



Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser!

Mit dieser Ausgabe erhalten Sie Heft zwei und drei als Doppelheft mit vorwiegend praxisorientierten Beiträgen.

Elke Opper und *Sabine Schreiner* untersuchen in ihrem Beitrag „Qigong im Kindergarten im Rahmen des Motorik-Moduls“ die Wirkungen eines sechswöchigen Qigong-Angebotes bezüglich der Motorik und Konzentration. Insgesamt nahmen 86 Kinder an der Untersuchung teil. In dem Artikel werden das Untersuchungsdesign und die Ergebnisse dargestellt. Darüber hinaus werden die praktische Durchführung des Qigong-Angebotes und eine Übungsstunde exemplarisch beschrieben.

Bewegte Schule ist weit mehr als nur mehr Sport und Bewegung in der Schule. Dies postulieren *Insa Abeling* und *Hermann Städtler* in „Bewegte Schule Niedersachsen – Mehr Bewegung in die Köpfe“. Bewegte Schule in ihrem Sinn muss die Lernkultur- und Unterrichtsqualität, den Lern- und Lebensraum Schule sowie die Schulorganisation mit einbeziehen. Für diese Handlungsfelder werden entsprechende Anregungen zur Umsetzung gegeben.

Elemente des „Le Parkour“ sind mittlerweile in vielen Actionfilmen zu bewundern. Parkour entwickelt sich zur

Trendsportart und übt auch gerade durch die filmische Präsenz (z.B. Youtube) auf Jugendliche den Reiz aus, Hindernisse jeglicher Art im Freien möglichst ebenso effizient zu überwinden. *Jörg Ide* beschreibt in „Le Parkour – ‚Wir sind dann mal draußen!‘ hat einen Namen“ die historische Entwicklung und setzt sich mit der trainingsmethodischen Umsetzung von Parkour auseinander. Es geht u.a. darum, motorische Grundtätigkeiten anzuwenden, sie zu variieren und konditionelle Voraussetzungen zur Überwindung von Hindernissen zu schaffen. Letztlich finden sich diese Grundtätigkeiten auch im kindlichen Bewegungsverhalten wieder: Mauern erklimmen, von Stein zu Stein springen, durch Lücken zwängen usw. Beim Parkour werden solche Bewegungen dynamisiert und kombiniert. Exemplarische Praxisanregungen, die die Idee des Parkours widerspiegeln, runden den Artikel ab.

In dem Beitrag „Mehr Bewegung mit Ketten-Brennball“ verfolgt *Christoph Schieb* das Anliegen, bei dem bekannten Spiel „Brennball“ die Bewegungs- und Spielanteile der Schüler durch eine neue Spielvariation zu erhöhen. Er begründet sein Anliegen, beschreibt die Spielvorbereitung sowie die Spieldurchführung und gibt methodische Hinweise.

Reinhard Liebisch kombiniert in seinem Praxisbeitrag „Schnick – Schnack –

Schnuck: knobeln und bewegen“ Fangenspielen mit dem weltweit bekannten Knobelspiel, auch Schere – Stein – Papier genannt. Es gilt, Kinder zu fangen und durch Knobeln Wäscheklammern zu erobern. Neben der Grundidee des Spiels werden vielfältige Spielvariationen sowie didaktisch-methodische Hinweise dargestellt.

In der Rubrik „Zum Thema“ beschreibt *Miriam Lohs* unter dem Titel „Komplexe Bewegungserfahrungen ‚Nahrung‘ für das Gehirn“ die Bedeutung komplexer Bewegungen für die Vernetzung der Nervenzellen.

Informationen und die Vorstellung zweier Broschüren, die Kindertagesstätten auf dem Weg zur „guten gesunden Kita“, ein Projekt der Bertelsmann Stiftung, unterstützen sollen, vervollständigen die Inhalte dieses Heftes.

Ihr

Reinhard Liebisch

IMPRESSUM

Haltung und Bewegung
ISSN 0178-3033
Ausgabe 2/3-2010, 30. Jahrgang

Herausgeber:
Bundesarbeitsgemeinschaft für
Haltungs- und Bewegungsförderung e.V.
Matthias-Claudius-Straße 14
65185 Wiesbaden
Telefon: (0611) 37 42 09
Telefax: (0611) 910 07 06
E-Mail: baggesund@t-online.de
Internet: www.haltungsbewegung.de
Bankverbindung: Wiesbadener Volksbank
(BLZ: 510 900 00), Konto-Nr.: 15 104 01

Schriftleitung:
Reinhard Liebisch

Redaktion:
Dr. Sigrid Dordel
Christoph Schieb

Erscheinungsweise:
Vierteljährlich zum Quartalsende

Preis:
Einzelheft: 5,00 Euro
Jahresabonnement 19,00 Euro
inkl. Versand
Ausland 20,00 Euro, inkl. Versand

Bei Mitgliedern ist der Verkaufspreis
durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.

Autoren dieser Ausgabe:
Insa Abeling, Jörg Ide, Reinhard Liebisch,
Miriam Lohs, Dr. Elke Opper, Christoph
Schieb, Sabine Schreiner

Titelfoto:
Martin Köhler

Gestaltung, Layout, Produktion:
CONCEPTDESIGN
Iris und Norbert Bretschneider
Studio für Gestaltung
Rosengasse 14
65366 Johannisberg

Druck:
Frotscher-Druck, 65295 Darmstadt

© Die Zeitschrift sowie alle Beiträge
und Abbildungen sind urheberrechtlich
geschützt.

Die Zeitschrift wird gefördert
durch das
Bundesministerium für Familie,
Senioren, Frauen und Jugend
Bonn



INHALT

Miriam Lohs	
Komplexe Bewegungserfahrungen „Nahrung“ für das Gehirn	1
Editorial	2
Elke Opper – Sabine Schreiner	
Qigong im Kindergarten im Rahmen des Motorik-Moduls	5
Insa Abeling – Hermann Städtler	
Bewegte Schule Niedersachsen – Mehr Bewegung in die Köpfe	22
Jörg Ide	
Le Parkour – „Wir sind mal draußen!“ hat einen Namen	26
Christoph Schieb	
Mehr Bewegung mit Ketten-Brennball	35
Reinhard Liebisch	
„Schnick – Schnack – Schnuck“: knobeln und bewegen	41
Buchbesprechungen	46
Informationen	47