

Bewegungsübungen

1. Was sind Bewegungsübungen?

Bewegungsübungen sind alle Übungen, die den Körper in Bewegung bringen sollen.

2. Und wie geht das?

Die klassischen Bewegungsübungen finden sich im traditionellen Sportunterricht. Darüber hinaus gibt es heute eine Fülle weiterer Bewegungsübungen in den Schulen, so z.B. in den Programmen zur „Bewegten Schule“. Weitere Bewegungsübungen finden sich in der (►) Kinesiologie und im BrainGym. Im folgenden geht es nur um die neuen Bewegungsübungen der modernen Bewegungsprogramme.

Zentrale Bestandteile der modernen „Bewegungsprogramme“ sind

- Rituale und rituelle Körperhaltungen (die Kinder sollen kerzengerade sitzen!)
- Stilleübungen und Fantasiereisen
- Entspannungs- und Atemübungen
- Konzentrations- und Wahrnehmungsübungen/Sinnesschulungen
- Meditation und Yoga

(vgl. hierzu die entsprechenden Informationsblätter).

Darüber hinaus sollen die Schüler...

... Eisenbahn spielen, Erbsen zählen, Zahlen wandern, Steine balancieren, Roller fahren, Rucksackspiele machen, Fußtheater spielen, im Schnee spielen, einander anrennen, Äpfel pflücken, Rückenklöpfungsdurchföhren, Ringkämpfe machen.

Außerdem sollen sie auf der Stelle gehen, verschiedene Fortbewegungsarten ausprobieren, mit dem Po wackeln, wie Enten watscheln, auf einem Bein stehen, auf und ab wippen, den Hampelmann machen, Tiere darstellen, Gardinen umher werfen,

Pappnasen oder Pappmasken tragen, im Klassenraum verstreute Schuhe zusammensuchen, unter der Bettdecke Geräusche machen, mit Softbällen werfen, Zeitungen mit den Füßen zusammen rollen, Bohnensäckchen auf dem Kopf balancieren, Bierdeckel mit verschiedenen Körperteilen transportieren, sich vorstellen, ein Luftballon zu sein, mit Kronkorken, Joghurt-Bechern, Blumentöpfen und Eierschneidern spielen, auf dem gereinigten (nicht neuen!) Kamm blasen usw.

3. Was soll das Ganze?

Die Initiatoren der so genannten Bewegungsprogramme behaupten, die Kinder sollten sich wieder mehr bewegen und damit Gesundheitsschäden vorbeugen. In Wahrheit bewegen sich die Kinder bei vielen Übungen überhaupt nicht, so z.B. bei den Stilleübungen und Fantasiereisen, bei den Entspannungs- und Atemübungen, bei den Konzentrations- und Wahrnehmungsübungen und Sinnesschulungen, bei den Gleichgewichts- und Balanceübungen, bei der Meditation und beim Yoga (vgl. hierzu die entsprechenden Informationsblätter).

a) In Wahrheit handelt es sich vielfach um quasi-religiöse und magische Praktiken. Die meisten Übungen kommen entweder aus der Magie oder aus den Religionen des Fernen Ostens.

b) In Wahrheit ist z.B. das Einüben einer kerzengeraden Körperhaltung eine rituelle Körperhaltung (►) Rituale, die in allen fernöstlichen Religionen, in der Magie, in der Hexerei und in der Esoterik eine überragende Rolle spielt.

c) In Wahrheit sind die meisten der oben genannten Praktiken (Eisenbahn spielen, Erbsen zählen ...) einfach nur Blödsinn, der eher zur Verblödung als zur Bildung der Kinder beiträgt!

4. Was soll ich davon halten?

a) Einige „Bewegungsübungen“ sind nicht ungefährlich. Sie können das körperliche, seelische und geistige Wohl beeinträchtigen, so z.B. die Fantasiereisen, Meditation und Yoga und viele andere Übungen, die aus der Magie oder aus den Religionen des Fernen Ostens kommen.

b) In Wahrheit sind viele der so genannten Bewegungsübungen raffiniert verpackte Hypnose-Techniken, nach einiger Übung führen sie in einen Zustand der Trance, so z.B. Entspannungs- und Atemübungen, Fantasiereisen, Meditationsübungen, Yogaübungen u.v.m. (vgl. hierzu die entsprechenden Informationsblätter).

c) In Wahrheit sind viele der so genannten Bewegungsübungen quasireligiösen und magischen Charakter (vgl. Ziffer 2).

d) Aus christlich-biblicher Sicht verstoßen viele der so genannten Bewegungsübungen gegen den christlichen Glauben und gegen das Wort Gottes. Nach einiger Übung können sie die Tür zum Reich und zu den Mächten der Finsternis öffnen, die Übenenden mit Mächten der Finsternis in Kontakt bringen. Sie können die Kinder in Medien und in mediale Persönlichkeiten verwandeln. Viele Übungen sind eine Art Einführung in die (Irr-)Lehren und Praktiken der Magie und der Religionen des Fernen Ostens

e) Unter Zwang und Gruppendruck sind viele „Bewegungsübungen“ rechts- und verfassungswidrig. Sie verstoßen gegen das Hypnoseverbot, und sie verstoßen gegen das Grundrecht auf Glaubens-, Gewissens- und Religionsfreiheit.

f) Unter Zwang und Gruppendruck sind viele „Bewegungsübungen“ eine moralisch verwerfliche und rechtswidrige Form religiöser Indoktrination und anti-christlicher Zwangsmissionierung.

g) Eine Fülle der oben genannten „Bewegungsübungen“ verstoßen gegen die Menschenwürde der Kinder. Sie machen die Kinder zum Affen oder Hampelmann. In vielen anderen Ländern und Kulturen würden diese Übungen nicht einmal im Kindergarten angeboten.

h) Die meisten „Bewegungsprogramme“ sind vollkommen unvernünftig. Sie zerstören jeden geordneten Unterricht, und sie machen die Schüler unruhig und nervös. In der Regel lenken sie vom kontinuierlichen und konzentrierten Lernen ab. Unkonzentriertheit und Unruhe kann man nicht mit

Bewegung bekämpfen, sondern nur mit einem beharrlichen Anhalten zum disziplinierten Arbeiten und mit einem geordneten Leben, das auch die Beziehung zu Gott umfasst.

5. Wie kann ich mich schützen?

Am Besten du machst gar nicht mit. Spiele z.B. Fußball oder Tischtennis, aber lass dich nicht zum Affen oder Hampelmann machen. Am Besten du treibst regelmäßig Sport, um dich fit und gesund zu halten. Dann hat die Schule keinen Grund, dich zu unsinnigen „Bewegungsübungen“ zu zwingen.

Innere Ruhe (und Konzentration) kann dir auch und vor allem der HERR geben, wenn du ihn im Gebet darum bittest. Dazu brauchst du keine magischen oder religiösen Praktiken aus dem Fernen Osten einzuüben.

Zur Vertiefung: Franzke, R.: New-Age-Pädagogik.

© Dr. Reinhard Franzke, 2005

INP: Fon/Fax 0049-(0)511- 211 00 40