

Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Einleitung – Was Kinder zum Lernen brauchen | 9 |
| 1 Exekutive Funktionen und Selbstregulation | 13 |
| 1.1 Was sind exekutive Funktionen? | 13 |
| Arbeitsgedächtnis | 14 |
| Inhibition | 16 |
| Kognitive Flexibilität | 16 |
| 1.2 Wie entwickeln sich exekutive Funktionen? | 17 |
| 1.3 Welche Bedeutung haben exekutive Funktionen? | 18 |
| 2 Förderung exekutiver Funktionen im Klassenzimmer | 20 |
| 2.1 Unterstützende Maßnahmen | 24 |
| Denkanstöße zur Veränderung der Umwelt | 24 |
| Denkanstöße zur Veränderung der Aufgabe | 26 |
| Denkanstöße zur Veränderung der Interaktion | 27 |
| 2.2 Spiel- und Übungsformen im Fachunterricht | 28 |
| Spielformen für den Deutschunterricht | 30 |
| Spiel 1: Wortschatzsuche | 30 |
| Spiel 2: Lernwörter buchstabieren | 31 |
| Spielformen für den Mathematikunterricht | 32 |
| Spiel 3: Zahlen hören | 32 |
| Spiel 4: Zahlenreihen | 34 |
| Spiel 5: Die verbotene Zahl | 35 |
| Spiel 6: Wie viel? | 35 |
| Spiel 7: Größer – kleiner – gleich | 36 |

| | | |
|-----|--|----|
| | <i>Spielformen für den Musikunterricht</i> | 37 |
| | <i>Spiel 8: Bruder Jakob</i> | 37 |
| | <i>Spiel 9: Sprechvers: Sitzt ein Kuckuck auf dem Baum</i> | 38 |
| 2.3 | Allgemeine Spiele im Klassenzimmer zur Förderung | |
| | <i>exekutiver Funktionen</i> | 39 |
| | <i>Spiel 10: Gegenteilspiel</i> | 39 |
| | <i>Spiel 11: Wo bist du? Straßenspiel</i> | 40 |
| | <i>Spiel 12: Kim-Spiel mit Personen</i> | 42 |
| | <i>Spiel 13: Kim-Spiel im Raum</i> | 43 |
| | <i>Spiel 14: Münzenrallye</i> | 44 |
| | <i>Spiel 15: Schlüsselspiel</i> | 46 |
| | <i>Spiel 16: Wer ist Herbert?</i> | 47 |
| | <i>Spiel 17: Stuhlschach</i> | 47 |
| | <i>Spiel 18: 1-2-3 gemerkt und bewegt</i> | 48 |
| | <i>Spiel 19: Der Bär und die Holzfäller</i> | 49 |
| 2.4 | Achtsamkeitsübungen zur Verbesserung der exekutiven Funktionen ... | 50 |
| | <i>Was ist Achtsamkeit?</i> | 50 |
| | <i>Wirkung von Achtsamkeitsübungen</i> | 51 |
| | <i>Was ist bei Achtsamkeitsübungen mit Kindern zu beachten?</i> | 52 |
| | <i>Achtsamkeitsübungen mit Kindern</i> | 52 |
| | <i>Spiel 20: Einstiegsübung Geräusche hören</i> | 52 |
| | <i>Spiel 21: Grundübung Atmen</i> | 54 |
| | <i>Spiel 22: Reifen hören</i> | 55 |
| | <i>Spiel 23: Blinde Schatzsuche</i> | 56 |
| | <i>Spiel 24: Häuptling Leise Sohle</i> | 57 |
| | <i>Spiel 25: Schuhklau</i> | 58 |
| | <i>Spiel 26: Wäscheklammern spüren</i> | 59 |
| | <i>Spiel 27: Balance-Übung Der Baum</i> | 60 |
| | <i>Spiel 28: Gruppenübung Tierbaby sucht Mama</i> | 62 |
| 3 | Förderung exekutiver Funktionen im Einzel- /Kleingruppensetting | 63 |
| | <i>Fördermöglichkeiten zielgerichtet planen</i> | 63 |
| | <i>Fragebogen zu den Exekutivfunktionen</i> | 64 |

| | | |
|-----|--|-----------|
| 3.1 | Förderung des Arbeitsgedächtnisses | 66 |
| | Wie erkennt man Kinder mit schwachem Arbeitsgedächtnis in der Schule? | 66 |
| | Wie können Kinder mit einem schwachen Arbeitsgedächtnis im Unterricht unterstützt werden? | 68 |
| | Spielerische Förderung des Arbeitsgedächtnisses auditiv | 69 |
| | Spiel 29: Tier-Spiel | 69 |
| | Spiel 30: Was wurde genannt? Obstsalat auditiv | 70 |
| | Spiel 31: Gehörte Memorykarten merken | 71 |
| | Spielerische Förderung des Arbeitsgedächtnisses visuell | 72 |
| | Spiel 32: Obstsalat | 72 |
| | Spiel 33: Mit Memorykarten | 73 |
| | Spiel 34: Im Labyrinth | 74 |
| 3.2 | Förderung der Fähigkeit zur Inhibition | 75 |
| | Wenn-dann-Plan mit Förderziel Reaktionshemmung | 76 |
| | Wenn-dann-Plan mit Förderziel Emotionsregulation | 77 |
| 4 | Förderung exekutiver Funktionen durch Bewegung, Spiel und Sport | 80 |
| | Spiel 35: Feuer, Wasser, Sturm mit kognitiven Aufsetzern | 82 |
| | Fangspiele | 84 |
| | Spiel 36: Fänger auf Signal | 84 |
| | Spiel 37: Merk-Fangen | 85 |
| | Spiel 38: Harry-Potter-Fangen | 86 |
| | Spiel 39: Würfel-Fangen | 87 |
| | Spiel 40: Aufgepasst und losgerannt | 88 |
| | Staffelspiele | 89 |
| | Spiel 41: Drei gewinnt – gerannt | 89 |
| | Spiel 42: Flitzmemory | 90 |
| | Spiel 43: Mensch ärgere dich nicht – bewegt | 91 |
| | Spiel- und Übungsformen mit Elfer-raus- oder Uno-Karten | 92 |
| | Spiel 44: Farbe oder Zahl? | 92 |
| | Spiel 45: Zahlenstaffel | 93 |
| | Spiel 46: 1–6-Zahlenstaffel | 93 |

8 Inhalt

| | |
|---|-----|
| <i>Komplexe Spielformen</i> | 94 |
| <i>Spiel 47: Hühnerjagd</i> | 94 |
| <i>Spiel 48: Drachenschatz</i> | 96 |
| <i>Spiel 49: Farben-Brennball</i> | 97 |
| <i>Tanzspiele</i> | 98 |
| <i>Spiel 50: Ku-tschi-tschi</i> | 98 |
| <i>Spiel 51: Kreistanz</i> | 99 |
| 5 Förderung der Selbstregulation als Aufgabe der Schulentwicklung? | 100 |
| Literatur | 103 |
| Sachregister | 105 |