Gehirnzellen möglich ist Erikson (1998). In der Folge konnte belegt werden, dass das Gehirn durch äußere Faktoren beeinflusst werden kann. Auch Shapiro vertritt die Auffassung, dass das Gehirn nicht mehr als ein vollständiges und separates Organ der Kognition betrachtet werden sollte, dass ausschließlich einem festen Algorithmus folgt, die auf dem symbolisch kodierten Reiz-Stimulus-Reaktionsschema basiert. Stattdessen sollte das Gehirn als Steuermechanismus bzw. Organisator von Aktivitäten verstanden werden, die zur Gewinnung von Informationen führen (Shapiro, 2011). Ähnlich schreibt auch Gallagher (2019): „Kognition ist kein auf das Gehirn beschränktes Ereignis. Sie geht aus Vorgängen hervor, die über Gehirn, Körper und Umwelt verteilt sind“. In ähnlicher Weise betont auch Hüther (2022) die enge und untrennbare Verbindung zwischen Gehirn und Körper.

Embodied Learning als Forschungsthematik im Lehr- und Lernbereich erfuhr seine Popularisierung erst ab 2010. Dies lässt sich auch an den Erscheinungsdaten von fachwissenschaftlichen Veröffentlichungen nachvollziehen. Die fachwissenschaftliche

Diskussion ging der Frage nach, inwiefern das Lernen durch die Interaktion zwischen Körper und Kognition beeinflusst werden könne.

Im Zeitraum zwischen 2010 und 2020 wurden in dieser Richtung international insgesamt 41 Studien veröffentlicht (Jusslin et al., 2022). 21 Studien haben sich besonders mit Sprachenlernen auseinandergesetzt, wobei die besten Fortschritte im Vokabellernen verzeichnet wurden (Jusslin et al., 2022). In den letzten Jahren haben sich zahlreiche Wissenschaftler aus der Bildungsforschung mit dem Konzept des Embodied Learning und dessen Vorteile für das Lehren und Lernen auseinandergesetzt. Demzufolge wurde eine Vielzahl von Studien durchgeführt. (Craig et al., 2018; Macedonia, 2019; Rupp, 2020; Hegna & Ørbæk 2021; Jusslin et al., 2022), wobei manche sich besonders mit Sprachenlernen befassten (Mazedonien & Mueller, 2016; Repetto et al., 2017).

Im Rahmen einer anderen Metastudie wurden 44 Studien analysiert, die sich mit der Korrelation von körperlicher Bewegung und kognitiver Leistungen befasst haben. Die Resultate legen nahe, dass ein positiver Zusammenhang zwischen Bewegung und Kognition besteht. In sämtlichen Studien konnte eine signifikante Beziehung zwischen motorischen Aktivitäten und kognitiver Leistungsfähigkeit festgestellt werden (Voll & Buuck, 2005).

Die Thematik des Einflusses körperlicher Aktivität auf kognitive Fähigkeiten wurde auch von Frühauf et al. untersucht. Die Forschungsergebnisse zahlreicher Studien legten nahe, dass zwischen den Aktivitäten des Körpers und den erzielten kognitiven Leistungen ein Zusammenhang besteht (Frühauf et al., 2016).

In Anbetracht der von Hegna und Ørbæk (2021) durchgeführten systematischen Literaturrecherche lässt sich feststellen, dass der Bereich Embodied Learning ein beträchtliches Potenzial aufweist, um in Zukunft als interdisziplinäres Forschungsfeld zu fungieren. Allerdings ist in wissenschaftlichen Kreisen eine begrenzte Diskussion und ein geringer Wissensaufbau in diesem Forschungsfeld zu beobachten. In der traditionellen Pädagogik, die den Körper beim Lehren und Lernen kaum betont sowie Geist und Körper als Dichotomie behandelt, wird wenig Interesse gegenüber der Implementierung von körperlichen Aktionen in Lehr- und Lernprozessen gezeigt. Der Körper wird hier in erster Linie als untergeordnetes Instrument im Dienste des Geistes betrachtet (Nguyen & Larson, 2015).

Insgesamt weisen diese Forschungsergebnisse darauf hin, dass Bewegung einen positiven Einfluss auf kognitive Leistungen, insbesondere auf Konzentration und Lernen haben kann. Die Integration von Bewegung in den Lernalltag könnte daher eine wirksame Strategie sein, um die kognitive Leistungsfähigkeit zu steigern und das Lernerlebnis zu verbessern.

Auswirkungen von Bewegung auf kognitive Leistungen

Die Erkenntnisse des frühkindlichen Lernens lassen sich in den folgenden Jahren auf vielfältige Weise nutzen. Sie sind auch in späteren Lernphasen bei älteren Kindern und Erwachsenen in formellen Bildungsumgebungen von großer Relevanz (Kontra et al., 2012). In Anbetracht der Tatsache, dass kognitive Entwicklungen bei Kleinkindern stets mit besonderen Bewegungsaktivitäten einhergehen, lässt sich postulieren, dass die Integration des Körpers in den Lernprozess eine unterstützende Wirkung entfaltet. Auch in Lernprozessen im Erwachsenenalter manifestieren sich zahlreiche Spuren aus dem kindlichen Leben. Es erscheint daher gerechtfertigt, die kognitiven Erfolge aus der frühen Kindheit, die auf sensomotorischen Aktivitäten basieren, systematisch auf formelle schulische Leistungen zu übertragen.

Die Sensomotorik, also das Zusammenspiel von Sinneswahrnehmung und Bewegung, nimmt eine Schlüsselstellung für das Lernen ein. Die Wirkungsweise des sensomotorischen Lernens lässt sich als wechselseitige Beeinflussung von Bewegung und kinästhetischer Wahrnehmung beschreiben. Sensomotorisches Lernen führt zu größerer Aufmerksamkeit, einem verbesserten

Unterscheidungsvermögen und zu mehr Wohlbefinden beim Lernen und Arbeiten. Gleichzeitig fördert es das Leistungsvermögen und wirkt Lernstörungen unter- oder überaktiver Schülerinnen und Schülern entgegen. Eine wichtige Rolle spielt dabei die Skelettmuskulatur: Werden die Muskeln in müheloser Weise, im funktionalen Wechsel von Spannung und Entspannung, bewegt, senden sie Weckimpulse an das Zentralnervensystem, womit sowohl Wachheit als auch das kognitive Lernvermögen größer werden (Brägger et al., 2017).

Während der Bewegung werden im Gehirn Serotonin, Dopamin und Glucose als Energiespender ausgeschüttet und Sauerstoff zugeführt, was zu einer Steigerung des Blutspiegels im Gehirn führt. Dies beeinflusst die Stärkung und Förderung des Kontakts zwischen den Neuronen in positiver Richtung (Meier, 2014). Somit führt die körperliche Aktivität nicht nur zu einer stärkeren Durchblutung der Muskeln, sondern auch des Gehirns (Frühauf et al., 2016). Dies erklärt auch, warum beispielsweise das Einprägen durch lautes Sprechen in Bewegung gedächtnisfördernd wirkt und dies seit Jahrhunderten als eine erfolgreiche Methode gilt. „Bewegung ist dominant als Mittel anzusehen, um Stoffwechselprozesse anzuregen und dadurch das Lernen positiv zu beeinflussen“ (Müller & Petzold, 2020).

Ein weiterer Beweis, wie sich Bewegung auf akademische Leistungen von Lernerinnen und Lerner positiv auswirken kann, zeigt die Studie von Ma et al. (2015), in der nach einer körperlich aktiven Pause „signifikant weniger Gesamtfehler, Auslassungsfehler, Verwechslungsfehler und relative Fehler gemacht“ (Frühauf, 2016) wurden, als nach der inaktiven Pause. Die Autoren schlugen demnach vor, Pausen mit zeitsparenden, intensiven Bewegungen zu füllen, da diese die selektive Aufmerksamkeit von Kindern zwischen 9-11 Jahren fördern können (Frühauf, 2016).

Voll und Buuck gehen davon aus, dass durch physische Bewegungsaktionen die Anzahl von neugebildeten Nervenzellen (Neuronen) aktiviert werden und somit über den Hippocampus die Gedächtnisleistungen wie Faktenwissen oder episodische Erinnerungen gesteigert werden, was wiederum den Boden für das Lernen bereitstellt (Voll & Buuck, 2005), da der Hippocampus das Kurzzeitgedächtnis in Form von Fakten und Erinnerungen beeinflusst, das wiederum sich sehr förderlich für die Konzentration erweist. Warum sollte das auch nicht im Fremdsprachenunterricht funktionieren? Gewiss könnten bestimmte Herangehensweisen, die auf kurzen aber effektiven Strategien aufbauen und dadurch körperliche Elemente in den Lernprozess integrieren den Fremdspracherwerb positiv beeinflussen.

Der Körper als Instrument für das Fremdsprachenlernen

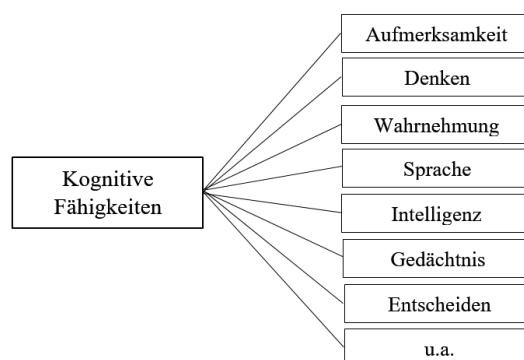
Besonders für den Fremdsprachenunterricht mit dem Körper gilt Asher mit seiner TPR-Methode (Total Physical Response) als Pionier auf diesem Gebiet (Asher, 1981). Er arbeitete in den 60er Jahren an einer Sprachlehrmethode, die auf dem Stimulus-Response-Prinzip basierte, wobei die Response-Seite ausschließlich aus nonverbalen Reaktionen resultierte. Demnach wurden den Fremdsprachenlerner*innen mündliche Anweisungen –meist im Imperativ– gegeben, die von der Zielgruppe nonverbal oder mimisch ausgeführt wurden. Dieser Ansatz basierte auf zwei wichtigen Prämissen:

Zum einen wurden die gleichen angeborenen Mechanismen in Gang gesetzt, die auch beim Erwerb der Muttersprache eine wichtige Rolle spielten, wie z.B. die Kommunikation durch Gestik und Mimik, die Internalisierung von Sprachstrukturen durch bestimmte Muster oder die Vereinfachung der Sprache durch typische Routinen. Diese Praktiken ermöglichten eine kontinuierliche Interaktion mit der jeweiligen Muttersprache von Geburt an. So wurde im frühen Spracherwerb eine angstfreie und spielerische Basis geschaffen, die einen Übergang zur immer komplexer werdenden Sprache ermöglichte.

Ein weiterer wesentlicher Aspekt war die Entlastung vom beträchtlichen Leistungsdruck, den Fremdsprachenlernende insbesondere in der Anfangsphase verspüren und der unter anderem durch Sprechangst bedingt ist. Sprechangst stellt eine weit verbreitete Herausforderung beim Erlernen einer Fremdsprache dar, insbesondere wenn Lernende das Gefühl haben, sich in einer neuen Sprache nicht angemessen ausdrücken zu können. Diese Angst kann dazu führen, dass Lernende sich zurückhalten und zögern, sich aktiv am Sprachgebrauch zu beteiligen, was wiederum den Lernprozess beeinträchtigen kann. Auch hier kommt die TPR-Methode entgegen, da sie von den Lernenden kein konkretes Sprechpensum oder artikulatorische Elemente erwartet. Dadurch wird eine entspannte Lernatmosphäre gefördert. Im Prozess des Fremdsprachenlernens werden eine Reihe an Kompetenzen entwickelt, die mithilfe kognitiver Fähigkeiten unterstützt werden. Der Unterrichtsalltag besteht für die Lernenden aus reichlich neuem Input und vielen Übungs- und Wiederholungsphasen. Die folgende Abbildung veranschaulicht, welche Domänen als kognitive Fähigkeiten infrage kommen:

Abbildung 1

Facetten der kognitiven Fähigkeit (Voll & Buuck, 2005)



Im Bereich der Fremdsprachendidaktik werden insbesondere die Bereiche Sprache und Gedächtnis thematisiert. Dabei wird ersichtlich, dass beide Bereiche in einem engen Zusammenhang stehen, da sie sowohl über den visuellen als auch über den auditiven Informationskanal in Kontakt treten. Neben den visuellen und auditiven Kanälen der kognitiven Informationsaufnahme bietet Embodied Cognition eine zusätzliche wertvolle Informationsquelle (Rupp, 2022), von der die Fremdsprachendidaktik profitieren sollte.

Die Aufnahme einer neuen Sprache erfordert von den Lernenden ein Metawissen, das lexikologische, morphologische, syntaktische und phonologische Strukturen beinhaltet. Die andauernde Konfrontation mit der noch fremden Sprache stellt somit hohe Anforderungen an die Konzentration und Aufmerksamkeit der Sprachlernerinnen und -lerner. In dieser schwierigen Situation kann der Körper als kognitive und motivationale Unterstützung dienen, um den Spracherwerbsprozess zu erleichtern. Die Einbeziehung körperlicher Aktivität in den Lernprozess aktiviert und stärkt angeborene Mechanismen, da Bewegung und sensorische Erfahrung die neuronalen Verbindungen im Gehirn verstärken können. Dies lässt den Schluss zu, dass Embodied Learning im Fremdsprachenunterricht an diese natürlichen Lernmechanismen anknüpft, indem es den Lernenden ermöglicht, ähnliche interaktive Erfahrungen zu machen wie im frühen Spracherwerb.

Einsatzmöglichkeiten von Embodied Learning im Fremdsprachenunterricht

In wissenschaftlichen Studien wurde festgestellt, dass Lehrkräfte bei der Erwähnung von Bewegung im Klassenzimmer nicht unmittelbar an ein Lernen durch Bewegung als Mittel denken, sondern eher an Bewegungspausen, die manchmal als gesundheitliche Intervention

durchgeführt werden (Zimmermann & Neumann, 2020). Dies verdeutlicht, dass Embodied Learning unter Lehrkräften noch nicht hinreichend bekannt ist. Daher ist es erforderlich, Praxisbeispiele für Lehrpersonen zu erarbeiten und zu vermitteln, die zeitschonend und effektiv in unterrichtlichen Prozessen eingesetzt werden können. Im Kontext des Sprachenlernens und der Sprachförderung lässt sich eine enge Verbindung zu Gestik, Mimik und anderen Formen des körperlichen Ausdrucks feststellen, da sich Sprache stets auch auf nonverbale Elemente stützt. Folglich kann konstatiert werden, dass Sprache und Körper untrennbar miteinander verbunden sind (Sambanis & Walter, 2019).

Im Folgenden werden exemplarische Praxisbeispiele für den Fremdsprachenunterricht dargestellt, in denen der Körper als weiteres Lehr- und Lernmedium in den Lernprozess integriert wird.

Der Einsatz des Körpers kann in vielfältiger Weise in den Unterricht integriert werden. Bereits vor Beginn des eigentlichen Unterrichts, während der Anwesenheitskontrolle durch die Lehrkraft, kann eine Reaktivierung des zuvor erlernten Vokabulars in Form einer körperlichen Aktivität erfolgen (Sambanis, 2020). Hierbei bewegen sich die SuS frei im Klassenraum, während die Lehrkraft die Namen der SuS von der Klasseliste in einer zufälligen Reihenfolge vorliest. Die aufgerufene Person antwortet nicht mit einem „hier“ oder „da“, sondern muss auf eine Frage der Lehrperson antworten und die passende Bewegung dieses Lieblingswortes vorführen, wie z.B. Welches Wort gefällt dir am meisten? „der Affe“. Nun muss der jeweilige SuS einen Affen theatralisch vorspielen. Der nächste aufgerufene Name muss das Wort seines Vorgängers zuzüglich der Bewegung wiederholen und sein eigenes Lieblingswort mit Bewegung nennen. Dieser Vorgang wird so lange wiederholt, bis alle Namen der Anwesenheitsliste genannt wurden (Sambanis, 2020).

In einer weiteren, zum FSU passenden körperlichen Aktivität wird das Eckenquiz durchgeführt (Zimmermann & Neumann, 2020). Bei diesem Bewegungsspiel verteilen sich die SuS gleichmäßig in den vier Ecken des Klassenzimmers. Die Lehrperson liest eine Reihe von Vokabeln nacheinander vor. Diejenigen, die eine richtige Antwort geben, dürfen sich zur nächsten Ecke bewegen. Die Bewegung erfolgt ausschließlich im Uhrzeigersinn. Die Person, die zuerst an ihrer Startposition ankommt, hat gewonnen. Bei der Umsetzung sollten einige Regeln berücksichtigt werden, beispielsweise ist Jubel erlaubt, Schreien jedoch nicht. Zudem sollte ein Wechsel der Position leise erfolgen (Zimmermann & Neumann, 2020).

Eine weitere Möglichkeit, den Körper in den Lernprozess zu integrieren, stellt die Pantomimik dar, die von Sambanis (2020) übernommen wurde. Diese Methode basiert auf Ashers TPR-Methode und bietet den Lernenden die Möglichkeit, auf mündliche Anweisungen in der Fremdsprache zu reagieren, indem sie lediglich Gestik, Mimik und Körperhaltung einsetzen. Die SuS bewegen sich im Klassenraum, bis die Lehrkraft einen Namen aufruft und ihm eine mündliche Handlungsanweisung erteilt. Diese kann beispielsweise lauten: „Steige vier Treppenstufen hoch und hole vom obersten Regal drei Bücher runter und lege sie auf deinen Stuhl!“ Die Anweisungen sollten idealerweise bereits im Vorfeld durch die Lehrkraft vorbereitet werden.

Das folgende Beispiel verläuft als Wettkampf zwischen 2 Gruppen und verlangt einen größeren Bewegungsraum als das Klassenzimmer (Flur oder Pausenhof). Es werden 2 Markierungen nebeneinander an die Wand geklebt. Die SuS müssen auf dem Weg dorthin entscheiden, welche sie berühren werden. Beispielsweise könnte man 'haben' und 'sein' als Entscheidungsfelder festlegen. Der Spielleiter spricht ein Verb im Infinitiv laut aus. Daraufhin starten die jeweiligen Teilnehmer der beiden Gruppen an der Startlinie und bewegen sich so schnell wie möglich zur richtigen Markierung. Wer zuerst die richtige Seite berührt, muss einen richtigen Satz mit dem Personalpronomen 'ich' bilden und laut aussprechen. Für jede richtige

Antwort erhält die jeweilige Gruppe einen Punkt. Wer 10 Punkte gesammelt hat, gewinnt (Braune, 2018).

Im Rahmen der folgenden Aktivität, die den Titel „Museumsgang“ trägt (Zimmermann & Neumann, 2020), erfolgt ein festgelegter Rundgang durch das Klassenzimmer. Ziel ist es, die Ergebnisse von Mitschülern zu kontrollieren. Zunächst muss sich jede Schülerin und jeder Schüler jeweils eine laminierte Karte vom Lehrertisch holen und die Lücke(n) ausfüllen. Die Karten könnten sich auf grammatische Themen beziehen, wie beispielsweise Präpositionen. In diesem Fall müssten die SuS die fehlende Präposition ergänzen und anschließend zur Startposition des Museumsgangs gehen, von der aus sie ihren Rundgang starten. Dabei werden die einzelnen Satzkarten auf ihre Richtigkeit überprüft. Falls typische Fehler auftreten, werden diese nach Beenden des Rundgangs im Plenum besprochen (Zimmermann & Neumann, 2020).

Die dargestellten Praxisbeispiele veranschaulichen, wie sich ohne großen Aufwand und Zeitverlust einfache, aber effektive Lernszenarien in den Fremdsprachenunterricht integrieren lassen. Mithilfe solcher oder ähnlicher Vorgehensweisen[‡] werden Lernprozesse initiiert, die sich nicht nur auf kognitive Ressourcen auswirken, sondern auch affektive, soziale und kinästhetische Aspekte berücksichtigen.

Schlussbetrachtung

Embodied Learning bezieht sich auf die Idee, dass Lernen nicht nur ein intellektueller Prozess ist, sondern auch den Körper in das Lerngeschehen einbezieht. Der Fokus liegt somit auf der Fusion von Geist und Körper und ihrer gegenseitigen Beeinflussung als pädagogische Grundidee, die bereits vor langer Zeit formuliert wurde. Heute verweisen zahlreiche Studien darauf, dass körperliche Aktivitäten, eine positive Wirkung auf Informationsverarbeitung und -speicherung haben. Übertragen auf den Fremdsprachenunterricht könnte dies bedeuten, dass die Lernenden Vokabeln und Grammatik nicht nur auf die herkömmliche Art und Weise lernen sollten, sondern auch durch Gesten, Imitationen und andere körperliche Aktivitäten ein tieferes Sprachverständnis entwickeln können. Vor dem Hintergrund der sprachlichen Lernbiographien von Kleinkindern, ab der Geburt bis zum Anfang der Vorschulzeit, lässt sich sagen, dass Embodied Learning eine Lernkultur darstellt, die in die Fußstapfen des Erstspracherwerbs tritt. Dieser Ansatz hebt hervor, dass das Lernen durch physische Interaktionen und erlebnisbasierte Erfahrungen unterstützt wird, ähnlich wie Kinder ihre Muttersprache durch aktive Teilnahme, Spiel und soziale Interaktionen erwerben. Dabei wird der gesamte Körper als Werkzeug für den Lernprozess genutzt, was sowohl die kognitive als auch die emotionale Ebene des Lernens bereichert und vertieft.

Durch eine gezielte Einbeziehung des Körpers können Lehrkräfte den Fremdsprachenunterricht abwechslungsreicher gestalten und eine lebendige Lernatmosphäre schaffen, die die Lernenden aktiv einbezieht und ihre motivationale Lernbereitschaft in hohem Maße steigert. Dadurch können sich die SuS auf natürliche Weise so wie im L1-Erwerb, mit der Fremdsprache auseinandersetzen und entwickeln sowohl ein tieferes Verständnis als auch eine größere Sicherheit im Sprachgebrauch. Aus diesem Grund, sollten Fremdsprachenlehrkräfte mehr körperbetonte Sprachübungen und -spiele, wie oben dargestellt, in ihre Methodenkoffer aufnehmen, was zu einem dynamischeren und effektiveren Unterricht führen würde.

Abschließend kann festgehalten werden, dass die Integration von Bewegung und körperlichen Aktivitäten in den Fremdsprachenunterricht, zahlreiche Vorteile bietet. Sie unterstützt nicht nur die kognitive Entwicklung der Lernenden, sondern auch deren fremdsprachliche Kompetenzen und die Lernmotivation. Zudem bietet es zahlreiche

[‡] Weiterführende Literatur: Brandstätter (2016); Dorothea (2005); Hildebrandt-Stramann et al. (2017); Hundeloh et al. (2015).

gesundheitliche Vorteile, die der heutigen bewegungsarmen digitalen Generation entgegenkommen könnten.

LITERATURVERZEICHNIS

- Andrä, C., & Macedonia, M. (2020). *Bewegtes Lernen. Handbuch für Forschung und Praxis*. Lehmanns, Köln.
- Asher, J. J. (1981). The total physical response: Theory and practice. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 379, 324–331. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.1981.tb42019.x>
- Brandstätter, Ch. P. (2016). Die Verknüpfung von Bewegung und Sprachenlernen anhand eines Bewegten Englischcamps für Kids am Ball [Unveröffentlichte Magisterarbeit]. Karl-Franzens-Universität Graz.
- Branscombe, M. V. (2019). *Teaching through embodied learning: Dramatizing key concepts from informational texts*. Abingdon: Routledge.
- Braune, U. (2018). *Mit Bewegung zur Sprachkompetenz. 50 sportliche Bewegungsspiele zur Förderung von Schülern mit Migrationshintergrund. Band 1*. Brigg Verlag, Friedberg.
- Brägger, G., Hundeloh, H., Posse, N., & Städtler, H. (2017). *Bewegung und Lernen. Konzept und Praxis Bewegter Schulen*. Beltz, Weinheim.
- DLF, Digitales Lexikon Fremdsprachendidaktik, Suchbegriff: Embodied Learning, <https://www.lexikon-mla.de/lexikon/embodied-learning/>
- Dorothea, B. (2005). *Beweg dich Schule! Eine "Prise Bewegung" im täglichen Unterricht der Klassen 1-10*. Borgmann Media, Dortmund.
- Eriksson, P.S., Perfilieva, E., Björk-Eriksson, T., Alborn A.M., Nordborg, C., Peterson, D.A., & Gage, F.H. Neurogenesis in the adult human hippocampus. *Nature Medicine*, 4, 1044-1054. <https://doi.org/10.1038/3305>
- Frühauf, A., Ruedl, G., Kirschner, W., Schott, N., & Kopp, M. (2016). Körperliche Aktivität und kognitive Fähigkeiten im Kindes- und Jugendalter – wissen wir schon genug? *Bewegung & Sport*, 70(4), 5-11.
- Gallagher, Sh. (2019). Embodiment: Leiblichkeit in den Kognitionswissenschaften. Alloa, E., Bedorf, T., Grüny, Ch., & Klass, T. N. (Hrsg.), *Leiblichkeit. Geschichte und Aktualität eines Konzepts* (pp. 354-377). Mohr Siebeck, Tübingen.
- Hahn, K. (1998). *Reform mit Augenmaß*. Klett-Cotta & J. G. Cotta'sche, Stuttgart.
- Hegna, H. M., & Ørbæk, T. (2021). Traces of embodied teaching and learning: a review of empirical studies in higher education. *Teaching in Higher Education*. <https://doi.org/10.1080/13562517.2021.1989582>
- Hildebrandt-Stramann, R., Beckmann, H., Neumann, D., Probst, A., & Wichmann, K. (2017). *Bewegtes Lernen. Theoretische Grundlagen und reflektierte Unterrichtsbeispiele*. Schneider Verlag Hohengehren, Baltmannsweiler.
- Hundeloh, H., Kottmann, L., & Pack, R.-P. (2015). *Bewegungsfreudige Schule. Mit Bewegung Schulqualität entwickeln*. Meyer & Meyer Verlag, Aachen.

- Hüther, G. (2022). Wie Embodiment zum Thema wurde. Stoch, M., Cantenti, B., Hüther, G., & Tschacher, W. (Hrsg.), *Embodiment. Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen* (pp. 85-110), Hogrefe Verlag, Bern.
- Jusslin, S., Korpinen, K., Lilja, N., Martin, R., Lehtinen-Schnabel, J., & Anttila, E. (2022). Embodied learning and teaching approaches in language education: A mixed studies review. *Educational Research Review*, 37, 100480. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2022.100480>
- Kontra, C., Goldin-Meadow, S., & Beilock, S.L. (2012). Embodied learning across the life span. *Top Cogn Sci*. 2012 Oct; 4(4):731-9. <https://doi.org/10.1111/j.1756-8765.2012.01221.x>
- Lindgren, R., & Johnson-Glenberg, M. (2013). Emboldened by embodiment: Six precepts for research on embodied learning and mixed reality. *Educational Researcher* 42 (8), 445-52. <https://doi.org/10.3102/0013189X13511661>
- Macedonia, M., & Mueller, K. (2016). Exploring the Neural Representation of Novel Words Learned through Enactment in a Word Recognition Task. *Frontiers in Psychology*, 7(953), (1–14). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00953>
- Macedonia, M. (2019). Embodied Learning: Why at School the Mind Needs the Body. *Frontiers in Psychology*, October 2019. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02098>
- Macedonia, M. (2020). Voice Movement Icons: Wenn der Körper Wörter in der Fremdsprache lernt. Andrä, C., & Macedonia, M. (Hrsg.), *Bewegtes Lernen. Handbuch für Forschung und Praxis* (113-123). Lehmanns, Köln.
- Meier, J. (2014). StressReduziertes (Fremdsprachen-) Lern – SRL. Gering, W., & Merkl, M. (Hrsg.), *Englisch lehren, lernen erforschen. Oldenburger Forum Fremdsprachendidaktik* (77-95.). Band:7, B-Verlag, Oldenburg.
- Montessori, M. (1989). Das kreative Kind. Der absorbierende Geist. Herder Verlag Freiburg.
- Müller, Ch., & Petzold, R. (2020). Bewegtes Lernen als Teilgebiet des bewegten Unterrichts. Andrä, C., & Macedonia, M. (Hrsg.), *Bewegtes Lernen. Handbuch für Forschung und Praxis* (100-113). Lehmanns, Köln.
- Nathan, M. J. (2021). Foundations of embodied learning: A paradigm for education. New York: Routledge.
- Repetto, C., Pedroli, E., & Mazedonien, M. (2017). Enrichment Effects of Gestures and Pictures on Abstract Words in a Second Language. *Frontiers in Psychology*, 8 (2136), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02136>
- Rupp, R. (2022). Online-Seminare bewegt gestalten. Mit Schwung durch den Online-Marathon. Springer, Wiesbaden.
- Rupp, R., Dold, Ch., & Buksch, J. (2020). Bewegte Hochschullehre. Einführung in das Heidelberger Modell der bewegten Lehre. Springer, Wiesbaden. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-30572-7>
- Sambanis, M., & Walter, M. (2019). In Motion. Theaterimpulse zum Sprachenlernen. Von neuesten Befunden der Neurowissenschaft zu konkreten Unterrichtsimpulsen. Cornelsen Berlin.
- Shapiro, L. (2011). Embodied Cognition. New Problems in Philosophy. Routledge Oxford.

- Tschacher, W. (2022). Wie Embodiment zum Thema wurde. Stoch, M., Cantenti, B., Hüther, G., & Tschacher, W. (Hrsg.), *Embodiment. Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen.* (13-40). Hogrefe Verlag Bern.
- Metzler Lexikon Philosophie. <https://www.spektrum.de/lexikon/philosophie/>
- Voll, S., & Buuck, S. (2005). Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit durch Bewegung. Wutze, E. (Hrsg.), *Schulsport. Vorschriften, Empfehlungen und Unterrichtshilfen für den Sportunterricht und außerunterrichtlichen Schulsport.* Carl Link, Neuwied.
- Weber, A. M. (2017), *Die körperliche Konstitution von Kognition.* Springer Fachmedien, Wiesbaden.
- Weiß, O., Voglsinger, J., Stuppacher, N., & Reif, A. (2020). Effizientes Lernen durch Bewegung – Die Psychomotorische Lehr- und Lernmethode. Andrä, C., & Macedonia, M. (Hrsg.), *Bewegtes Lernen. Handbuch für Forschung und Praxis* (55-65). Lehmanns Köln.
- Wendler, M. (2017): Embodied Action: Lernen mit dem ganzen Körper. In: *motorik.* 40. 127. DOI: 10.2378/Mot2017.art21d.
- Zimmermann, R., & Neumann, P. (2020). Sitzunterbrechungen im Unterricht? Auf Lärm und Bewegung getestete Beispiele sitzunterbrechender Unterrichtsorganisation. Andrä, C., & Macedonia, M. (Hrsg.), *Bewegtes Lernen. Handbuch für Forschung und Praxis* (114-124). Lehmanns Köln.

GENİŞLETİLMİŞ ÖZ

Bu makalede, ‘Embodied learning’ ile ilgili alan literatüründeki tanımlamalara, bu yaklaşımla ilgili araştırma sonuçlarına yer verilmiş, yaklaşımı destekleyen tarihsel benzer uygulamalardan bahsedilmiş, erken çocukluk dönemindeki dil edinim aşamalarına benzerlik gösterdiğinden söz edilmiştir. Bunun yanı sıra, yabancı dil öğretimine uygun sınıf içi uygulamalardan örnekler sunulmuş ve bedenimizin dil öğreniminde destekleyici bir araç olarak nasıl kullanılabileceği ve yabancı dil öğretim sürecine sağlayabileceği katkılar üzerinde durulmuştur.

Bu çalışmanın metodolojisi betimsel araştırma yöntemine dayanmaktadır. Elde edilen veriler geleneksel yaklaşımlardan, doğal dil öğrenme olgularından ve güncel araştırma bulgularından sentezlenip elde edilmiştir.

İnsan, aktif bir varlık olarak daima hareket halindedir. Anne karnında başlayan ilk hareketler hem fizikî hem de zihinsel gelişim için bir temel oluşturmaktadır. Erken çocukluk dönemlerinde fizikî hareketler yardımıyla dünya keşfedilmeye başlanır. Okul öncesi döneminde ise eğitimin merkezinde oyun ve hareket, yani ruh, beden ve zihinsel gelişimi kapsayan bütüncül bir yaklaşım vardır. Bu yaklaşım maalesef ilkokulun başlamasıyla sonlanmaktadır. Sonraki öğrenim hayatı boyunca hareket ve öğrenme birlikteliğine gerektiği kadar önem verilmemektedir. Oysa, insanlık tarihine baktığımızda hareket üzerine kurulu gelişim ve öğrenme etkinliklerine daima büyük önem verilmiştir. Antik çağda bilgiyi kavrama uzun yürüyüşler esnasında gerçekleşmiş; öğretiler, tartışmalar ve fikir alışverişleri yapılmıştır. O dönemde, fizikî hareketi öğrenme ve öğretme metoduna dahil edenlerden biri de, derslerini “Peripatos” (Tr. Yürüyüş koridoru – yürüyüş salonu) adlı okulda veren Aristoteles’ti.

Bilişsel performansın bedensel unsurlarla yakından bağlantılı olduğu fikri, aydınlanma döneminde de bilinmekteydi. Nitekim, Rousseau ve Campe, bilgelik ve akıl için güçlü ve sağlıklı bir fiziksel yapının önemini vurgulamışlardır. Bu tarihsel kavrayışlara rağmen, hareket etme ve öğrenme günümüzde genellikle ayrı alanlar olarak görülmektedir. Özellikle geleneksel okul sistemi, öğrencileri uzun bir süre boyunca hareketsiz bırakmasıyla hem kas-iskelet sistemi

üzerinde hem de bilişsel gelişimde olumsuz etki yarattığı için eleştirilmektedir. Oysa nörobilimsel bulgular, beden ve zihin arasındaki yakın ilişkiyi vurgulamakta ve bedensel aktivitenin her yaşta insan için öğrenme sürecine dahil edilmesi çağrısında bulunmaktadır.

Uluslararası alan literatüründe bedensel harekete dayalı öğrenmeye ‘Embodied learning’ denilmektedir. Bu terim, bedeni öğrenme sürecine dahil ederek fiziksel eylemler yoluyla öğrenme işlevini ifade eder. Bu öğrenme biçimi son yıllarda giderek daha önemli hâle gelmiş ve yeni bir araştırma alanına kapı açmıştır. Bu yaklaşımın 2010 yılından itibaren özellikle eğitim alanındaki etkileri araştırılmaya başlanmıştır. Bu alanda çok sayıda çalışma, fiziksel aktivite ile bilişsel performans arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Bununla birlikte, hareketin öğrenme sürecine entegre edilmesinin bilişsel performans üzerinde olumlu bir etkisi görülmekte ve bu nedenle öğrenmeyi iyileştirmek için etkili bir strateji olduğu netleşmektedir.

Günümüz geleneksel pedagojisinde, zihin ve beden birbirinden bağımsızmış gibi düşünülmekte, bu süreçte beden genellikle ihmal edilirken daha çok zihinsel aktiviteler ön plana çıkmaktadır. Erken çocukluk dönemine ait öğrenme bulguları, insanın tüm hayatı boyunca öğrenme süreçlerinin işleyişi hakkında bizlere önemli ip uçları vermektedir. Küçük çocuklarda bilişsel gelişim genellikle fizikî hareket faaliyetleriyle paralel ilerlediğinden, beden bir öğrenme aracı olarak kullanılır. Fizikî aktivite sırasında beyinde serotonin, dopamin, glikoz ve oksijen salgılanır, bu da kan seviyelerinde artışa yol açar ve nöronlar arasındaki teması olumlu yönde etkiler. Ayrıca, merkezi sinir sistemine uyarılma dürtüleri göndererek performansı artırabilir ve öğrencilerin öğrenme zorluklarına karşı koyabilir ve motivasyonu artırır. Örneğin, hareket hâlindeyken yüksek sesle konuşarak ezber yapmanın hafızayı güçlendirici bir etkisi olduğu gösterilmiştir. Ayrıca, bilimsel çalışmalar ders aralarında verilen molaların fiziksel aktivitelerle desteklendiğinde çocuklarda seçici dikkatin gelişmesine yol açabileceğini göstermektedir. Bu bulgular, hareket etmenin, yabancı dil öğrenme süreci içerisinde kullanıldığında öğrenme performansına önemli katkıların olabileceği düşünülmektedir.

Asher'in TPR yöntemi (Total Physical Response), doğal dil edinimini taklit ederek ve sadece vücut diliyle tepkiye dayandığı için yabancı dil öğretiminde çığır açan bir yöntem olarak kabul edilmektedir. Yüz ifadeleri ve bedenin katılımı, erken dil ediniminde rol oynayan doğuştan gelen mekanizmaları harekete geçirir. Bu yöntem, yabancı dilde konuşamama kaygısını hafifleterek, stresi düşük bir öğrenme ortamı yaratır. Amaç öğrencileri dili konuşmadan kullanmaktır. Öğrencilerin yabancı dilde sözlü veya yazılı bir ifade üretmek zorunda kalmadan dil kullanımına aktif olarak katılmalarını sağlar. Bu şekilde, bilişsel becerileri teşvik ederek ve uygulama için geniş fırsatlar sağlayarak yabancı dil öğreniminde çeşitli yeterliliklerin gelişimini destekler.

Yabancı dil öğretiminde, dil ve hafıza arasındaki bağlantı merkezi bir öneme sahiptir, çünkü her iki alan da görsel ve işitsel bilgi kanalları aracılığıyla etkileşim hâlinindedir. Yeni bir dil edinmek, sözcüksel, morfolojik, sözdizimsel ve fonolojik yapılarla ilişkin meta-bilginin yanı sıra yüksek düzeyde konsantrasyon ve dikkat gerektirir. ‘Embodied learning’ yaklaşımı, yabancı dil öğretme ve öğrenme sürecinde destekleyici bir unsur olarak fayda sağlayabilir. Beden, nöral bağlantıları güçlendirmek için hareket ve duyuusal deneyimleri kullanarak bilişsel ve motivasyonel bir destek görevi görebilir.

Dil öğreniminde el kol hareketleri, yüz ifadeleri ve diğer fiziksel ifade biçimleri arasında yakın bir bağlantı vardır; çünkü dil sözel olmayan unsurları da içerir. Dolayısıyla dil ve beden ayrılmaz bir şekilde birbirine bağlıdır. Araştırmalar, öğretmenlerin sınıfta fizikî hareketlenmeyi genellikle bir öğrenme aracından ziyade öğretime ara vermek olarak gördüklerini ortaya koymuştur. Bu da ‘Embodied learning’ yaklaşımının öğretmenler arasında henüz yeterince tanınmadığını göstermektedir. Bu nedenle, öğretmenlerin bu yaklaşımı yabancı dil derslerine dahil edebilmeleri için kolay uygulanabilir örnekler geliştirmek önemlidir.

Bu yaklaşım, öğrenmenin sadece entelektüel bir süreç olmadığı, aynı zamanda bedeni de öğrenme sürecine dahil ettiği fikrini ifade eder. Yabancı dil öğretimine uygulandığında, öğrencilerin sadece geleneksel tarzda kelime ve dilbilgisi öğrenmekle kalmayıp aynı zamanda jestler, taklit ve diğer fiziksel aktiviteler yoluyla dil hakkında daha derin bir anlayış geliştirdikleri anlamına gelebilir.

Sonuç olarak, ‘Embodied learning’ yaklaşımı, hareketin öğrenme süreçlerine entegre edilmesinin bilişsel performansını ve öğrenme isteklerini artırabileceğini dolayısıyla eğitimde yenilikçi bir strateji olarak kullanılabilirliğini ortaya koymaktadır. Bu perspektif, geleneksel eğitim modellerini zenginleştirerek, öğrencilerin yabancı dili daha derinlemesine ve etkili bir şekilde öğrenmelerine olanak tanıyabilir.