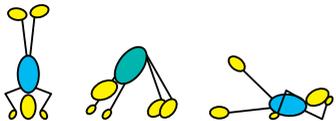


Bingo: Innere Widerstände und überzeugende Antworten²⁹

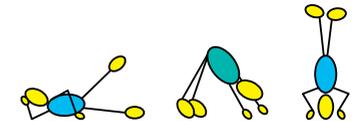
1 Für meine Studierenden passt das nicht.	2 In meiner Lehrveranstaltung ist keine Zeit für Bewegung.	3 In meinem Lehrraum ist kein Platz für Bewegung.
4 Die Bewegung lenkt von meiner Lehrveranstaltung ab.	5 Mein Fach ist sehr anspruchsvoll und benötigt volle Konzentration seitens meiner Studierenden.	6 Ich komme mir blöd vor, wenn ich meine Studierenden zum Bewegen animiere.
7 Ich habe Angst, dass die Studierenden bewegte Lehre nicht gut oder gar peinlich finden.	8 Jetzt muss ich auch noch um die Gesundheit meiner Studierenden kümmern. Das ist doch gar nicht meine Aufgabe.	9 Ich kann das nicht. Ich fühle mich nicht kompetent genug, um bewegte Lehre umzusetzen.

Überzeugende Antworten³⁰

1 Vielleicht haben Sie zunächst das Gefühl, dass es nicht passt. Unser aller Grundbedürfnis ist aber Bewegung, – und daher ist bewegte Lehre auch so wichtig.	2 Bewegtes Lernen bedeutet, dass wir beiläufig Bewegung in die Lehre integrieren, und dabei keine wertvolle Lernzeit verloren geht.	3 Gehen Sie den Methodenpool durch und überlegen Sie, welche Methoden in Ihrem Lehrraum dennoch umsetzbar sind. Wie wäre es mit der Methode <i>Podcast-Walk</i> ?
4 Das Gegenteil ist der Fall. Internationale Studien deuten vielmehr auf positive Effekte in Bezug auf die Konzentrationsfähigkeit und Lernleistung hin.	5 Gerade dann kann bewegte Lehre die Aufnahme- und Verarbeitungsfähigkeit fördern.	6 Zeigen Sie Ihren Studierenden, dass Sie selbst Lust auf die Methoden haben und integrieren Sie diese mit Begeisterung und Authentizität in Ihre Lehre.
7 Keine Angst, wenn Sie von der Methode überzeugt sind und diese authentisch umsetzen, werden Ihre Studierenden schnell davon begeistert sein.	8 Mit der Integration von Bewegung in Ihre Lehre können Sie jedoch Ihre Lehrqualität maßgeblich positiv beeinflussen.	9 Starten Sie mit ganz einfachen Methoden und bauen Sie sich keinen Druck auf.



²⁹ Eigene Darstellung in Anlehnung an Rupp 2022: 29f..



³⁰ Eigene Darstellung in Anlehnung an Rupp 2022: 29f..