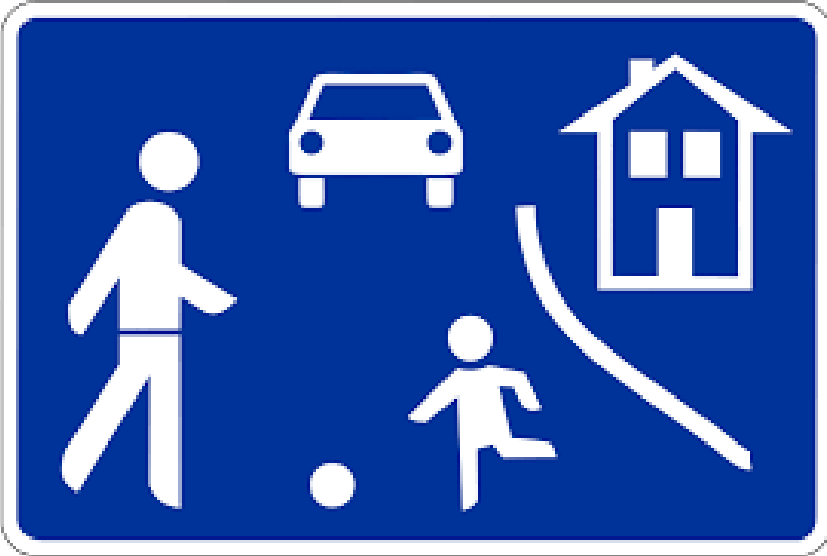




# Bewegung als Motor im lebenslangen Lernprozess...

... ein möglicher Wettbewerbsfaktor?



Prof. Dr. Klara Brixius

Abteilung Molekulare und Zelluläre Sportmedizin

Deutsche Sporthochschule Köln



Was bedeutet (motorisches) Lernen?

Verändert sich das (motorische) Lernen im Alter?

-> Konsequenzen/Perspektiven für Unternehmen



- Mentales Lernen  
(Aneignung von Wissen,  
geistigen Fähigkeiten  
und Fertigkeiten)
  
- Motorisches Lernen  
(motorisches Können)





Mentales Lernen



Motorisches Lernen

Bedingen und entwickeln sich gegenseitig

Wissenserwerb: be-greifen, be-tasten, be-handeln



## Lernen aus psychologischer Perspektive

**Prozess, der relativ stabile Veränderung** des Verhaltens, Denkens oder Fühlens

aufgrund von Erfahrung, neu gewonnenen Einsichten und des Verständnisses (**verarbeitete Wahrnehmung der Umwelt** oder Bewusstwerdung eigener Regungen) auffasst.

-> Voraussetzung von **Bildung**  
(d.h. reflektiertes Verhalten zu sich selber)



# Wahr-nehmen ... was ist das?

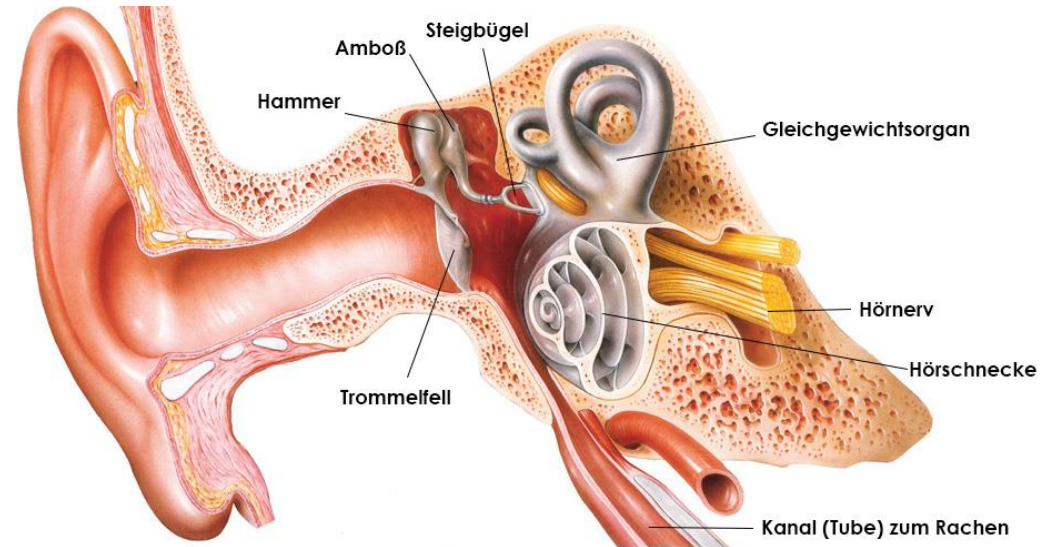


## Wahr-nehmen ... was ist das?





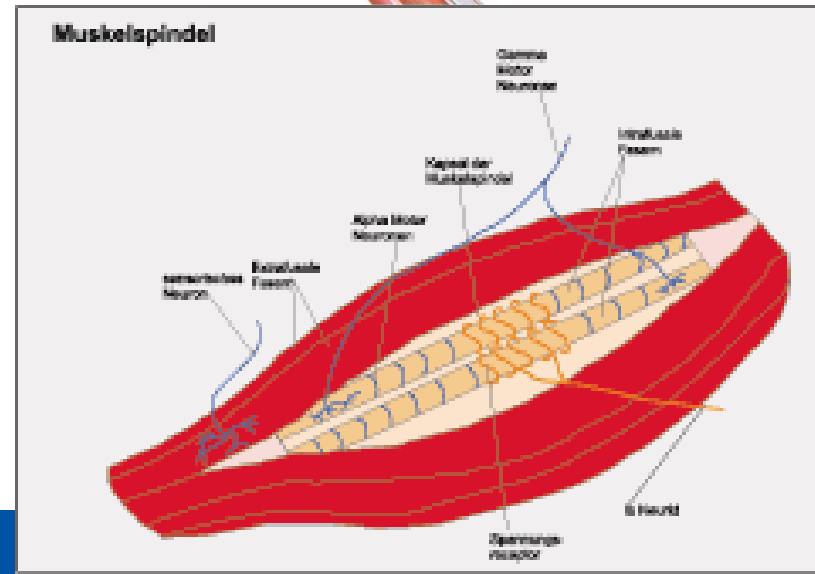
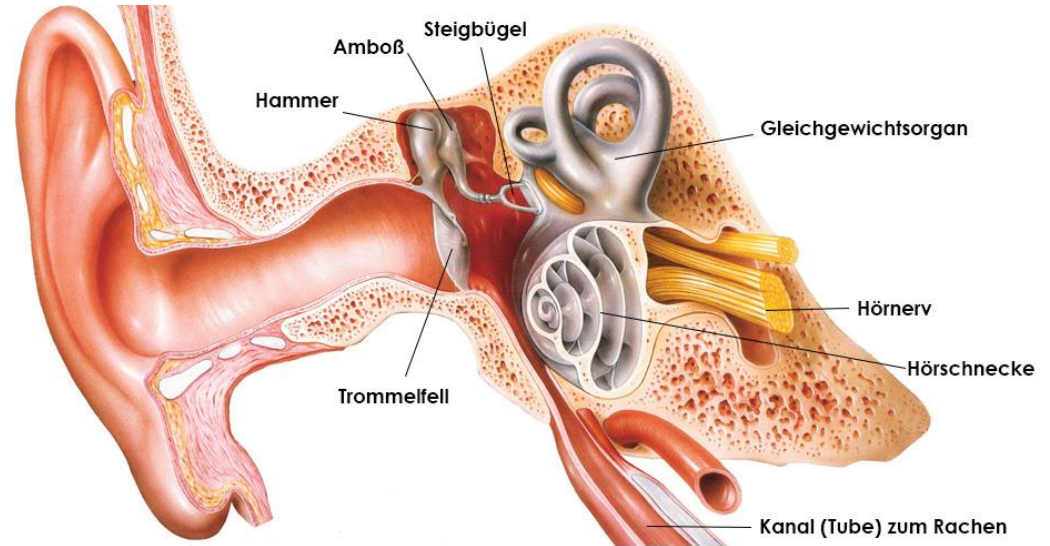
# Wahr-nehmen ... was ist das?







# Wahr-nehmen ... was ist das?





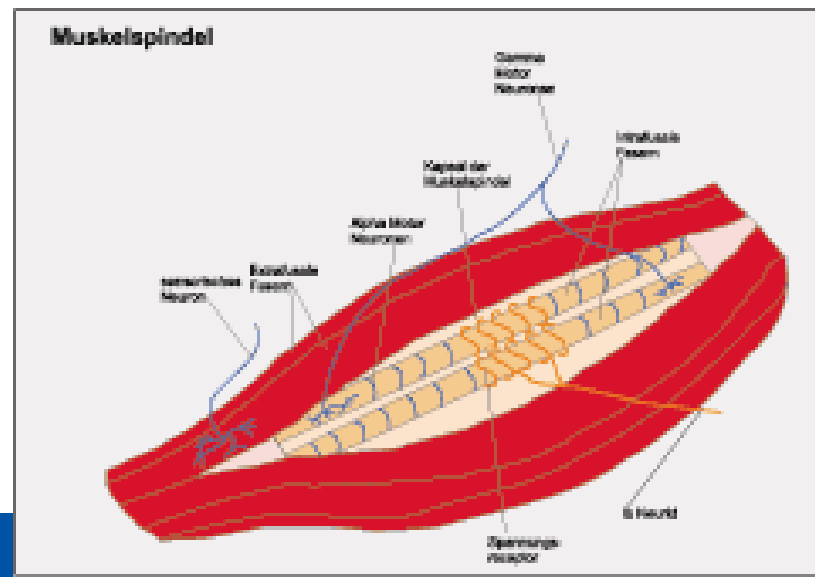
Gleichgewichtthalten (Balance),  
räumliche und zeitliche Koordination  
des Körpers als zentrale Faktoren im motorischen Lernen







# Wahrnehmung – was verändert sich im Alter?





## Konsequenzen/Perspektiven für Unternehmen?





## Sozialgesetzbuch (SGB V) Fünftes Buch Gesetzliche Krankenversicherung

Stand: Zuletzt geändert durch Art. 4 G v. 17.8.2017 I 3214

### **§ 20 SGB V Primäre Prävention und Gesundheitsförderung**

(4) Leistungen nach Absatz 1 werden erbracht als

1.

Leistungen zur verhaltensbezogenen Prävention nach Absatz 5,

2.

**Leistungen zur Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten für in der gesetzlichen Krankenversicherung Versicherte nach § 20a und**

3.

**Leistungen zur Gesundheitsförderung in Betrieben (betriebliche Gesundheitsförderung) nach § 20b.**



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!