

## **Wenn Bewegung Wissen schafft**

Der Workshop vom 13. Mai ist ein Auszug aus den folgenden Publikationen aus dem LCH Verlag:

«Wenn Bewegung Wissen schafft» 2017, inkl. PDF Elternabend

„Bewegen, zeichnen, schreiben“, Ersterscheinung 2011, 3. Auflage 2019

E-Book „zu den Sternen greifen“, 2012

E-Book „ Am Ball bleiben“, 2014 Grafomotorik- und Bewegungsspiele

Die Vertiefung der dargebotenen Gedanken und erfahrenen Experimenten entsteht durch die Lektüre und vor allen durch das Ausprobieren der Spielanregungen. Dabei ist die Beobachtung der Kinder wichtig. Sie zeigen uns, was sie brauchen.

Leseprobe aus „Wenn Bewegung Wissen schafft“

### **„Purzel - Baum**

*Ein Purzelbaum besteht aus den Urbewegungen Drehen, Rollen und Kreisen. Er ist Sinnbild für Wandlung und Fortschritt, für das Im - Fluss – sein. Drehen, Rollen und Kreisen sind in unserem Körper als InFORMationen gespeichert. Diese Bewegungen bedeuten Entwicklung und Entfaltung. Sie ermöglichen das Weiterkommen. Es gibt Säuglinge, die sich durch Rollen fortbewegen bis die nächste Entwicklungsstufe im Körper andere Möglichkeiten bietet. Der Bewegungsablauf des Purzelbaumes wird in der grafomotorischen Entwicklung als Schlaufe, Kreis oder Spirale aufs Blatt projiziert.*

*Rund um den Purzel-Baum herum gibt es verschiedene GeSCHICHTEN. Im etymologischen Wörterbuch wird der Begriff im 16. Jh. angesiedelt und bedeutet Kopfüberfallen. Purzelbaum heißt aber auch Sturz und Wiederaufbäumen. Das Wort Bäumen enthält das Wort „Baum“ und meint die Aufrichtung des Körpers.*

*Kinder machen ihre ersten Purzelbäume bereits als Embryo im Mutterleib. Zuerst noch schwebend mit viel Platz. In diesem Drehen und Wenden entsteht unsere Körperform. Für den Fötus wird es immer enger in der Gebärmutter. So wird der Körper vorbereitet, mit Widerstand umzugehen. Zu beobachten bei Kindern, die sich gerne unter Tücher oder zwischen Fixleintuch und Matratze zwängen. Später beim Schreiben erscheint das Drehen , Rollen und Kreisen symbolisch als Schlaufe.*

*Vor der Geburt beschäftigt die Eltern und Hebammen die Frage «Hat das Kind sich schon gedreht?» Säuglinge, die kopfüber geboren werden, beschreiben einen spiraligen Purzelbaum beim Erblicken der Welt. In Kärnten verwendet man heute noch das Wort „Purzeltag“ für den Geburtstag. Es ist also der Tag, an dem das Kind auf die Welt purzelt.*

*Der Purzelbaum ist eine der wichtigen Entwicklungs- und Lebensbewegungen. Lernen ist BeWEGung, das Verlassen des sicheren Ortes und Aufbruch in das unbekannt Neue. Es braucht Mut, für einen winzigen Augenblick loszulassen und den*

*WEG kopfüber über den Rücken abrollend zu wagen. Es braucht gleichzeitig erwartungsvolle Spannung und gelassenen Entspannung. Die Augen als übliches Kontroll- und Begleitorgan werden während des Rollens sozusagen kurz ausgeschaltet. Das geschieht beim Purzelbaum unbewusst, wenn keine Angst im Spiel ist. Das Vertrauen muss der taktilkinästhetischen Wahrnehmung, bzw. der Körperwahrnehmung überlassen werden. Die Sicherheit und Gewissheit nach der BeWEGung auf der anderen Seite heil anzukommen folgt auf den Erfolg. Das intensive Spüren des Körpers im Purzelbaum ermöglicht Zentrierung. Bei der Kunstform des Purzelbaums gehört die Aufrichtung zum Stehen, zum Baum mit dazu. Beugung und Streckung im Körper werden in einem Bewegungsablauf kombiniert.*

*Was soll das mit Handlungsplanung zu tun haben? Im Ablauf des Purzelbaumes geht es um die Erfahrung und Übung von Lebensprinzipien. Rollen und Stillstand, Kontrolle und Loslassen, Spannung und Entspannung, Aufbruch und Ankommen. Dazwischen ist immer die Überwindung und Änderung der Perspektive während des Falls und der Drehung.“*

**Dora Heimberg** Berner Oberland/Zürich  
Dozentin und Therapeutin für Psychomotorische Therapie  
Therapeutische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen der Regelschule  
und aus heilpädagogischen Institutionen  
Ausbildungs-, Kurs- und Vortragsarbeit mit Eltern, Lehrpersonen und Therapeuten

Anfragen für Kurse und Supervision über [www.doraheimberg.ch](http://www.doraheimberg.ch) oder [dora.heimberg@bluewin.ch](mailto:dora.heimberg@bluewin.ch)