

Einzelstunden

Die Einzelarbeit bedient sich leichter, präziser Berührung als Mittel der Kommunikation anstelle der Sprache und ermöglicht das Erspüren von Bewegungszusammenhängen und das effizientere Zusammenspiel der an einer Bewegung beteiligten Einzelkomponenten. Eine solche Unterrichtseinheit kann gezielt auf einzelne, vom Lernenden eingebrachte Aspekte ausgerichtet sein, oder ein umfassenderes Ziel verfolgen



In Funktionaler Integration, der Einzelarbeit, liegt der Schüler meist auf einem Tisch oder sitzt auf einem Stuhl und wird sehr achtsam vom Lehrer bewegt.

Der Lehrer führt die Bewegung durch seine Hände und lenkt dabei die Aufmerksamkeit des Schülers zu Bereichen, die bisher vielleicht unbeachtet blieben. Lehrer und Schüler forschen gemeinsam im wortlosen Dialog über die Bewegungen. Die Lektion dauert ca. 45 -60 min und es empfiehlt sich danach einen Spaziergang zu machen und/oder sich etwas Ruhe zu gönnen um die neuen Impulse im Nervensystem besser zu speichern.

Eine Schülerin sagte nach einer Stunde: "Es ist so schön, es ist ein Gefühl als ob meine Knochen lächeln."