

Liebe Kolleginnen und Kollegen, liebe WSB-Interessierte,

mit der dritten Ausgabe der WSB-Post wollen wir Sie über den aktuellen Stand der WSB-Initiative informieren, Tipps zum Thema „Bewegung und Sport im Schulalltag“ weitergeben und Sie auf interessante Adressen, Links, Artikel und Literatur aufmerksam machen.

Im Mittelpunkt steht ein für die WSB-Post geschriebener Beitrag von *Dr. Sabine Kubesch*, vom TransferZentrum für Neurowissenschaften und Lernen Ulm (ZNL). Sie weist auf die große Bedeutung der sogenannten exekutiven Funktionen und ihre Trainierbarkeit durch Sport und Bewegung hin. Dafür herzlichen Dank! Erneut finden Sie Praxisbeispiele, u. a. zum Thema "Bewegtes Lernen im Fachunterricht" und aus der Waldpädagogik. Gerne veröffentlichen wir auch Ihre Beispiele und Ideen, die Sie uns unter wsb@lis.kv.bwl.de zuschicken dürfen. Nun viel Spaß beim Lesen!

Ihr WSB-Team

• WSB: Aus der **Wissenschaft**

Exekutive Funktionen und Selbstregulation im Sportunterricht fördern

Die exekutiven Funktionen Arbeitsgedächtnis, Inhibition und kognitive Flexibilität, die die Regulation von Verhalten, Denken (Aufmerksamkeit) und Emotionen beeinflussen, stehen in einem engen Zusammenhang mit der schulischen Lernleistung und dem Sozialverhalten von Kindern und Jugendlichen. Diese wichtigen Gehirnfunktionen werden auch im Sport benötigt. Gleichzeitig können exekutive Funktionen im Spiel und durch den Sport gefördert werden. In der Oktober Ausgabe der Zeitschrift ‚Sportunterricht‘ (s. *Literaturtipps*, S. 3) beschreiben Sabine Kubesch, Armin Emrich und Frieder Beck die Bedeutung exekutiver Funktionen für die Selbstregulationsfähigkeit, für die schulische Lernleistung und für eine gesunde sozial-emotionale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. In diesem Beitrag wird zudem aufgezeigt, wie im Sportunterricht exekutive Funktionen und die Selbstregulation von Schülerinnen und Schülern trainiert werden können. Dabei wird deutlich, dass der Sportunterricht wie kaum ein anderes Unterrichtsfach auf vielfältige Weise Möglichkeiten bietet, um exekutive Funktionen zu fördern. Dies gelingt insbesondere dann, wenn der Sportunterricht didaktisch und methodisch auf die Förderung der Selbstregulation ausgerichtet ist. Zudem profitieren exekutive Funktionen so-

wohl von einer guten körperlichen Fitness als auch von einer akuten körperlichen Belastung. Gleichzeitig kann das kognitive Training exekutiver Funktionen in das körperliche Training integriert werden. Da auf Grundlage neurowissenschaftlicher Erkenntnisse angenommen werden kann, dass die Selbstregulationsfähigkeit vor allem in Situationen gefördert wird, in denen sowohl die kognitive als auch die emotionale Kontrolle gefordert sind, bieten sich insbesondere Kleine und Große Sportspiele zur Schulung der Selbstregulation an. In den Lehrhilfen beschreiben die Autoren deshalb (Sport-) Spielideen, in die ein Training exekutiver Funktionen gezielt integriert wurde. In einem ersten Teil werden zwei Laufspiele aus der Spielesammlung *Achtung! Fertig! Fex!* und ein Bewegungsspiel für das Klassenzimmer aus dem *Fex Trainer* für die Grundschule vorgestellt. Diese Spiele wurden vom ZNL TransferZentrum für Neurowissenschaften und Lernen an der Universität gemeinsam mit der Firma Wehrfritz entwickelt. In einem zweiten Teil, der in einer der nächsten Ausgaben der „Lehrhilfen“ erscheinen wird, folgen vier Spielideen für die Sekundarstufe. Am Beispiel Handball wird darüber hinaus deutlich, dass exekutive Funktionen auch in den Großen Sportspielen von zentraler Bedeutung sind.

Dr. Sabine Kubesch, ZNL Ulm

Inhalt

Seite 1:

- Aus der Wissenschaft

Seite 2:

- Nachrichten

Seite 3:

- Link- und Literaturtipps

Seite 4:

- Fundgrube und Shop

Seite 5:

- Praxistipps und Nachdenkliches

• **WSB: Nachrichten**

Schulleiter über WSB informiert

Im Oktober 2011 informierten die WSB-Multiplikatoren N. Haug bzw. F. Platz gymnasiale Schulleiter und -innen des Regierungspräsidiums Karlsruhe über die WSB-Initiative. Die Schulleitertagungen fanden in Adelsheim und in Bad Herrenalb statt. Sportreferent M. Reuter war es zu verdanken, dass WSB bei den Tagungen vorgestellt werden konnte.

ScienceKids Sekundarstufe 1: Ernährungs- und Bewegungsbildung

In einer Auftaktveranstaltung in Ludwigsburg wurden am 27. September 2011 die „Lehr- und Lernmaterialien zur Ernährungs- und Bewegungsbildung in der Sekundarstufe 1“ vorgestellt. Das Gemeinschaftsprojekt von AOK Baden-Württemberg, dem LIS, der Stiftung Sport in der Schule und dem Ministerium für Kultus, Jugend und Sport fand großen Anklang.

Für eine nachhaltige, erfolgversprechende Gesundheitserziehung im Bereich Ernährung und Bewegung stehen nun Lehrenden der Fächer und Fächerverbänden Biologie, NWT, Naturphänomene, BSS, MSG, NT, WAG sowie MUM in der Sekundarstufe 1 modulare, handlungsorientierte Materialien zur Verfügung.

Alle Module sind auf den Bildungsplan in Baden-Württemberg abgestimmt.

Die Projektvorschläge, Aufgaben und Lernumgebungen enthalten methodisch-didaktische Impulse, die sie für Heranwachsende attraktiv und spannend machen.

Eine **Handreichung** mit Stundenbildern, Versuchsanleitungen, Arbeitsblättern, Checklisten und vielem mehr zu den fünf zentralen Themen (Energie, Wasser, Anatomie, Sinne und Lebensmittel) hat inzwischen jede weiterführende Schule in Baden-Württemberg kostenlos erhalten. Weitere Handreichungen können beim Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg bestellt werden (*Bestelladresse s. WSB-Shop, S. 4*).

Alle Arbeitsblätter können online zum Downloaden abgerufen werden (*s. WSB-Linktipps, S. 3*).

Nun acht zertifizierte WSB-Schulen

Folgende Schulen in Baden-Württemberg dürfen sich nun, nachdem sie den Zertifizierungsprozess erfolgreich durchlaufen haben, „*WSB-weiterführende Schule mit sport- und bewegungs-erzieherischem Schwerpunkt*“ nennen:

- Schillerschule Münsingen (HSWRS)
- Schillerschule Berkheim (GHWRS)
- Albrecht-Dürer-Schule Mannheim (Schule für Sehbehinderte)
- Anne-Frank-Realschule Laichingen
- Lise-Meitner-Gymnasium Böblingen
- Anna-Essinger-Gymnasium Ulm
- Maria von Linden-Gymnasium Calw
- Erich-Kästner-Schule Laichingen (GWRS)

Schulen machen sich auf den Weg

Neben den acht zertifizierten WSB-Schulen konnten inzwischen weitere 43 weiterführende Schulen aus ganz Baden-Württemberg in die WSB-Initiative aufgenommen werden.

Den **Anmeldeantrag** zum Downloaden und **Hinweise** zur WSB-Initiative findet man unter www.lis-in-bw.de, Unterpunkt „Bewegungsfreundliche Schule“.

WSB-Multiplikatoren und -innen

Den weiterführenden Schulen in Baden-Württemberg stehen über 60 WSB-Multiplikatoren und -innen für Beratung und Fortbildungen zur WSB-Initiative sowie zu den WSB-Bausteinen zur Verfügung. Außerdem führen sie die Zertifizierungsmaßnahmen durch.

Gymnasien und Berufliche Schulen können WSB-Multiplikatorinnen bzw. -Multiplikatoren bei den Sportreferentinnen und -referenten der zuständigen **Regierungspräsidien**, Haupt-, Werkreal-, Real- und Sonderschulen bei den **Regionalteamleitern** und **-innen Sport** des zuständigen **Staatlichen Schulamts** anfordern.

Auskünfte zur WSB-Initiative gibt auch das Landesinstitut für Schulsport, Schulkunst und Schulmusik (LIS): Tel.: 07141/140-623 bzw. wsb@lis.kv.bwl.de

• **WSB: Link- und Literatur-Tipps**

Praxisbeispiele aus der Schweiz

Vielfältige Infos und Praxisbeispiele zur „bewegten Schule“ findet man auf der Homepage einer Initiative in der Schweiz namens „schule bewegt“ unter

- www.schulebewegt.ch/internet/Schulebewegt/de/home.html

Exekutive Funktionen

Informationen aus der Lern- und Hirnforschung zum Thema „**Exekutive Funktionen**“ findet man unter

- www.znl-fex.de

ScienceKids Sekundarstufe 1

Mehr Informationen sowie Lehr- und Lernmaterialien zum Downloaden zur Initiative ScienceKids Sekundarstufe 1 befinden sich unter

- www.sciencekids.de bzw.
- www.sciencekids.de/lehmaterial.html

WSB-Baustein „Schulwege als Bewegungswege“

- **ADAC Signale, Informationen und Tipps für die Schule**
Ausgabe 34, Juni 2011
„Kinder bewegen“

Die 12-seitige Broschüre liefert zahlreiche Argumente für den Lernort Schulweg und gibt Tipps für die Praxis.

Zum Downloaden unter

- www.adac.de, Stichwort Info, Test & Rat – Ratgeber Verkehr - Verkehrserziehung

Bewegungsfördernde Schule

Die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) hat eine Broschüre zum Thema Bewegungsfördernde Schule aufgelegt. Dabei werden u. a. die Themen Lernen mit Bewegung und Aktionen zur Bewegungsfördernden Schule angesprochen.

Diese Broschüre (Titel: **DGUV pluspunkt: Bewegungsfördernde Schule Ausgabe 2, Mai 2011**) ist leider bereits vergriffen.

Man kann sie sich aber über folgenden Link herunterladen und ausdrucken:

- www.dguv-lug.de/dyn/bin/882094-902083-1-ausgabe_02_2011.pdf

Bewegter Unterricht im Wald

Das Veranstaltungsangebot für Schulklassen am Haus des Waldes in Stuttgart kann eingesehen werden unter

- www.hausdeswaldes.de

Weiterhin findet man in einer „Datenbank Waldmeister“ ca. 700 Aktivitäten für alle Jahreszeiten für draußen und drinnen mit ausführlichen Anleitungen, Hintergrundinformationen sowie Arbeitsblättern zum Downloaden unter

- www.waldmeister.hausdeswaldes.de/show/start

Exekutive Funktionen im Sportunterricht fördern

Einen ausführlichen Artikel zum Thema „Exekutive Funktionen im Sportunterricht fördern“ von S. Kubesch, A. Emrich & F. Beck findet man im

- **Sportunterricht, Heft 10, Ausgabe Oktober 2011, S. 312**

• **WSB: Fundgrube und Shop**

WSB-Baustein „Schulwege als Bewegungswege“:

„Erster bewegter Schulweg sorgt für Fitness

Salzburg. Volksschüler in Rif bei Salzburg haben neuerdings den sportlichsten Schulweg Österreichs. 13 Bewegungsstationen sollen die Kinder dazu animieren, sich schon vor der Schule auszutoben und zu turnen. (...) Sie balancieren, klettern und hüpfen in die Schule.

(...) Es sind insgesamt 13 Stationen... Diese sollen mit dem Schulranzen zu bewältigen sein und die Koordination und die Beweglichkeit der Schüler fördern...

(...) Hintergrund des ersten, bewegten Schulweges sind Studien, denen zufolge jedes vierte Kind in Österreich übergewichtig ist. Die Folgen der falschen Ernährung und des Bewegungsmangels sind Haltungsschäden, eine erhöhte Unfallgefahr und Konzentrationsschwächen... Schuld daran seien oft auch die Eltern, die ihre Kinder regelmäßig mit dem Auto in die Schule fahren...

(Südwest-Presse, 25. Juni 2011, dpa)

Die WSB-Initiative und die Gemeinschaftsschule

Am 6. Oktober wurde auf einer Veranstaltung in Ludwigsburg das Konzept der zukünftigen Gemeinschaftsschule in Baden-Württemberg von der neuen Landesregierung vorgestellt. Norbert Zeller, Stabsstelle Gemeinschaftsschulen, nannte u. a. sieben Punkte, wodurch sich der Unterricht an einer Gemeinschaftsschule auszeichnet. Einer dieser Punkte lautete:

„Eine Gemeinschaftsschule zeichnet sich durch einen **rhythmisierten, bewegten Schulalltag** aus.“

WSB-die Initiative

Wollen Sie und Ihre Schule Teil der WSB-Initiative werden? Einen **Anmeldeantrag** zum Downloaden und **Hinweise** zur WSB-Initiative finden Sie unter www.lis-in-bw.de, Unterpunkt „**Bewegungsfreundliche Schule**“.

ScienceKids-Handreichung für die Sekundarstufe 1

Eine Handreichung mit Experimenten, Versuchsanleitungen, Arbeitsblättern, Checklisten und vielem mehr zu den fünf zentralen Themen (Energie, Wasser, Anatomie, Sinne und Lebensmittel) ist erhältlich beim:

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg
 Referat 52 (Sport- und Sportentwicklung)
 Postfach 10 34 42
 70029 Stuttgart
 Bestellung per Post oder Fax (0711 2792795)
 Preis: 9,80 Euro (einschließlich Mehrwertsteuer und Versand)

WSB-Leitfaden „Schule braucht Rhythmus und Bewegung“

Der **WSB-Leitfaden**, der umfassende Infos und Tipps zur WSB-Initiative enthält, kann beim Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg, Referat 52 (Sport und Sportentwicklung)
 Postfach 103442, 70029 Stuttgart
 für 9,20 € bestellt werden: Fax-Bestellnummer (0711) 2792795 oder per Post

Die WSB-Bausteine



• **WSB: Praxis-Tipps und Nachdenkliches**

Waldpädagogik - auch ein Bewegungsangebot für Schulen

Waldpädagogik als Bildungsauftrag ist nach dem Landeswaldgesetz von Baden-Württemberg eine der Aufgaben von ForstBW. Es geht immer um ganzheitliches Lernen im Lebensraum Wald.

Waldpädagogik versteht sich heute im Rahmen der Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) der UN-Dekade.

Waldpädagogik hat den Anspruch BNE zu sein, daher muss sie mehr bieten als nur tolle Aktivitäten und interessante Wissensvermittlung über Wald und forstliches Handeln. Sie muss auch die entsprechenden Bildungs- und Erziehungsziele und Methoden zu deren Erreichung benennen und an den Bildungsplänen orientiert arbeiten.

Waldpädagogische Veranstaltungen finden immer im Wald statt und sind daher ein bewegtes Bildungsangebot an der frischen Waldluft. Der Ansatz arbeitet, wie Bewegter Unterricht, intensiv mit Bewegung und Ruhe.

Angebote gibt es an den Einrichtungen der Landesforstverwaltung (ForstBW), wie dem Haus des Waldes Stuttgart (s. *Linktipps*, S. 2) und dem Waldhaus Mannheim. Gleichwertige Angebote bieten das Waldhaus Freiburg oder die Waldpädagogik Karlsruhe. Letztere sind unter anderem von den Kreis- und Stadforstämtern getragen. Jeder Revierleiter oder jedes Forstamt kann ebenso Ansprechpartner für derartige Schulveranstaltungen sein. Auch zahlreiche selbstständige Wald- und Naturpädagogen bieten Schulen ihre Mitarbeit an.

*OStR Dr. Eberhard Bolay, Dipl.Päd.
Pädagogischer Leiter, Haus des Waldes Stuttgart*

Nachdenkliches (2)

Im Rahmen der Wissenschaftlichen Tagung „Gesunde Kinder in Baden-Württemberg“, veranstaltet von der Baden-Württemberg Stiftung am 22.09.2011 im Theaterhaus in Stuttgart sagte *Prof. Dr. Dr. Manfred Spitzer*, Leiter des Transferzentrum für Neurowissenschaften und Lernen in Ulm in seinem Vortrag:

„Aus Sicht der Forschung zu den exekutiven Funktionen sind in der Schule Kunst, Musik, Theaterspielen und Sport die wichtigsten Fächer. Das ist doch so in Baden-Württemberg – oder?“

Nachdenkliches (1)

„Im deutschen Bildungssystem ist das Wissen um die Bedeutung exekutiver Funktionen für eine optimale Förderung der Kinder und Jugendlichen weitgehend unbekannt. Nur wenige Schulkollegen wissen von diesen zentralen Gehirnfunktionen und davon, wie man diese kognitiv aber vor allem körperlich trainieren und damit Einfluss auf die schulische Lernleistung, sowie die sozial-emotionale Entwicklung von Kinder und Jugendlichen nehmen kann.“

Dr. Sabine Kubesch, Mitarbeiterin am Transferzentrum für Neurowissenschaften und Lernen in Ulm

Lernen mit Bewegung

Fach: Alle Fächer und Fächerverbünde

Informationen und Ergebnisse abholen

Vorbemerkungen:

In den verschiedenen Fächern und Fächerverbänden werden immer wieder Arbeitsblätter mit Arbeitsaufträgen bzw. Fragen den Schülerinnen und Schülern in die Hand gegeben. Nachdem die Arbeitsaufträge erledigt sind, werden üblicherweise die Ergebnisse im Lehrer-Schüler-Gepräch abgeglichen. Informationen oder Hinweise, die für die Erarbeitung der Aufgaben notwendig sind, finden die Schülerinnen und Schüler meist auf den ausgegebenen Arbeitsblättern, in ihrem Buch oder auf einem weiteren ausgegebenen Infoblatt. Die Arbeitsphase und die Ergebnisbesprechung finden im Sitzen, minuten- oder eine ganze Unterrichtsstunde lang, in körperlicher Passivität statt.

Alternative (Lernen mit Bewegung):

Im Unterrichtsraum befinden sich je nach Schülerzahl 4 – 6 Infostationen. Das können Pinnwände, Tafeln, Fensterflächen, etc sein. Diese müssen leicht zugänglich und für mehrere Schüler gleichzeitig einsehbar sein. Dort befestigt die Lehrkraft, am besten in etwas größerer Schrift, die Infos (Texte, Bilder, etc.), die die Schülerinnen und Schüler zur Bearbeitung der Arbeitsaufträge bzw. Fragen benötigen.

Die Schülerinnen und Schüler gehen bei Bedarf zu einer dieser Infostationen, lesen diese Infos und arbeiten sie an ihrem Platz in die Aufgaben ein. Ebenso kann mit den Ergebnissen verfahren werden, die am Ende der Arbeitszeit von der Lehrkraft aufgehängt und von den Schülerinnen und Schülern zum Abgleichen gelesen werden.