



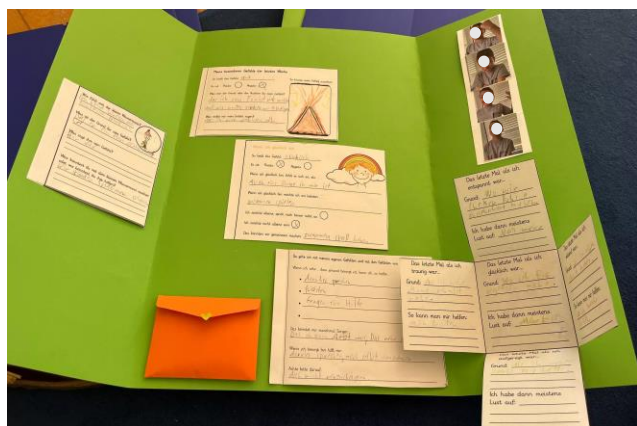
LERNLETTER

01/2024



Newsletter des L-Teams Obb zum Thema **LERNEN** lernen

Praxisbeispiele:



Lapbook zu Gefühlen



Kinetischer Sand



Sprechen lassen, bis alles gesagt ist



Notfallbox mit Knisterfolie,
Lärmschutzkopfhörern,
Stressball...

Theoretischer Hintergrund:

Emotionen verändern die Wahrnehmung, steuern die Aufmerksamkeit und stören die Gedächtnisleistung (vgl. Bak, 2019) Überwältigende Emotionen wie Frustration, Wut oder Angst wirken sich negativ auf die Leistung und das Selbstwertgefühl aus. Hiervon sind Schüler*innen mit dem Förderschwerpunkt Lernen häufiger betroffen (vgl. Kuhlmann, 2018). Emotionsregulationsstrategien können Schüler*innen helfen, ihre emotionalen Reaktionen zu regulieren, um sich besser auf das Lernen zu konzentrieren und ihre Leistung zu verbessern. (ebd.) Sie können von Strategien wie Achtsamkeitsübungen, Entspannungstechniken oder kognitiver Umstrukturierung profitieren, um ihre Emotionen besser zu regulieren und erfolgreich zu lernen. Mit Hilfe von Emotionen wird außerdem Gruppenverhalten reguliert. Emotionsregulationsstrategien tragen zu einer positiven Beziehungsgestaltung bei (vgl. Bak, 2019).

Diagnostische Leitfragen:

- Kann die / der Schüler*in den Lernprozess planen, überwachen und regulieren?
- Zeigt die / der Schüler*in Emotionen, die sie / ihn am Lernen hindern?

Fördermaßnahme/n:

- Gefühle beschreiben am Gefühlsbarometer
- Kinderyoga
- Kinetischen Sand, Stressball oder Knisterfolie anbieten
- Lernbereit werden durch Auszeit mit Wutball
- Emotionsregulation in Rollenspielen und mit Hilfe von Dilemmageschichten einüben
- Wärme / Kälte einsetzen (Wärmflasche, Tee, kaltes Getränk...)

Materialtipps / Links:

- Luise Holthausen: Emotionales Lernen mit Dilemmageschichten, PERSEN
- Gefühlskarten: <https://www.gefuehlsmonster.de> oder <https://www.betterteachingresources.com/post/bildkarten-zum-thema-gefuehle>
- Kinderyoga: <https://www.donbosco-medien.de/kinderyoga-bildkarten-fuer-fruehling-und-sommer/t-1/4190>
- <https://eduki.com/de/material/123406/auszeit-ecke-paket>
- <https://www.beltz.de/fachmedien/psychologie/produkte/details/37972-gefuehle-monster-mix-zum-externalisieren-mit-kindern.html>