

## Bewegtes Lernen / Bewegende Lehrmethoden

### Termin:

10. November 2022  
9 Uhr bis 13 Uhr

### Raum:

WS-A 301  
Anfahrtsskizze

### Referent:

Alexandra Ragaller und Dr. Marcus Wegener

### Veranstalter:

Zentrum zur Förderung der Hochschullehre  
Universität Siegen  
Weidenauer Straße 118, 57068 Siegen

### Zahl der Teilnehmer\*innen:

max. 12

### Akademische Lehreinheiten:

4 AE

### Modul und Themenfeld:

I Basis  
*Lehren und Lernen*

### Kostenbeitrag:

Für Lehrende der Universität Siegen fällt ein Materialkostenbeitrag in Höhe 10,-€ pro 8 AE an. Für Lehrende einer Mitgliedsuniversität des Netzwerks Hochschuldidaktik NRW fällt ein Betrag von 50 € je 8 AE an.

### Bemerkungen:

Bei diesem Angebot handelt es sich um eine Kooperationsveranstaltung mit dem Hochschulsport der Universität Siegen

### Anmeldung:

[hochschuldidaktik@hd.uni-siegen.de](mailto:hochschuldidaktik@hd.uni-siegen.de)

### Inhalt:

Lange Sitzzeiten auf Seiten der Studierenden führen zu abnehmender Konzentrations- und Leistungsfähigkeit. Lehrende haben mindestens drei Möglichkeiten die Sitzzeiten zu verringern:

1. Arbeitsaufträge an Studierende richten, die mit Bewegung verbunden sind
2. Bewegungspausen in der Lehrveranstaltung einrichten und
3. Gestaltung der Lernumgebung anzupassen.

In diesem Workshop soll es um diese Möglichkeiten gehen und wie sie in unterschiedlichen Veranstaltungs-Formaten (Seminar, Vorlesung, digitale Veranstaltung) umgesetzt werden können. Suchen Sie nach innovativen Lehrmethoden, mit denen die Studierenden in Ihren Veranstaltungen besser lernen können? Das Bewegte Lernen ist ein wissenschaftliches Konzept, mit dem sich die Leistungsfähigkeit der Lernenden signifikant steigern lässt. Die Leitidee der Universität Siegen lautet: Zukunft menschlich gestalten. Das betrifft in besonderem Maße die Lehre. Als Schlüsselkriterium guter Lehre gilt dabei die Orientierung an den Studierenden. Die Lehre soll vom Lernen ausgedacht und konzipiert werden.

Traditionell wird das Lernen mit einer ruhigen Sitzposition verbunden. Lange Sitzzeiten führen aber zu abnehmender Konzentrations- und Leistungsfähigkeit. Lehrende haben mindestens zwei Möglichkeiten, die Sitzzeiten der Studierenden beim Lernen zu verkürzen, um so die Leistungsfähigkeit zu optimieren:

Erstens können Lehrende darauf achten, dass ein Lernen mit Bewegung stattfindet. Dazu gehören zum Beispiel Bewegungspausen und eine bewegungsfreundliche Gestaltung der Lernumgebung. Hierbei hat die Bewegung eine lernbegleitende Funktion und kompensiert die Nachteile langer Sitzzeiten. Zweitens haben Lehrende die Möglichkeit, die Bewegung als zusätzliche Vermittlungsform zu nutzen. Die Bewegung wird also nicht nur als Ausgleich für die Sitzzeiten eingeplant, sondern dient unmittelbar dem Lernzuwachs der Studierenden. Bewegung hat hier eine lernerschließende Funktion.

In diesem Workshop soll es um Möglichkeiten gehen, wie dieses innovative Vermittlungskonzept in unterschiedlichen Veranstaltungsformaten (Seminar, Vorlesung, digitale Veranstaltung) umgesetzt werden kann. Wir werden uns die wissenschaftlichen Grundlagen anschauen, verschiedene Methoden ausprobieren und an konkreten Umsetzungsideen arbeiten.