

## Förderung exekutiver Funktionen im Schulsport Beratungskonzept

Prof. Dr. Nils Neuber, Dr. Karin Eckenbach, Kathrin Aschebrock

### Modul III (13.03.2017)

#### Postersession – Ergebnisse der abschließenden Diskussion

- Es gibt keine altersbezogenen Motivationsunterschiede bei den Kindern. Der Spaßfaktor ist immer dabei.
- Die Integration von exekutiven Funktionen ist abhängig von der Sportart. Ballsportarten sind besonders geeignet, Leichtathletik eher weniger.
- Die Erprobung des Ansatzes sollte über einen längeren Zeitraum verlaufen → Idealerweise sollten die Auswirkungen auf die kognitiven Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler getestet werden.
- Empfehlung, keine durchgängige kognitive Förderung (in jeder Stunde als Unterrichtsvorhaben) umzusetzen, stattdessen immer mal wieder exekutive Funktionen einbringen.
- Ein Wechsel von Anforderungen kann für eine reale Abwechslung mit vergleichbaren Alltagssituationen sorgen.
- Es gelingt den Schülerinnen und Schülern, Verbindungen herzustellen und Erfolge zu sehen.

## Gruppenarbeit

### Gruppe 1

#### **Integration lernförderlicher Bewegungsaktivitäten in den Unterricht verschiedener Fächer**

##### Aufgabe (45 Min)

Denkt euch ein **lernförderliches Bewegungskonzept** für den Klassenraum aus und skizziert ein konkretes Beispiel in Bezug auf ein Fach oder mehrere Fächer eurer Wahl. Hierbei könnt ihr an ggf. bereits bestehende Angebote eurer Schule(n) anknüpfen.

Wie kann die fachliche Einbettung gelingen? Welche **Probleme und Herausforderungen** können auftreten und wie kann man diesen begegnen?

### Arbeitsergebnis Gruppe 1.1

- Balanceübungen und Konzentrationsaufgaben in Aktivierungspausen integrieren.
- Vokabeln lernen durch Stuhltanz oder Liedertanz.
- Fachspezifische Laufdiktate erfinden.
- Vokabeln lernen durch Körperklopfen.
- Zahlenklatschen als kognitive Abwechslung in verschiedenen Fächern.
- „Simon says“ als Aktivierungsspiel.
- Probleme, die auftreten können: zu große Klassen und zu kleine Räume.

### Arbeitsergebnis Gruppe 1.2

- Activity-Boxen erstellen und Bewegungswächter in der Klasse benennen.
- Durch ein 4-Ecken-Konzept Lerninhalte wie Vokabeln sichern.
- Durch Auf- bzw. Abstufungen können Niveauunterschiede festgestellt werden.

### Arbeitsergebnis Gruppe 1.3

- Der Sportunterricht sollte nicht an Randstunden, sondern vor Hauptfächern liegen.
- Durch eine tägliche Sportstunde kann Leistung gesteigert werden.
- TABATA als Bewegungspause einführen, bei der eine Rhythmusübung 4 Minuten durchgeführt wird. Hierbei gilt 20 Sekunden Belastung und 10 Sekunden Pause.
- Mit Musik arbeiten oder Choreografien einstudieren.
- Durch Rollenspiele das Switchen von Anforderungen trainieren.
- Laufdiktate als Lernzielkontrolle nutzen.
- Den Schülern Beobachtungsaufträge stellen.

## Arbeitsergebnis Gruppe 1.4

- Klassisches Stationenlernen inklusive Bewegungsstation.
- Laufdiktat machen, um den Arbeitsspeicher hochzuhalten.
- Im Deutsch- oder Englischunterricht den Schülern Satzbauteile zuordnen, die sie dann eigenständig sortieren müssen.

## Gemeinsame Diskussion (Gruppe 1)

- Bei Sprachen sind exekutive Funktionen leichter anzuwenden.
- Man sollte kognitiv anspruchsvolle Bewegungspausen punktuell einsetzen, anstatt Reihen darauf anzulegen.
- Die Integration sollte nicht in jeder Stunde erfolgen.
- Je mehr Lehrer mitmachen, desto größer sollte die Akzeptanz sein.
  - o Könnte das Konzept dann zu überlaufen sein?
  - o Sollte man Bewegungspausen schülergelenkt einsetzen?
- Man sollte den Fokus auf Lehrer legen, die auch dahinterstehen, damit es einen Effekt hat.
- Die Schule sollte ein Konzept zur Bewegung erstellen.
  - o Alle sollten Bescheid wissen, damit es sich nicht verläuft.
  - o Es ist allerdings schwierig jedem etwas an die Hand zu geben.
- Für die Integration in den Sportunterricht sind alle sehr positiv gestimmt.
- Die Implementation in den Nebenfächern wird kritisch betrachtet und ist noch nicht genug vorbereitet.
- Widersprechen Bewegungspausen und exekutive Funktionen einander?
  - o Wie und wann ist eine bestmögliche Kombination möglich?
  - o Es ist zu hinterfragen, inwiefern in einer „Pause“ trotzdem kognitiv gearbeitet werden sollte. Kognitiv anders zu arbeiten, kann auch eine Entlastung zur Folge haben.
- Ohne Materialien ist die Implementation nicht möglich.
  - o Hierfür ist eine große Aufbereitung nötig.
  - o Arbeitsgruppen können bei der Erstellung hilfreich sein.
- Man sollte Bewegungspausen unabhängig vom Fachunterricht machen.

## Gruppe 2

### Integration lernförderlicher Bewegungsaktivitäten in den außerunterrichtlichen Schulsport

#### Aufgabe (45 Min)

Denkt euch ein **lernförderliches Bewegungskonzept** aus, das außerhalb des Unterrichts durchgeführt werden kann. Skizziert ein konkretes Beispiel für einen ausgewählten Bereich (z. B. AG, Pause, Ganztagsangebot). Hierbei könnt ihr an ggf. bereits bestehende Angebote eurer Schule(n) anknüpfen.

Welche **Probleme oder Herausforderungen** können auftreten und wie kann man diesen begegnen?

### Arbeitsergebnis Gruppe 2

- Integration einer „Bunten Fußball-Liga“, bei der jede große Pause gespielt wird.
- Die Klassen stellen Teams und treten in den Jahrgängen 5-7 bzw. 8-10 in 8-minütigen Spielen gegeneinander an.
- Der Spielplan und die Ergebnisse sind auf der Homepage online zugänglich.
- Nach Turnierende gibt es eine offizielle Siegerehrung.
  - o Hierbei steht Bewegung als Mittel im Vordergrund.
  - o Bisher sind keine exekutiven Funktionen inkludiert.

#### Ideen zur Integration von exekutiven Funktionen

- Es gibt zwei Bälle, wobei ein Ball nur mit dem linken Fuß und der andere nur mit dem rechten Fuß gespielt werden darf.
- Durch eine Lotterie erfahren die Klassen erst am selben Tag, ob sie spielen oder nicht.

### Diskussion:

- Können Schulsportlehrer derartige Bewegungspausen lenken?
- Die Schüler wollen irgendwann nicht mehr angeleitet werden, sondern ohne Vorgaben spielen.
- Der Zusatzarbeit stehen Bezahlung vs. Freiwilligkeit gegenüber.
- Eine bewegte Pause ist nicht immer gleich eine Pause. Die Kinder sollten auch ohne Konzepte spielen können.
- Kleine Spiele können mit Zusatzaufgaben versehen werden.
- Um den Kindern Freiräume zu lassen, sollten solche Angebote eher in AGs als in Pausen durchgeführt werden.