

Herzlich Willkommen zum Workshop 4

„Bewegte Schule – Wie Jungen und Mädchen in Bewegung lernen“

Fachtag:

JUNGS UND SCHULE - SO KANN ES GEHEN

Schwäbisch Hall, 22.4.2015

Referentin: Bärbel Härdt

Lehrerin am Edith-Stein-Gymnasium, Bretten,

Fortbildnerin zur Prävention,

Schwerpunkt Lions-Quest

Was brauchen Jungen um
glücklich zu sein?

Jungen sind anders

Jungen

- 30 % mehr Muskelmasse als Mädchen
- mehr rote Blutkörperchen
- mehr Testosteron

→ brauchen mehr Bewegung

Testosteron

- Produktion in Hoden (+Nebennierenrinde)
- männlicher Phänotyp
 - Wachstum (+), Muskelmasse (+),
Knorpel - und Knochenbildung (+),
Körperbehaarung (+), Bart (+),
Kopfhaar (-)

Testosteron

Verhalten allgemein

- Energieschub, Ausdauer (+)
- emotionale Regulation (-)
- soziale Sensibilität (-)
- Belohnungsmotivation (+)
- sexuelle Aktivität (+)
- das männliche Geschlecht präsentiert sich
- Egoismus, Sensitivität für Status

Pubertät

Jungen

sind: wild, ungestüm, fahrig

zeigen: Imponiergehabe, Kampfverhalten

Mädchen

Was können Mädchen besser?

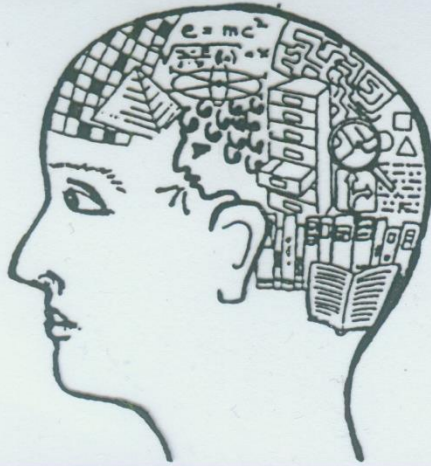
Sprachliche Kompetenz

Stressfolgen

- Unzufriedenheit
- Konzentrationsschwächen
- Neigung zu Aggressionen, Entgleisungen
- Schlechtes Gedächtnis
- Denkblockaden
- Muskelverspannungen
- Krankheiten (z.B. auch Stress durch Mobbing)

Unter Stress ist eine Hälfte
unseres Großhirns praktisch
„abgeschaltet“ .

Verteilung der Funktionen auf die beiden Großhirnhemisphären:



Funktionen der linken Hemisphäre

digitales Denken ○

Regeln, Gesetze ←

Analyse

logisches Denken

Details

Lesen, Sprache (außer Gefühlskomponenten)

Wissenschaft ←

Zeitplanung ○



Funktionen der rechten Hemisphäre

analoges Denken ○

bildhafte Vorstellungen ←

Synthese (z.B. deduktives Schließen)

Emotionen (auch Gefühlskomponenten der Sprache), Intuition, Humor ←

ganzheitliche Erfahrungen

Körpersprache

Rhythmus, Tanz, Kunst ←

Raumgefühl

Menschen haben Bedürfnisse !

Nach Marshall Rosenberg: Gewaltfreie Kommunikation

- Gesundheit und Sicherheit
- Autonomie
- Sinnhaftigkeit
- Liebe
- das Leben des Anderen bereichern
- Spiel und Entspannung

Menschen haben Bedürfnisse !

Nach Eric Berne: Transaktionsanalyse

- Stimulierung
- Struktur
- Anerkennung, Zuwendung

Struktur u.a. durch Methoden des
Neurolinguistischen Programmierens (NLP)

Bewegte Schule

- Bewegung als Ventil
- Sprachliche Kompetenz wird trainiert
- Möglichkeit der Präsentation
- Lernförderung

Lernförderung durch die bewegte Schule

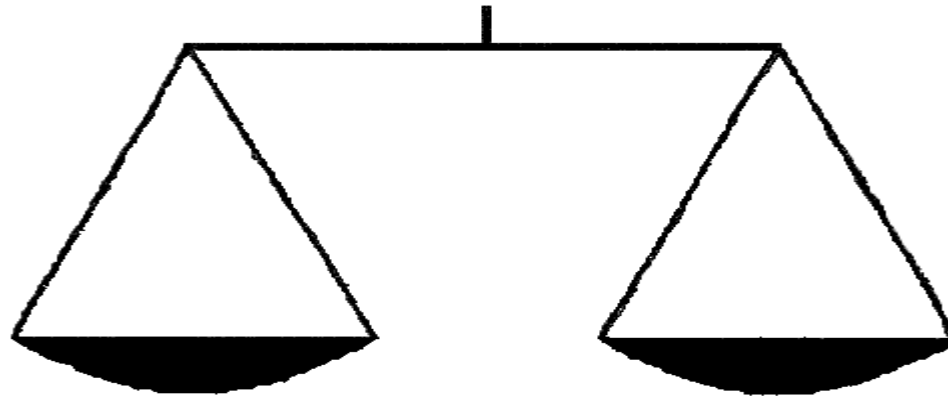
vor allem durch

- Kreislaufaktivierung →
Gehirndurchblutung (+)
- Stressreduktion und Entspannung →
Konzentration (+),
Denkprozesse (+)
- Körperliche Aktivität → Stimmungsaufhellung

Störungen?

- Verhalten wird verstärkt, wenn es beachtet wird
- das Verhalten eines Anderen ist nicht die Ursache für mein Gefühl, meine Reaktion.
Ich reagiere entsprechend meiner Einschätzung!

Balance gewinnen



Bedürfnisse

Alltag

„Wer an das Gute im Menschen
glaubt,
bewirkt das Gute“

Jean Paul (Dt. Schriftsteller, 1763-1825, - „Hesperus oder
45 Hundposttage“, „Titan“, „Flegeljahre“)

Herzlichen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit