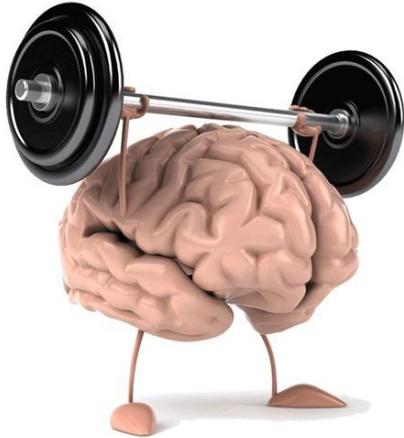


Gehirnaktivierende Übungsformen

Unterricht gestalten – Potenziale entfalten



Gehirnaktivierende Übungsformen



Was trainiert das Gehirn?

- Rätsel
- Spiele
- Projekte
- Musik
- **Übungen mit Bewegung, die beide Seiten des Gehirns aktivieren**

In der Regel ist bei jedem Menschen eine der beiden Gehirnhälften dominant -> keine Vorteile bei links oder rechts Dominanz -> Ziel: beide Seiten aktivieren

Bei kleinen Kindern sind die beiden Hirnhälften noch ausgeglichen -> u.a. durch Schule entwickelt sich die Dominanz -> mehr Aktivität in die Schule bringen

Gehirnaktivierende Übungsformen

Die strenge Trennung der Hirnhälften ist überholt! Sie sind über den Balken miteinander verbunden -> trotzdem gibt es Tendenzen, so zum Beispiel:

Links

Rechts

Sprache

Intonation

Kartenspiele

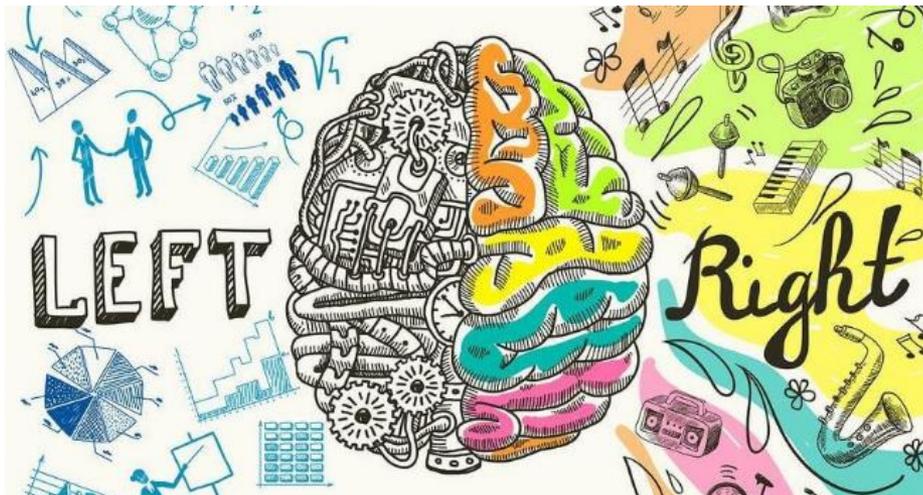
Malen

Rätsel

Basteln

Sudoku

Musik



Einstiegstest: (im Internet zusätzlich: <http://quiz.sueddeutsche.de/quiz/2081640111-hirndominanztest>)

Falten Sie jetzt alle ohne zu überlegen Ihre Hände ineinander und lassen Sie sie so liegen

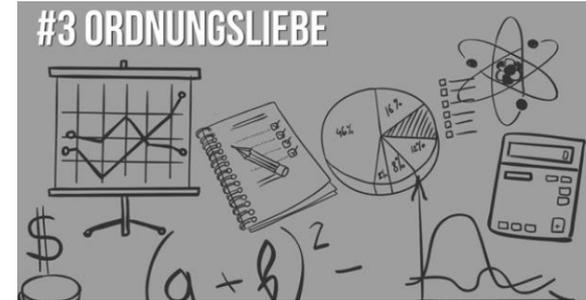
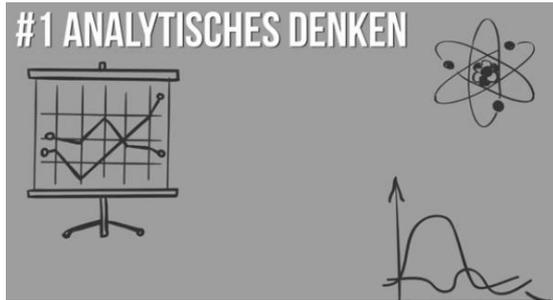


Welcher Daumen liegt bei Ihnen oben? Schauen Sie auch nach Ihren Nachbarn!

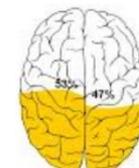
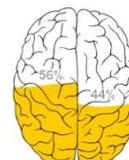
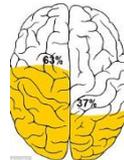
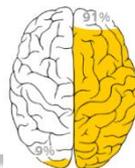
Rechtshänder: Liegt der rechte Daumen oben, gibt gerade die linke Hirnhälfte den Ton an, liegt der linke oben ist es die rechte Hälfte. Jeder Mensch unterliegt mal dem einen mal dem anderen Kommando, tendiert aber generell zu einer der beider Seiten.

Gehirnaktivierende Übungsformen

Rechter Daumen oben -> linke Gehirnhälfte aktiver



Linker Daumen oben -> rechte Gehirnhälfte aktiver



Gehirnaktivierende Übungsformen



Dreht Sie sich im Uhrzeigersinn, geben Sie ihrer rechten Gehirnhälfte den Vorzug und Sie sind damit eher kreativ, intuitiv und emotional. In ihrem Kopf überwiegen die Bilder.

Dreht sie sich gegen den Uhrzeigersinn, dominiert Ihre linke Gehirnhälfte, was Sie eher zum strukturierten, logisch-analytischen Denker macht. In Ihrem Kopf überwiegen Zahlen und Buchstaben.

Schaffen Sie es, dass sie die Richtung wechselt?

(Tipp: Fokussieren Sie Ihren Schatten – plötzlich dreht sie sich in die andere Richtung...)



1. Alphabetisches Aufstellen (Reden, Bewegen, Buchstaben abrufen)

Starten wir!

9 Alle im Kurs. Stellen Sie sich alphabetisch auf.

- ◆ Ich heiße Antonio. Und du?
- Mein Name ist Bea.





2. Bewegtes Buchstabieren

Wortfelder, Wortschatz der letzten Woche, Kennenlernen

Rechts: Koordination der Arme, Bewegung; Links: Koordination der Sprechwerkzeuge, Abruf der Vokabeln, Abruf Schreibweise



Arme zur Seite = Vokal



Arme nach oben = Konsonant



Klatschen = Umlaut

heute: Namen oder Obstsorte





3. Aktivitäten Pantomime

Schreiben Sie jeder zwei Aktivitäten (Verben) auf einen Zettel, legen Sie ihn umgedreht auf den Tisch. Jeder zieht jetzt eine Karte und „spielt“ seine Aktivität.

Spielt Pantomime.



Beste Freunde



4. Aktivitäten-Pantomime mit Geschichte

Jeder Lernende beschreibt einen möglichen Tagesablauf -> schriftlich
Jeweils 2 TN bilden ein Paar -> der erste liest seinen Tagesablauf vor, der andere „spielt“ die Aktivitäten pantomimisch

Beispiel

Der Wecker klingelt und du wirst wach.
Steh aus dem Bett auf.
Geh ins Bad und putze dir die Zähne.
Geh in die Küche und esse deine Müsli.
Zieh deinen Schlafanzug aus und zieh dich an.
Hol deinen Rucksack.
Zieh deine Jacke an.
Zieh den Rucksack auf.
Geh aus dem Haus in Richtung Schule.





5. Wahre/falsche Geschichte/Aussage (Binnendifferenzierung)

Schritte International neu

↪ D3 Ihr Tag

Schreiben Sie vier Informationen über sich. Eine Information ist falsch. Lesen Sie Ihre Informationen vor. Die anderen raten. Was ist falsch?

Ich stehe um sechs Uhr auf.
Am Vormittag lerne ich Deutsch.
Am Nachmittag räume ich auf.

- ◆ Ich glaube, du stehst nicht um sechs auf.
- Falsch. Ich stehe um sechs auf.
Auch am Wochenende.
- ▲ Aber du räumst nicht am Nachmittag auf.





6. Wen suche ich?

Vervollständigen Sie den folgenden Satz:

Ich habe in meinem Leben unter anderem auch

Geben Sie den ausgefüllten Zettel dem Kursleitenden, der die Zettel nun verteilt (bitte nicht den eigenen behalten) -> Suche: Haben Sie ...?

A3 Was wollten Sie früher werden?

a Machen Sie Notizen zu den Fragen.

- 1 Was wollten Sie als Kind / mit ... Jahren werden?
- 2 Was wollten Sie als Jugendliche/Jugendlicher werden?
- 3 Was machen Sie jetzt?

b Schreiben Sie. Sammeln Sie die Texte ein und verteilen Sie sie neu. Lesen Sie und raten Sie: Wer hat das geschrieben?

1 Astronaut
2 Musiker

| | |
|-----|--------------------------|
| als | Kind |
| mit | Jugendliche/Jugendlicher |
| | 11 (Jahren) |

Schritte international neu

7. Vorbereitetes Bingo

Schritte International neu

Spiel: Bingo – Wer kann was wie gut?

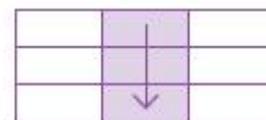
Fragen Sie im Kurs und notieren Sie die Namen.

Wer hat zuerst vier Personen in einer Reihe?

| sehr gut | gut | nicht so gut | gar nicht |
|---|---|---|---|
| Fahrrad fahren | Kuchen backen  | schwimmen | singen  |
| reiten  | stricken | jonglieren  | kochen |
| tanzen | einen Handstand machen  | Französisch sprechen | Klavier spielen  |
| malen  | Ski fahren  | Tennis spielen  | fotografieren  |

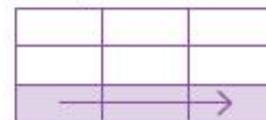
Möglichkeit 1:

senkrecht



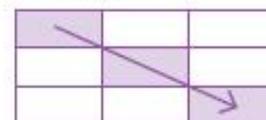
Möglichkeit 2:

waagerecht



Möglichkeit 3:

diagonal





8. Alternative zu Gruppen-Bingo – Magst du? (10 Minuten)

Jeder schreibt einen Zettel mit der Überschrift „Magst du?“ (Kennst du? Isst du? Etc.)

Magst du?

-
-
-
-
-

Jeder notiert 4 oder 5 (je nach Zeit) Gegenstände, die er selbst mag. Nun muss jeder 4 oder 5 andere im Raum finden, die das gleiche mögen. Die Person, die am schnellsten unterschiedliche Personen gefunden hat, die jeweils einen der Gegenstände/Dinge/Gefühle auch mögen – ruft wiederum Bingo und hat gewonnen. Es muss nicht auf dem Zettel des anderen stehen!



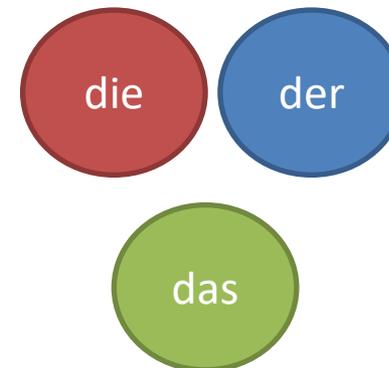
9. Schenk mir bitte ein Wort (je nach Gruppe)

Bereiten Sie 6 leere Zettel vor. Nehmen Sie die Zettel und einen Stift, laufen Sie durch den Raum und suchen Sie sechs Personen, die Sie um ein Wort bitten: „Schenkst du mir bitte ein Wort“ -> „ Ja, gerne“ -> ein Wort wird auf den Zettel geschrieben, gefaltet und verschenkt. Wer 6 Wörter hat, setzt sich hin und betrachtet seine Zettel -> in der Regel sehr nette Wörter -> Dopamin + Sauerstoff -> aus den Wörtern könnte man eine Geschichte machen





10. Der der-die-das Kreis (A1)



Die Lernenden entscheiden, welcher Artikel der richtige ist
Fernsehsendung: 1, 2, oder 3 ob du wirklich richtig stehst, siehst
du wenn das Licht angeht ...



11. Adlerauge

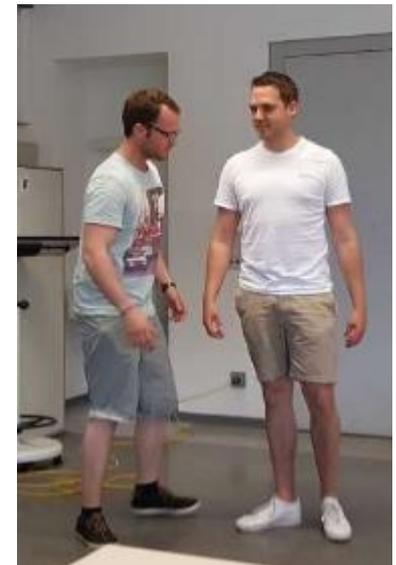
Die Lernende stellen sich in zwei Reihen (A und B) gegenüber. Jeder schaut sein Gegenüber genau an und merkt sich möglichst viele Einzelheiten.

Auf ein Zeichen des Spielleiters drehen sich die Lernenden A um, die Lernenden B verändern an sich drei Dinge, z. B. Scheitel auf der anderen Seite, Ring an einem anderen Finger, Körperhaltung verändert.

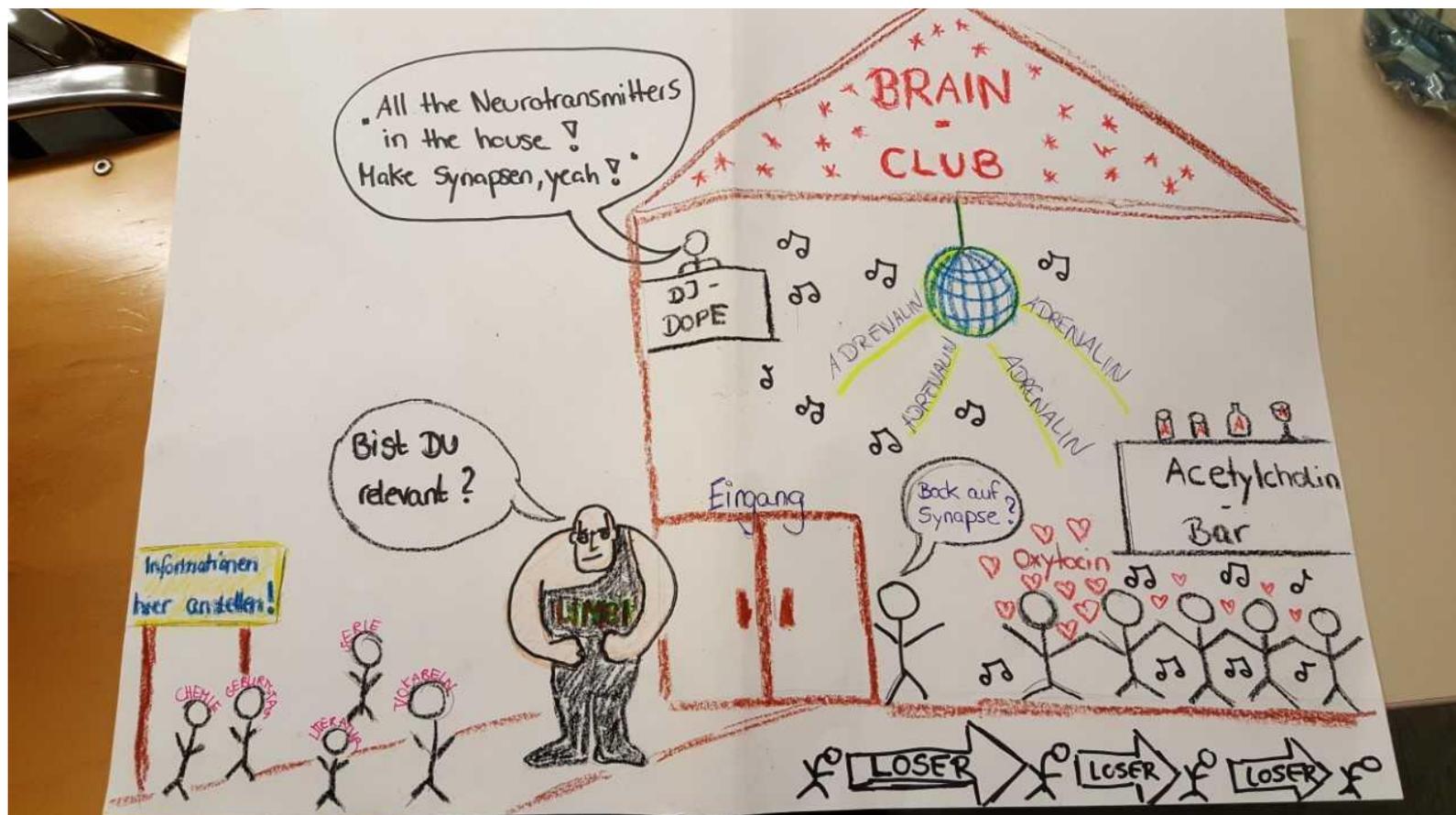
Nach kurzer Zeit (Ansage der Lehrkraft/Spielleiter) drehen sich die Lernenden A wieder um und versuchen, die drei Veränderungen festzustellen.

Nach der Auflösung erfolgt der Rollentausch.

-> Beobachten, Sprechen, Bewegen



12. Poster als Zusammenfassung malen lassen (hier Lernen)





13. Das Wortarten-Spiel

Die Lehrkraft nennt ein Wort, z.B. „Schulhaus“ oder „hüpfen“ oder „fröhlich“.
Je nachdem ob es sich um ein NOMEN, ein VERB oder ein ADJEKTIV handelt, führen die Schüler folgende Bewegung aus:

- bei NOMEN: die Lernenden stellen sich hinter ihren Stuhl
- bei VERBEN: die Lernenden setzen sich auf ihren Stuhl
- bei ADJEKTIVEN: die Lernenden gehen einmal um ihren Stuhl herum.



14. Dreh ein Video (je nach Zeit)

Drehen Sie in der Gruppe (ca. 4-5 Personen) ein 30-Sekunden-Video über die Übungsform, die Ihnen am besten gefallen hat!



Schritte International neu



Fragen? Anregungen?



Unterricht gestalten – Potenziale entfalten

