

Schule	Friedrich-Schiller-Realschule
Ansprechpartner	Martin Metzger
Kontakt	schulleitung@04120133.schule.bwl.de
Titel	Bewegung mit Köpfchen
Altersstufe	Klasse 5 – 10
Fachlicher Schwerpunkt	Förderung der Selbstregulation und der exekutiven Funktionen
Kurzbeschreibung	<p>Im Unterricht oder in der AG werden in spielerischer Form Arbeitsgedächtnis trainiert, Emotionen gesteuert und die geistige Flexibilität gefördert.</p> <p>z.B. verwirrter Schutzmann Den Kindern werden verschiedene Richtungen angezeigt: Rechts – links – oben – unten. Rechts= nach rechts bewegen Links = nach links bewegen Oben = nach oben strecken oder hüpfen Unten = in die Hocke gehen</p> <p>Variante 1: Richtungen werden durch Namen ersetzt. Variante 2: Gegensätzliche Bewegung, wenn die Richtung gesagt wird</p>
Geschulte Kompetenzen, Inhalte	<p>Förderung der exekutiven Funktionen:</p> <p>Arbeitsgedächtnis (Fähigkeit, Informationen bereit zu halten und mit ihnen zu arbeiten)</p> <p>Inhibition (Fähigkeit sein Verhalten zu steuern)</p> <p>Geistige Flexibilität (Fähigkeit verschiedene Perspektiven einzunehmen)</p>
Materialbedarf	<p>Seile Bohnsäckchen Karten (grün,rot,gelb,blau) Bierdeckel Jongliertücher</p>

Kosten	z.B. Seile in der Schule vorhanden. Bohnensäckchen 32 Stk. + Tasche ca. 100.-€ Jongliertücher z.B. übers Internet
Was ist zu beachten?	Als AG max. 45 Minuten. Im Unterricht ca. 10 Minuten.

