

**Lernförderndes Umfeld** *n*

Vgl. ► Umfeld, lernförderndes.

**Lernprogramm** *n*; *engl.*: Learning programme

**Kontext:** Pädagogik

Strukturierte Vorgehensweise zum Erwerb intellektueller, sozialer und motorischer Fertigkeiten, die systematisch zu einer erwünschten Funktion hinführen.

**Lernprozess** *m*; *engl.*: Learning process

**Kontext:** Feldenkrais

Der Verlauf des Lernweges in der ► Feldenkrais-Methode. Feldenkrais-Lehrer und -Schüler machen sich gemeinsam auf den Weg, um nach Erweiterung von Spielräumen des Handelns und Wahrnehmens zu suchen. Der L. ist auf Körperwahrnehmung aufgebaut. Der Weg, wie der Schüler zum Ziel gelangt, bleibt offen (vgl. ► Lernen, organisches.)

**Leukozyt** *m*; *Etym.*: griech. *leukos* „weiß, hell“ u. *kytos* „Zelle“; *engl.*: Leucocyte

**Kontext:** Physiologie

L. sind Zellen, die in der Lage sind, bei Immunreaktionen Fremdkörper, aber auch Zellreste anzugreifen und zu phagozytieren; zu unterteilen in Granulozyten und Agranulozyten (vgl. ► Phagozytose).

**LFG-Komplex** *m*; *engl.*: LFG-complex

**Kontext:** Anatomie

Morphologische und funktionelle Verzahnung des M. levator ani, des Fettkörpers der Fossa ischioanalis und des M. gluteus maximus (LFG-Komplex). Der Synergismus sorgt für die funktionelle Integrität des hinteren Anteils des Beckenausgangs (hinteres Kompartiment).

**Lhermitte-Zeichen** *n*; *Etym.*: Jacques Jean Lhermitte, franz. Neurologe u. Neuropsychiater (1877–1959); *engl.*: Lhermitte's sign

**Kontext:** Neurologie, Diagnostik

Durch Flexion der Halswirbelsäule ausgelöster elektrisierender, die Wirbelsäule entlanglaufender Schmerz; kann bis in die Extremitäten ausstrahlen (Test positiv); Symptom für eine Reizung der Rückenmarkshäute. Es tritt häufig bei Patienten mit Multipler Sklerose auf. Physiotherapeutisch liegt es nahe, dieses Symptom im Zusammenhang mit der von Butler und Elvey beschriebenen Neurotonation zu sehen und ggf. in diesem Sinne zu behandeln.

**Libelle** *f*; *Etym.*: lat. *libella* „kleine Waage“, Verkleinerungsform zu *libra* „Waage“; *engl.*: Dragonfly

**Kontext:** Bewegungslernlehre

Die L. ist eine therapeutische Übung auf dem ► Kreisel. Dieser steht auf einem harten Boden.

Der Trainierende steht im ► Zweibeinstand auf einer gedachten Querachse des Kreisels. Zur Variation der ► Gleichgewichtsreaktionen kann der Patient in ► Schmalspur bzw. in ► Breitspur stehen. Die Füße stehen im gleichen Abstand zum Kreiselzentrum. Die Fußspitzen schauen nach vorn und wenig nach außen. Die Kniescheiben schauen ebenfalls nach vorn. Die Wirbelsäule ist aufgerichtet. Die ► Körperlängsachse steht vertikal im Raum, der Blick ist nach vorn gerichtet. Die Arme werden auf Schulterhöhe nach rechts und links horizontal ausgestreckt. Die rechte Handfläche schaut nach oben, die linke Handfläche schaut nach unten. Der Kopf ist hin zur nach oben schauenden Handfläche gedreht. Nun führen beide Arme gleichzeitig eine entgegengesetzte Rotation aus, sodass nun die rechte Handfläche nach unten schaut und die linke Handfläche nach oben. Der Kopf dreht jeweils zur Seite der nach oben schauenden Hand, wobei der Scheitelpunkt in Verlängerung der Körperlängsachse nach oben strebt. Der Kreisel balanciert um alle horizontalen Achsen. Um die Aufrechterhaltung der Körperlängsachse und die horizontale Einstellung des Kreisels zu bewahren, finden permanent Gleichgewichtsreaktionen statt. Die Fuß- und Beinmuskulatur, aber auch die Becken- und Wirbelsäulenmuskulatur haben die Aufgabe, die Gelenke während des gesamten Bewegungsablaufs der Schultergelenk- und Kopffrotation zu stabilisieren und

L



**Libelle.**