

EXEKUTIVE FUNKTIONEN – SELBSTREGULATION UND SCHULBEREITSCHAFT



Was exekutive Funktionen sind und wie sie gefördert werden können, finden Sie anschaulich erklärt im Artikel von Sabine Stuber-Bartmann. Sie stellt Ihnen zudem drei Beispiele vor, die Sie sofort mit Ihren Klassen ausprobieren können.

Damit das Lernen gelingen kann: exekutive Funktionen – Selbstregulation und Schulbereitschaft/Schulleistung

Damit Kinder in der Primarstufe erfolgreich lernen können, müssen sie einige Herausforderungen meistern: Sie müssen sich bspw. Anweisungen merken, sich melden und warten, wenn sie etwas sagen wollen, begonnene Aufgaben erst fertig stellen, daraufhin etwas Neues anfangen oder sich beim Kopfrechnen die Aufgabe merken, ohne sich vom Nachbarn ablenken zu lassen. Sie müssen also ihr Verhalten, ihre Emotionen und Gedanken gut regulieren können.

Die Selbstregulation hat sich als wichtiges Merkmal zur Vorhersage späterer Schulleistungen herausgestellt (Haselhorn/Roebbers 2018). Die kognitive Selbstregulation gelingt mithilfe der sog. Exekutiven Funktionen.

Was sind sogenannte exekutive Funktionen?

Der Begriff exekutive Funktionen stammt ursprünglich aus dem Englischen und bezeichnet die Steuerungs- und Kontrollfunktionen des Frontalhirns. Diese Funktionen ermöglichen uns, unser Verhalten, unsere Gedanken und unserer Gefühle zielgerichtet zu steuern (Stuber-Bartmann 2017).

Zu den zentralen exekutiven Funktionen zählen das Arbeitsgedächtnis, die Inhibition und die kognitive Flexibilität.

Das Arbeitsgedächtnis

Das Arbeitsgedächtnis spielt beim Lernen eine wichtige Rolle. Es ermöglicht Informationen kurzfristig zu speichern und mit ihnen zu arbeiten. Dabei ist die Kapazität des Arbeitsgedächtnisses relativ gering. Daher wird es auch als der ‚Flaschenhals‘ ins Gehirn bezeichnet.

Beim Lernen wird das Arbeitsgedächtnis u.a. für kognitive Leistungen, wie dem Kopfrechnen benötigt, oder bei Erinnerungsleistungen, wenn Kinder mehrere Materialien für die nächste Unterrichtssequenz holen sollen.

Die Inhibition

Inhibition bezeichnet die Fähigkeit zur Impulskontrolle und bedeutet im Wortsinne hemmen oder zurückhalten. Wir benötigen diese Fähigkeit immer dann, wenn wir kurz innehalten, Störreize ausblenden, eine geplante Handlung stoppen oder erst gar nicht anfangen. In der Schule ist die Inhibition ständig gefordert: sich melden und warten bis man drankommt, leise und langsam über den Flur gehen,

in der Pause warten bis die Schaukel frei ist, sich im Sportunterricht anstellen und nicht drängeln, im Stuhlkreis sitzen bleiben oder nicht rumkaspern. Für die Konzentration und Aufmerksamkeitssteuerung ist die Inhibition ebenfalls wichtig, denn sie ermöglicht sich auf eine Arbeit zu fokussieren und mögliche Störreize auszublenden.

Auch die Emotionskontrolle gehört zur Inhibition, d.h. aushalten zu können, dass man u.U. nicht aufgerufen wird, auch wenn man sich meldet, oder nicht mit der besten Freundin in die gleiche Mannschaft gewählt zu werden.

Die kognitive Flexibilität

Die kognitive Flexibilität benötigt man immer dann, wenn man sich schnell auf eine neue Situation einstellen oder verschiedene Strategien zur Lösung einer Aufgabe anwenden muss. Sie ermöglicht uns, den Fokus der Aufmerksamkeit gezielt zu wechseln oder die Perspektive eines anderen einzunehmen. Sie ist dadurch auch für soziales und empathisches Verhalten eine wichtige Voraussetzung.

In der Schule benötigen Schülerinnen und Schüler kognitive Flexibilität beim Anwenden verschiedener Rechtschreibstrategien oder auch Rechenstrategien z. B. bei Textaufgaben, beim Wechsel der Unterrichtsinhalte oder der Unterrichtsorganisation, aber auch bei der Lösung von Konflikten oder bei der Suche von Lösungsmöglichkeiten beim Klassenrat.

Wie können die exekutiven Funktionen gefördert werden?

Die gute Nachricht ist, exekutive Funktionen können trainiert werden. Die Entwicklung beginnt im frühen Kindesalter und erstreckt sich über die gesamte Kindheit bis ins Erwachsenenalter.

Die exekutiven Funktionen werden dem Stirnhirn (genauer gesagt dem präfrontalen Kortex) zugeordnet. Dieser Bereich entwickelt sich nicht nur langsam, sondern lernt auch vergleichsweise langsam. Daher brauchen Kinder und Jugendliche für die Ausbildung ihrer Selbstregulationsfähigkeit viel Zeit und Übung (Kubesch et al. 2017). Es gilt also hier der Grundsatz ‚Übung macht den Meister‘.

Wir als Lehrkräfte spielen dabei eine wichtige Rolle. Damit Kinder ihre Fähigkeiten entwickeln können, benötigen sie wertschätzende Rückmeldung über ihr Tun, Möglichkeit ihre Erfahrungen zu reflektieren und Hilfe bei der Planung (Stuber-Bartmann 2017).

Hinweise zur Förderung

1. Mit Spaß und Freude üben!

Kinder lernen besonders gerne und effektiv, wenn sie Freude bei ihrem Tun haben. Gerade über Bewegungsangebot und in Spielsituationen können Situationen geschaffen werden, die Kinder mit viel Freude und eigenmotiviert bewältigen. Durch Erfolgserlebnisse steigern Kinder ihr Selbstvertrauen und stellen sich neuen Aufgaben, die wiederum „Lerngelegenheiten“ bieten (Hille/Walk 2019)

2. Einfach beginnen und das richtige Maß an Herausforderung finden

Gerade bei jüngeren Kindern ist es wichtig, einfach zu beginnen und erst, wenn die Übung/das Spiel geschafft wird, langsam und kleinschrittig zu steigern. Zudem kann es sinnvoll sein, erst Variationen einzubauen, bevor die Schwierigkeit oder Anzahl der zu merkenden Items gesteigert wird (Stuber-Bartmann 2017). Das richtige Maß an Herausforderung ist gefunden, wenn die Kinder gefordert, aber nicht überfordert sind.

3. Übung macht den Meister – die Wiederholung macht's!

Da sich die Stirnhirnfunktionen sehr langsam entwickeln, benötigen sie häufige und regelmäßige Wiederholungen in vielen unterschiedlichen Kontexten. Also am besten täglich üben, gerne auch ritualisiert.

4. Reflexionsphasen einbauen und den Erfolg bewusst machen

Kurze Reflexionsphasen am Ende des Spiels und vor einem neuen Durchgang helfen Kindern ihre Fähigkeiten bewusst einzusetzen. Brunsting nennt diese Fragen auch „entwicklungsfördernde Fragen“, da Kinder angeregt werden Strategien zur Selbstregulation zu finden und zu reflektieren.

Literatur:

- Hasselhorn, M. (2017): *Arbeitsgedächtnis und Sprachentwicklungsstörung: Bestandsaufnahme und Möglichkeiten der Diagnostik. In: Sprachförderung und Sprachtherapie 3/2017.*
- Kubesch, S./Hansen, S. (2017): *Sport im Fokus. Exekutive Funktionen trainieren – Leistung optimieren – mentale Stärke ausbilden. Verlag Bildungplus Heidelberg.*
- Lauth, G./Grünke, M./Brunstein, J. (2014): *Vermittlung von Lernstrategien und selbstreguliertem Lernen. In: Lauth, G./Grünke, M./Brunstein, J. (Hg.): Interventionen bei Lernstörungen. Förderung, Training und Therapie in der Praxis. Hogrefe Göttingen.*
- Platz, F./Kubesch, S./Stuber-Bartmann, S. (2017): *Selbstregulation und exekutive Funktionen trainieren. In: Stiftung Sport in der Schule und AOK Baden-Württemberg (Hg.): Seelisches Wohlbefinden. Lehr- und Lernmaterialien zur psychischen Gesundheit von Schülerinnen und Schülern in der Sekundarstufe 1. S.105-137.*
- Stuber-Bartmann, S. (2018): *Besser lernen. Ein Praxisbuch zur Förderung von Selbstregulation und exekutiven Funktionen in der Grundschule. Reinhardt, München.*

Nützliche Links:

www.fit-lernen-leben.ssids.de

Die nachfolgenden Spiele wurden bereits im Fördermagazin Grundschule 3/2020 veröffentlicht:



Die Roboter sind los

Die Kinder finden sich paarweise zusammen. Das „Roboterkind“ wird vom Partner per „Knopfdruck“ gelenkt. Die Aufgabe besteht darin, seinen Roboter sicher durch das Klassenzimmer, über den Schulhof, durch die Turnhalle zu bewegen.

Schwierigkeitsstufe 1:

- Tippen an den unteren Rücken = Start
- Hand auf den Kopf legen = Stopp
- Klopfen auf linke Schulter = ¼ Drehung nach links
- Klopfen auf rechte Schulter = ¼ Drehung nach rechts

Schwierigkeitsstufe 2:

Die Steuerung des Roboters ist defekt. Alle Signale bewirken nun das Gegenteil, d.h.

- Tippen an den unteren Rücken = Stopp
- Hand auf den Kopf legen = Start
- Klopfen auf linke Schulter = ¼ Drehung nach recht
- Klopfen auf rechte Schulter = ¼ Drehung nach links

Schwierigkeitsstufe 3:

Die Kinder handeln nun selbst Start-, Stopp- und Lenkungs-signale aus. Diese müssen nicht unbedingt etwas mit der Richtung zu tun haben. So sind auch Signale wie Arm berühren = ¼ Drehung nach rechts, Hand auf den Kopf legen = ¼ Drehung nach links möglich ...

Geforderte exekutive Funktionen:

Bereits das Grundspiel fordert exekutive Funktionen. So müssen die Anweisungen im Arbeitsgedächtnis aufrecht gehalten werden und eigene Impulse und Bewegungswünsche gehemmt werden. Trifft man auf andere Roboterpaare muss u. U. blitzschnell flexibel gehandelt werden.

Hütchenlauf – wir trainieren das Arbeitsgedächtnis und die Inhibition

Eine typische Übung zum Training (aber auch zur Überprüfung) des Arbeitsgedächtnisses ist das Merken und Nachsprechen von Zahlenreihen. Eine bewegte Variante, die Kindern viel Spaß macht, wird nachfolgend vorgestellt:



Hütchen werden mit Zahlen von 0 bis 9 beschriftet und auf dem Schulhof, der Turnhalle oder dem Flur verteilt so aufgestellt, dass die Zahl von den Kindern aus gut zu sehen ist. Sie stellen sich in einer Reihe hintereinander an.

Schwierigkeitsstufe 1:

Die Lehrkraft nennt eine Zahlenreihe, z. B. 4–3–1. Der erste Schüler läuft die Hütchen in der genannten Reihenfolge an, tippt diese an und stellt sich anschließend wieder in der Reihe hinten an. Die restlichen Kinder beobachten und kontrollieren, ob die genannte Reihenfolge eingehalten wird.

Sofern die Kinder dazu in der Lage sind, können sie diese Übung auch in Partnerarbeit durchführen. Dies bedeutet: ein Kind nennt die Zahlenreihe, das andere läuft. Bei der nächsten Runde wird getauscht.

Schwierigkeitsstufe 2:

Die Anzahl der Items wird langsam erhöht. z. B. 9–4–3–6

Schwierigkeitsstufe 3:

Die Zahlen werden in umgekehrter Reihenfolge angetippt.
Bsp.: 7–2–3 → 3–2–7

Schwierigkeitsstufe 4:

Zahlenreihe wird genannt, aber der Nachfolger (oder Vorgänger) jeder Zahl wird angetippt. Bsp. 5–8–2 → 6–9–3 wird angetippt

Geforderte exekutive Funktionen:

Beim Merken der Zahlenreihen ist das Arbeitsgedächtnis stark gefordert. Daher ist es wichtig, zunächst mit einer kurzen Zahlenreihe zu beginnen (ca. zwei Items) und die Anzahl der Zahlen langsam zu steigern.

Für Kinder mit ADHS oder sehr impulsivem Arbeitsstil ist es oft eine Herausforderung zu warten, bis alle Zahlen genannt sind.

Nachts im Museum

Ein Kind wird zum Nachtwächter des Museums bestimmt und vor die Tür geschickt.

Die Kinder nehmen nun eine Position nach Wahl ein (wie eine Statue im Museum). Wichtig ist, dass sie diese Position bis zu mehreren Minuten halten können, ohne sich zu bewegen. Das „Nachtwächter-Kind“ kommt wieder ins Klassenzimmer herein.

Schwierigkeitsstufe 1:

Das Nachtwächterkind beobachtet und kontrolliert, ob sich ein „Statuen-Kind“ bewegt, also z. B. blinzelt, ein Geräusch von sich gibt oder sonst irgendwie verrät, dass es keine Statue ist. Wurde ein Kind ertappt, dann wird es ebenfalls ein Nachtwächter.

Schwierigkeitsstufe 2:

Das „Nachtwächter-Kind“ beobachtet nicht nur, sondern versucht die Statuen aktiv zu einer Bewegung zu verleiten, z. B. indem es eine Frage stellt, einen Witz erzählt oder Kinder aktiv anspricht. Wichtig dabei ist, dass kein Körperkontakt erlaubt ist.

Geforderte exekutive Funktionen:

Bei den „Statuen-Kindern“ ist Inhibition gefragt. Bei den „Nachtwächter-Kindern“ ist es spannend zu beobachten, welche Strategien sie in Stufe 2 anwenden. Sind diese Strategien variabel, z. B. wird einem Kind etwas vorgesungen, ein anderes wird mit einer Frage verleitet, oder wendet es ausschließlich eine einzige Strategie in allen Versuchen an?

Sabine Stuber-Bartmann, ZSL-Ludwigsburg

Sabine.stuber-bartmann@zsl.kv.bwl.de

RÜCKENWIND**Soziale und emotionale Förderung (SEF) im Programm „Lernen mit Rückenwind“**

Im Rahmen des gerade angelaufenen Programms „Lernen mit Rückenwind“ kommt auch der im Artikel von Stuber-Bartmann angesprochenen Förderung der sozialen und emotionalen Kompetenzen (SEF) eine besondere Rolle zu. In den Informationen des Kultusministeriums wird explizit auf die Angebote zur Förderung der Selbstregulationsfähigkeit durch Sport, Spiel und Bewegung sowie auf die Homepage „Fit für Lernen und Leben“, mit aufschlussreichen Erklärfilmen und großer Spielesammlung verwiesen. Dies möchten wir zum Anlass nehmen, die wichtige Thematik „Förderung der exekutiven Funktionen“ nochmals in den Blick zu nehmen und weisen auch hier auf die Seite „Fit für Lernen und Leben“ hin.

<https://www.ssids.de/wbt-sport-selbstregulation>

DIE BEWEGTEN ADVENTS-KALENDER 2021

Es ist wieder so weit: Advent und Weihnachten stehen vor der Tür und damit ist es auch wieder Zeit für unseren „Bewegten Adventskalender“ – und das gleich in dreifacher Ausführung!

In den Kindertagesstätten setzt Rudi Ren(n)tier unsere Kleinen in Bewegung und hält sie auf Trab. Auch in der Grundschule ist Rudi wieder mit am Start. Er präsentiert bekannte und neue Übungen und Spiele. Dabei haben wir bei der Auswahl der Spiele wieder Wahrnehmung, Konzentration, Rhythmus, Entspannung und die Förderung der exekutiven Funktionen berücksichtigt, welche sich auch in Corona-Zeiten leicht umsetzen lassen. Jeden Montag zeigt Rudi außerdem kurze Fitnessübungen für die Lüftungspausen. Alle Übungen und Spiele lassen sich ohne oder mit geringem Materialaufwand in fünf bis fünfzehn Minuten durchführen. Für die weiterführenden Schulen haben wir in diesem Jahr erstmalig einen „Fitness-Adventskalender“ vorbereitet, welcher aus Fitnessübungen für ältere Schülerinnen und Schüler besteht.

Wir hoffen, dass die Kalender viele Menschen motivieren werden, sich gemeinsam zu bewegen, fit zu bleiben und hoffentlich auch gemeinsam zu lachen.

Die Kalender können von der Homepage des ZSL-Ludwigsburg heruntergeladen werden – nur noch ausdrucken oder digital als PDF mit ins Klassenzimmer nehmen und los geht's!

<http://lis-in-bw.de/,Lde/Startseite/Schulsport/Bewegte++Adventskalender+2021>



RUDIS BEWEGTES SCHULHAUS – EINE AKTION FÜR ALLE GRUNDSCHULEN



ANKÜNDIGUNG

Rudi, unser sportliches Ren(n)tier, motiviert Kinder in vielfältiger Art und Weise immer wieder zu Bewegung im Unterricht und in den Pausen. Und demnächst besucht er sogar alle Grundschulen Baden-Württembergs!

Die Aktion „Rudis bewegtes Schulhaus“, welche durch das Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung - Außenstelle Ludwigsburg (ZSL-LB) in Kooperation mit dem Ministerium für Kultus, Jugend und Sport sowie der Stiftung Sport in der Schule initiiert wurde, steht in den Startlöchern. Ziel der Aktion ist die Unterstützung aller Grundschulen mit leicht umsetzbaren Anregungen für sinnvolle Bewegungspausen.. Alle Grundschulen erhalten demnächst ein Paket mit „Rudi-Aufklebern“. Diese werden im Schulhaus prominent platziert, um Kinder und Lehrkräfte zu Bewegungspausen zu motivieren. Der Fokus liegt dabei auf dem Training der motorischen Fähigkeiten. Weiterhin finden sich Bewegungsanregungen aus den Bereichen Entspannung, Körperwahrnehmung und Förderung der exekutiven Funktionen.

Über den Link auf die Homepage des ZSL-Ludwigsburg lassen sich demnächst ganz einfach die aktuellen Übungen/Spiele finden, die jeweils nach einigen Wochen aktualisiert werden.

<http://lis-in-bw.de/,Lde/Startseite/Schulsport/Rudis+bewegtes+Schulhaus>



Arbeitsmaterialien „Schwimmen in der Schule“

Nach dem digitalen Landeskongress „Schwimmen in der Schule“ im April 2021 als Auftaktveranstaltung einer breit angelegten Schwimmoffensive in Baden-Württemberg, möchten wir nochmals auf die begleitenden Arbeitsmaterialien für den Einsatz in der (Grund-)Schule aufmerksam machen.

Im Rahmen des digitalen Kongresses wurden vielfältige neue Maßnahmen und Materialien des Kultusministeriums und der Außenstelle Ludwigsburg des ZSL zur

Förderung der Schwimmfähigkeit vorgestellt. Auf dem Weg zur Niveaustufe „Sicheres Schwimmen“ sollen diese Materialien Lehrkräfte unterstützen, Eltern informieren und Schülerinnen und Schüler motivieren. Allen Grundschulen und Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentren in Baden-Württemberg wurde ein Exemplar der Landesversion der Broschüre „Schwimmen Lehren und Lernen in der Grundschule - Bewegungserlebnisse und Sicherheit am und im Wasser“, ein hierzu passendes „Handkartenset mit Begleitheft für die Lehrkraft“ zur Verwendung im Schwimmbad sowie ein Plakat zur Rettungsfähigkeit kostenlos zugesandt. Zudem konnten die Grundschulen und Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentren den neuen baden-württembergischen Schulschwimmpass für alle im Schuljahr 2021/2022 neu eingeschulten Schülerinnen und Schüler bestellen. Die Versorgung mit Schulschwimmpässen wächst dann, ähnlich wie beim Bildungsplan auch, über die Jahre langsam nach oben. Schulen, die auch ältere Jahrgänge ausstatten möchten, können den Schulschwimmpass über den Link https://lehrerfortbildung-bw.de/u_mks/sport/sueb/fb1/ in der Rubrik „Schulschwimmpass“ kostenpflichtig nachbestellen.

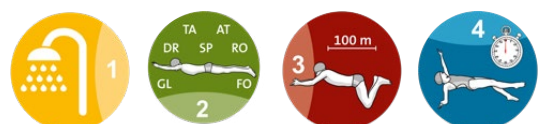
Die Broschüre und das Handkartenset liefern wertvolle Informationen und Arbeitsmaterialien für den direkten Einsatz im Unterricht. Sollten diese Materialien an Ihrer Schule mehrfach benötigt werden, können über die Stiftung Sport in der Schule weitere Exemplare zu Sonderkonditionen bezogen werden. (<https://www.ssids.de/schulsport-in-bw/publikationen/katalog/reihe-4/4-sn-12>).

Das oben genannte Plakat zeigt einen Rettungsablauf im Schwimmunterricht und ist mit einem QR-Code versehen, der auf entsprechende Videos führt.

Der Schulschwimmpass dient auch der Rückmeldung zur erreichten Schwimmfähigkeit. Nach Erreichen einer Niveaustufe wird der entsprechende Aufkleber, ähnlich einem Sammelalbum, in den Schwimmpass des Kindes geklebt. Bis zum Ende der Grundschulzeit sollten dann idealerweise alle Niveaustufen erreicht sein.

Kinder, die bereits außerhalb der Schule einen Schwimmkurs absolviert haben, können sich die dabei erworbene Schwimmfähigkeit über ein Formular, das unter dem Link <https://edubw.link/schwimmmaterialien> abrufbar ist, bestätigen lassen. Mit diesem Formular gehen die Kinder an ihre Schule und können sich dort die entsprechende Schwimmfähigkeit im Schulschwimmpass eintragen lassen. Der Eintrag erfolgt also immer durch die Schule des Kindes.

Weitere Informationen erhalten Sie unter folgendem Link: <https://edubw.link/schwimmmaterialien>



AKTIONEN UND WETTKÄMPFE



Ihre Schule plant eine „bewegte“ Aktion? Hier finden Sie Anregungen.

Jugend trainiert für Olympia & Paralympics

Durch die Änderung der CoronaVO Schule ist es nun wieder möglich, die außerunterrichtlichen Angebote stattfinden zu lassen. Somit kann Jugend trainiert im Rahmen der aktuellen Bedingungen wieder durchgeführt werden.

Infos unter www.machmit-bw.de



Jugend trainiert
für Olympia & Paralympics



Grundschulwettbewerb „Jugend trainiert“

Individuell und ohne Terminvorgabe kann der Wettbewerb „Jugend trainiert“ für die Klassen 1 und 2 von jeder Schule mit Grund- bzw. Primarstufe durchgeführt werden. Die Austragung des Grundschulwettbewerbs erfolgt auf Schulebene und kann in Rahmen eines Schulfestes oder auch im Klassenverband während Schulsportstunden stattfinden. Der Wettbewerb ist so konzipiert, dass ihn auch fachfremde Lehrkräfte, die keine Sportausbildung durchlaufen haben, ohne Probleme organisieren können.

Die zu erfüllenden Aufgaben sind in der Broschüre „Jugend trainiert“ Grundschulwettbewerb Klasse 1 und 2 abgebildet und einfach dargestellt. Eine kostenlose PDF-Version dieser Übungssammlung steht Ihnen auf unserer Website zur Verfügung.

Alle weiteren Informationen finden Sie hier: <https://www.machmit-bw.de/jugend-trainiert/jtfo-grundschulwettbewerb/gsb-wsb>

Machen Sie mit und gewinnen Sie tolle Preise für Ihre Schule!

Für teilnehmende Schulen des Grundschulwettbewerbs „Jugend trainiert“ Klasse 1 und 2 werden in diesem Schuljahr von der Stiftung Sport in der Schule, der AOK Baden-Württemberg und der Stiftung OlympiaNachwuchs Sachpreise im Wert von bis zu 1.000 € und ein Besuch von Nachwuchsleistungssportlern bei bis zu 24 Sporttagen verlost.

Gabriella Notaro, Stiftung Sport in der Schule



UKBW – Tag der Schülersicherheit 2022

Als GSB- oder WSB-Schule sind Sie dafür prädestiniert, sich bei diesem Wettbewerb anzumelden. Die UKBW prämiiert Schulen, welche sich unter anderem in den Themenbereichen „Bewegung & Fitness“ bzw. „Leichter lernen durch Bewegung“ auszeichnen.



Sichere und gesunde Schülerinnen und Schüler – das ist das Ziel der UKBW!

Jedes Jahr werden zehn wegweisende Projekte an Schulen in Baden-Württemberg ausgezeichnet, die sich gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern für mehr Sicherheit und Gesundheit in der Schule und auf dem Schulweg einsetzen.

Die UKBW ruft die Schulen in ganz Baden-Württemberg dazu auf, außergewöhnliche und interessante Projekte für mehr Sicherheit und Gesundheit an Schulen einzureichen. Die Nachhaltigkeit, Übertragbarkeit und der praktische Nutzen des Projektes stehen dabei im Mittelpunkt. Auf die zehn Gewinnerschulen wartet ein Preisgeld von je 2.000 Euro. Besonders herausragenden Projekten schickt die UKBW hinaus ein Filmteam, welches das Projekt in einem kurzen Trailer festhält.

Den **Bewerbungsbogen** und alle Informationen zur Bewerbung finden Sie **hier**. **Alle Informationen** zur Bewerbung für den „Tag der Schülersicherheit 2022“ stehen hier auch noch einmal zum Download zur Verfügung: www.ukbw.de/tag-der-schuelersicherheit/

Bitte schicken Sie die Bewerbungsunterlagen bis zum 17. Dezember 2021 an machmit@ukbw.de.

App geht's! Die digitale Neuentdeckung der Sponsorenläufe



Sponsorenläufe wecken Spaß an der Bewegung, sind gesund und stärken das Selbstbewusstsein. Mit der neuen Sponsorenlauf-App „Held für die Welt“ können sie jetzt sogar digital erfasst und ausgewertet werden.

Gerade zu Beginn der Pandemie hatten Sponsorenläufe einen schweren Stand. Viele Schulveranstaltungen mussten abgesagt werden. „Warum eigentlich?“ überlegten sich Sibylle Jendrowiak und Jürgen Fluhr, die im niedersächsischen Wallenhorst ehrenamtlich deutsch-indische Schulpartnerschaften betreuen. Schließlich könnten die Läuferinnen und Läufer doch laufen, wo und wann sie wollen – sofern ihre Kilometer per App gezählt werden.

„Das war die Geburtsstunde von „Held für die Welt“, mit der wir Sponsorenläufe sicherer, einfacher, motivierender und vor allem vergleichbarer gemacht haben“, erinnert sich Jürgen Fluhr. „Die App misst die Entfernung, man kann Sponsoren eintragen und sogar bargeldlos Spenden einsammeln. Und weil so auch Sponsorenläufe zwischen Schulen miteinander vergleichbar sind, luden wir Anfang 2021 deutschlandweit zur 1. Deutschen Meisterschaft im Sponsorenlauf ein. Und zwar zugunsten armer Kinder in Indien, die durch Corona schreckliches Leid erfahren.“

Eine gute Idee, die nicht nur bei vielen Lehrkräften offene Türen einrannte. Auch Bundesbildungsministerin Anja Karliczek konnte überzeugt und als Schirmherrin gewonnen werden. Insgesamt haben 167 Schulen mitgemacht, davon allein 30 aus Baden-Württemberg. Im landesweiten Vergleich schaffte es das Graf-Eberhard-Gymnasium aus Bad Urach am weitesten und errang einen beachtlichen Platz 8 in der Gesamtwertung. Ob Baden-Württemberg 2022 unter den Top-Drei landet, bleibt abzuwarten. Sibylle Jendrowiak ist zuversichtlich: „Bei der 2. Meisterschaft gibt es eine wichtige Neuerung. Jede Schule kann dann bis zu 50 % der erlaufenen Spenden für eigene Schulprojekte nutzen. Das gibt einen wichtigen Motivationsschub, so dass es 2022 sicher noch spannender wird.“

Und noch eine wichtige Ergänzung wurde vorgenommen. „Ab November kann die App „Held für die Welt“ auch unabhängig von der Deutschen Meisterschaft von allen Schulen jederzeit für Schulläufe oder Lauftrainings genutzt werden“, so Fluhr. „Auch hier gilt: Mit 50 % der Spenden unterstützen wir Kinder in Entwicklungsländern, 50 % dürfen die Schulen einsetzen. Wir wollen so ein Bewusstsein schaffen für globale Verantwortung, soziale Gerechtigkeit und nachhaltige Lösungskompetenz, Zukunftsthemen also, die in den Kerncurricula der Schulen immer wichtiger werden.“

Ob Herbstlauf, Neujahrsrennen oder doch gleich eine Anmeldung zur 2. Deutschen Meisterschaft 2022 – interessierte Lehrkräfte finden auf heldfuerdiewelt.de alle Informationen sowie Anmelde-möglichkeiten, um Kinder und Jugendliche zum „Held für die Welt“ werden zu lassen.

Paul Hohenhaus, Held für die Welt



So sehen Sieger aus: Der Niedersächsische Kultusminister Grant Hendrik Tonne überreichte Mitte September die Gold-, Silber- und Bronzemedailles zur 1. Deutschen Meisterschaft im Sponsorenlauf.

Projektwoche „Turnbeutelbande“



Im Verlaufe der letzten Jahre und Jahrzehnte haben sich bei vielen Kindern die motorischen Fähigkeiten, wie Koordination und Kraft, verschlechtert. Dies zeigt sich etwa beim Balancieren rückwärts oder beim seitlichen Hin- und Herspringen. Dabei bilden diese Fähigkeiten eine wichtige Grundlage für das Erlernen von Bewegungsfertigkeiten, wie springen, laufen, werfen – und damit für eine gesunde ganzheitliche Entwicklung von Kindern. Denn motorisch leistungsstarke bzw. fitte Kinder sind nicht nur gesünder, aufmerksamer und meistern ihren Alltag besser, sie haben auch ein deutlich reduziertes Unfallrisiko, sei es auf dem Spielplatz oder in Verkehrssituationen.

Vor diesem Hintergrund wurde mit der Initiative „Turnbeutelbande – Motorik-Test für Kinder“ der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg eine Welt geschaffen, die es pädagogischen Fachkräften aus Kindergarten und Grundschule sowie Sportfachkräften und Übungsleitern aus dem Verein ermöglicht mit einem Motorik-Test für Kinder regelmäßig und kindgerecht die körperliche Leistungsfähigkeit bzw. Fitness von Kindern im Alter von 4-10 Jahren kindgerecht festzustellen, zu dokumentieren und zu begleiten. Dabei werden Kinder Teil der Turnbeutelbande, indem sie den Motorik-Test für Kinder (KIT+ 3-10) meistern. Der Test besteht aus acht verschiedenen Testaufgaben, die in zwei Testmodulen angeordnet sind (Abbildung 1). Auf einer Auswertungsplattform kann die motorische Entwicklung erfasst und dokumentiert sowie auf deren Basis bewegungsfördernde Maßnahmen zielgerichtet gestalten werden. Für die Kinder stehen die vier tierischen Freunde der Turnbeutelbande im Vordergrund, mit denen sie gemeinsam aktiv sind und sich messen können.



Abbildung: Testaufgaben der Module 1 und 2

Gerade bei zeitlichen oder räumlichen Einschränkungen eignet sich die Durchführung des Motorik-Tests an mehreren aufeinanderfolgenden Tagen im Rahmen einer Projektwoche.

Unser Tipp:



Montag ist der Tag des Pferdes. An diesem Tag werden die Testaufgaben Seitliches Hin- und Herspringen (Modul 1 und 2) und 6-Minuten-Lauf (Modul 2) durchgeführt.



Am Dienstag ist der Tag des Bären. Hier stehen die Aufgaben Rückwärts balancieren (Modul 1 und 2) und Sit-ups (Modul 2) auf dem Programm.



Der Mittwoch gehört dem Tiger. Er zeigt den Kindern wie sie den Standweitsprung (Modul 1 und 2) und den 20m-Sprint (Modul 2) meistern.



Am letzten Tag ist der Elefant an der Reihe. Seine Lieblingsübungen sind die Rumpfbeuge (Modul 1 und 2) und der Liegestütz (Modul 2).

Natürlich können die Übungen auch in beliebig anderer Kombination oder Reihenfolge durchgeführt werden. Zur Vermittlung und Durchführung stehen passende **Bewegungsgeschichten** rund um die vier Freunde zur Verfügung – ganz nach dem Motto: „Werde Teil der Turnbeutelbande.“ So wird jedes Kind, das den Test absolviert hat, Teil der Turnbeutelbande und erhält neben einer Urkunde zusätzlich einen Turnbeutel.

Weitere Infos unter <https://www.turnbeutelbande.de/>

Hannah Kron, Karlsruher Institut für Technologie (KIT)

PINWAND

Fortbildungen für BSS und Sport

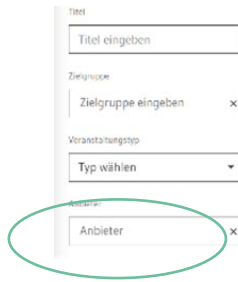
Seit Beginn des Schuljahres können wieder Sportfortbildungen an der Außenstelle und an den Regionalstellen stattfinden. Im Angebot sind Veranstaltungen zu allen Schularten und den verschiedenen Bereichen des Bildungsplans.

Sie können auf LFB-online ganz einfach eine Suche durchführen. Wie das funktioniert, wollen wir Ihnen heute gerne zeigen.

Login



1. LFB-online Startseite (<https://lfb.kultus-bw.de/Startseite>) aufrufen und Feld „Recherche“ anklicken.



2. Im Feld „Anbieter“ den jeweiligen Anbieter auswählen (z. B. ZSL Außenstelle Ludwigsburg oder ZSL Regionalstelle xy).



3. Bei der Auswahl „ZSL Regionalstelle XY“ ist zusätzlich noch oben links im Feld „Suchbegriffe“ ein Suchwort eingeben (z. B. Sport, Schwimmen, Gerätturnen)

Als besonderen Service stellen wir Ihnen einen Link zur Suche an Ihrer Regionalstelle zur Verfügung.

Regionalstelle Freiburg:
<https://lfb.kultus-bw.de/lfb/suche/24JZ6J8N>

Regionalstelle Mannheim:
<https://lfb.kultus-bw.de/lfb/suche/LNDEZR6X>

Regionalstelle Tübingen:
<https://lfb.kultus-bw.de/lfb/suche/XQGRGGD5>

Regionalstelle Stuttgart:
<https://lfb.kultus-bw.de/lfb/suche/D2NM9L27>

Regionalstelle Karlsruhe:
<https://lfb.kultus-bw.de/lfb/suche/EKPKG6Z0>

Regionalstelle Schwäbisch Gmünd:
<https://lfb.kultus-bw.de/lfb/suche/VD725862>

Wichtiger Hinweis: Bitte beachten Sie die jeweils zum Zeitpunkt der Veranstaltung gültigen Regelungen der Corona-Verordnungen.



Dies wünscht Ihnen das GSB- und WSB-Team
Yasmin Baur-Fettah, Verena Gebre, Judith Herden,
Melanie Macías Alvarez und Bärbel Müller