

Potenzialförderung – Individuelle Lernbegleitung – im Fokus: kommunikative Kompetenzen

Lernen und Bewegung mit dem Bewegten Selbststeuerungstraining BeSt!

Hintergrund & Ziele

- Die exekutiven Funktionen sind entscheidend bei der Umsetzung von Begabung in (Schul-)Leistung und Voraussetzung für selbstgesteuertes Handeln
 - Arbeitsgedächtnis („Erneuern und Verknüpfen“)
 - Inhibition („Hemmen“)
 - Kognitive Flexibilität („Wechseln“)
 - Selbststeuerung als derartiges Zusammenspiel von Denken und Fühlen, dass zielgerichtetes Handeln möglich ist – wichtig für psychische Gesundheit und Resilienz:
 - Zielfindung und Handlungsplanung
 - Selbstmotivierung
 - Konzentration
 - Reflexion und Selbstberuhigung
 - Selbstbestimmung
 - Seit Corona verschärfter Bewegungsmangel bei Kindern und Jugendlichen – gleichzeitig ist Bewegung lernförderlich und unterstützt die exekutiven Funktionen
- Das Bewegte Selbststeuerungstraining BeSt! kombiniert bewegte und kognitive Förderung von exekutiven Funktionen und Selbststeuerung
- für die Jahrgangsstufen 4-6
 - 20 Trainingseinheiten im Klassenraum
 - Dauer jeder Einheit: ca. 30 Minuten

Konkrete Unterstützungsangebote

- Einführungsveranstaltung zu Hintergrund und Umsetzung des Trainings
- Zugang zu Online-Plattform mit Material zu den 20 Einheiten
 - didaktisch aufbereitete Druckvorlagen
 - übersichtliche Anleitungen zur Durchführung
- jederzeit Beratung durch das Projektteam und Verknüpfung mit weiteren teilnehmenden Schulen möglich

Zielgruppe

- Grundschulen und weiterführende Schulen in den Jahrgangsstufen 4-6
- Durchführung möglichst durch die Klassenleitung und/oder engagierte Lehrkräfte, die viel in der Klasse unterrichten

Verknüpfungs- und Entwicklungsmöglichkeiten

- Verknüpfung, Adaption und Einbettung des BeSt! in bestehende Strukturen der Schule (Aufnahme ins Schulprogramm)
 - Bewegungskonzepte
 - Konzepte zum selbstgesteuerten Lernen
- Sensibilisierung aller Lehrkräfte und Eltern für die Themen Selbststeuerung und exekutive Funktionen

Beteiligte Personen

Dr. Christiane Fischer-Ontrup

Universität Münster: Institut für Erziehungswissenschaften
Landeskompetenzzentrum für Individuelle Förderung NRW
E-Mail: ch.fischer-ontrup@uni-muenster.de

Eva Schönweitz

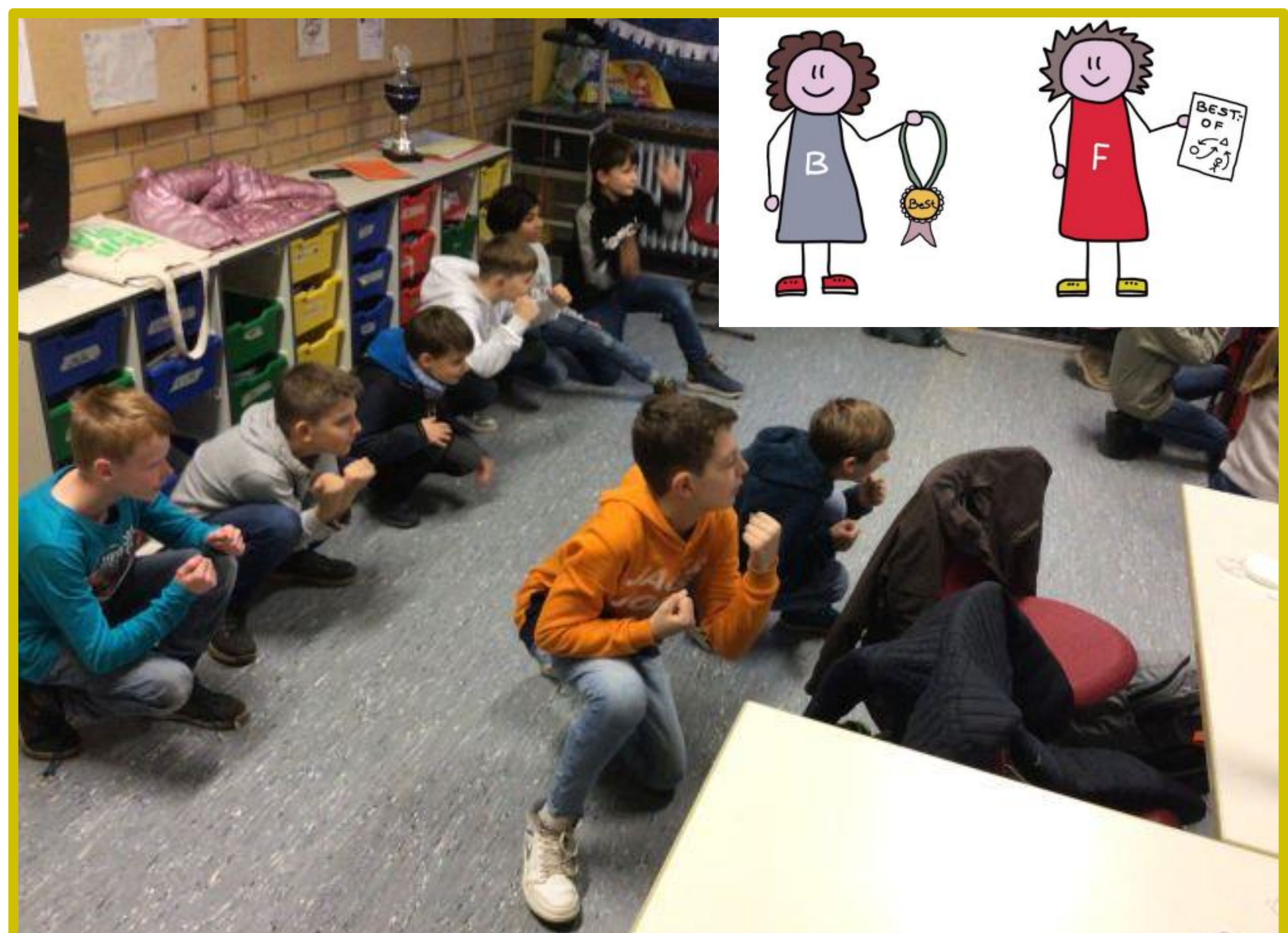
Lehrerin am Gymnasium Martinum Emsdetten, beauftragt am Landeskompetenzzentrum für Individuelle Förderung NRW
E-Mail: eva.schoenweitz@uni-muenster.de

Daniel Griese

Universität Münster: Wissenschaftliche Hilfskraft im Internationalen Centrum für Begabungsforschung (ICBF)
E-Mail: daniel.griese@uni-muenster.de

in Kooperation mit Prof. Dr. Nils Neuber

Universität Münster, Institut für Sportwissenschaft



Kontakt und Information

Mail direkt ans BeSt!-Projektteam: kontakt.best@uni-muenster.de

Beratung durch das Projektbüro LemaS-NRW

Ansprechpartnerin: Claudia Zumbrock

Tel: +49 251 83-32253; E-Mail: Projektbuero.lemasnrw@uni-muenster.de

Universität Münster, Landeskompetenzzentrum für individuelle Förderung (lif), Wegesende 6, 48143 Münster

www.lemas-nrw.net

