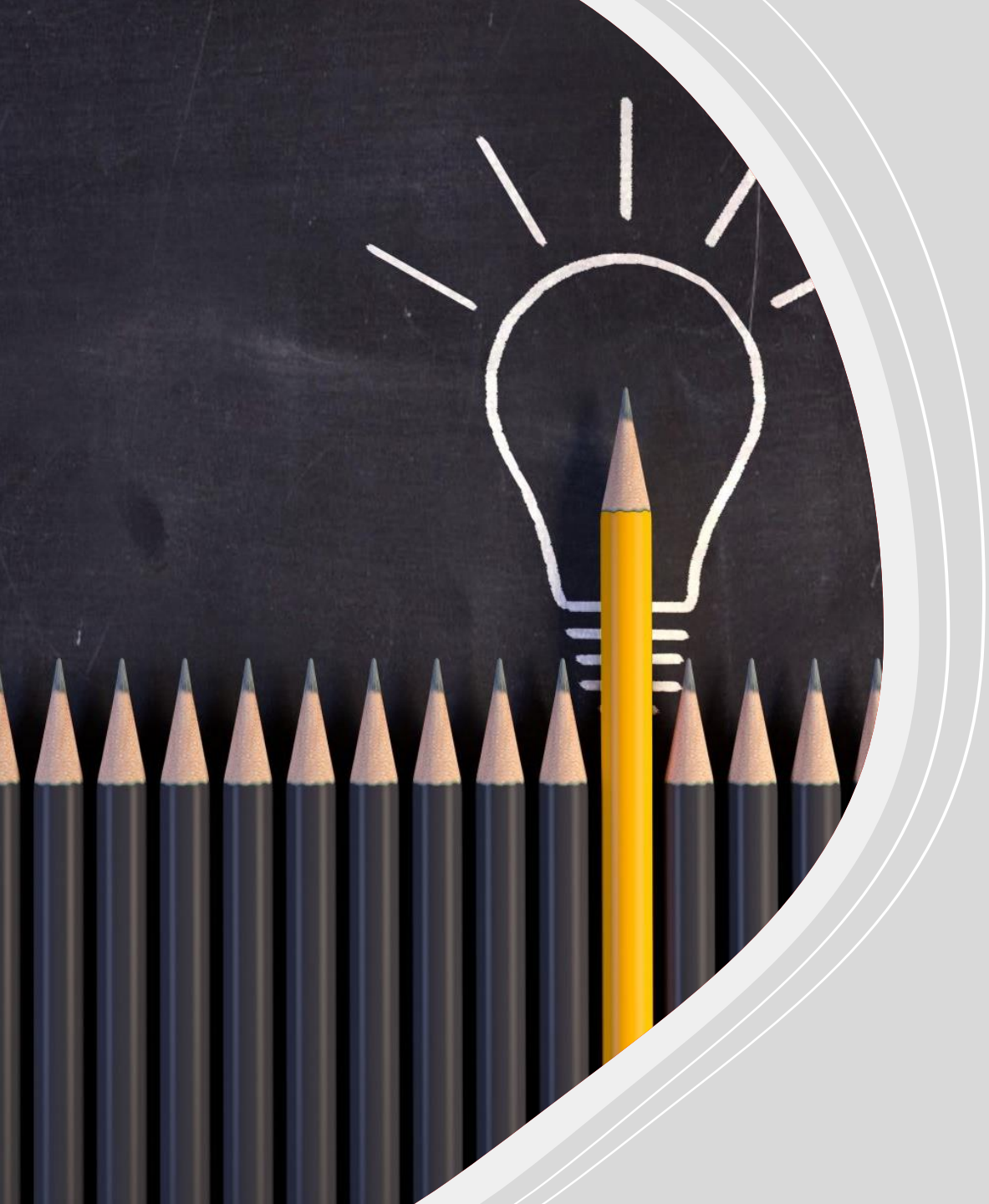


# **Gern-Lern-Training**

---

**Herzlich  
Willkommen**



# **Gern-Lern-Training**

---

Das Lernen lernen

# Christina Oberschmidt

---

---

Architektin

---

Hardementenstr.12

---

Familienmanagerin

---

49577 Ankum

---

Kinesiologin

---

Mail: [chr.oberschmidt@gmx.de](mailto:chr.oberschmidt@gmx.de)

---

**LernCoach**

---

Tel.: 05462 – 40 39 565

# Eva Wolke-Hanenkamp

---

---

Zahnarzthelferin

---

Praxis:

---

Familienmanagerin / Tagesmutter

---

Friedenstr. 1

---

Tagesmutter

---

49439 Steinfeld

---

Kinesiologin

---

Mail: [wolkehanenkampe@gmail.com](mailto:wolkehanenkampe@gmail.com)

---

**Körperkoordinationstrainerin**

---

01520 – 89 59 786

# Agenda des Elternabends

---

Orientiert am 5-Schritte-Lernmodell nach Dr. Paul Dennison

---

1. Startklar machen

---

2. Ziel definieren

---

3. Aktuelle Situation

---

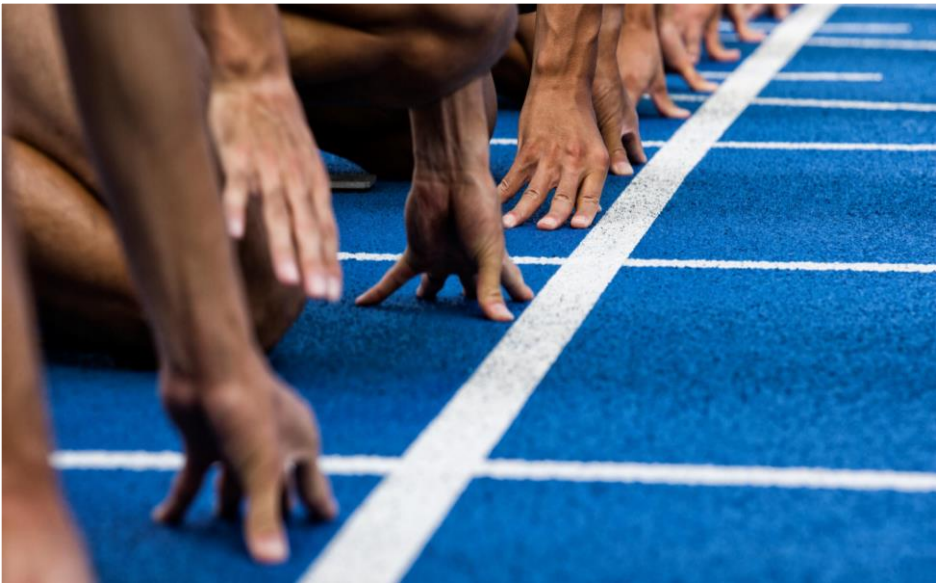
4. Die Arbeit: Input – Ideen - Impulse

---

5. Fazit

# 1. Startklar machen

---



**P****A****C****E**

PACE ist der Start um  
deine Ziele zu erreichen:  
schnell, leicht und sicher

(nach Dr. Paul Dennison, aus Brain Gym©)



# P A C E

---

**E** Hast du genug **E**nergie?

---

**C** Bist du (**c**lear) klar? Weißt du, was du willst?

---

**A** Bist du bereit **a**ktiv zu werden?

---

**P** Ist deine Einstellung **p**ositiv?

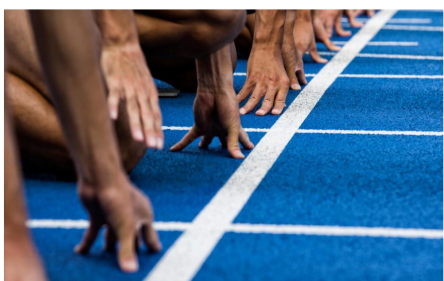


P A C E

**E** Hast du genug **E**nergie?







P A C E

C Bist du (clear) klar?

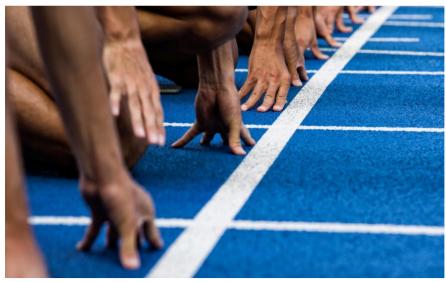




P A C E

**A** Bist du bereit **a**ktiv zu werden?





# P A C E

**P** Ist deine Einstellung **p**ositiv?



## 2. Ziele für heute Abend

---



---

Informationen

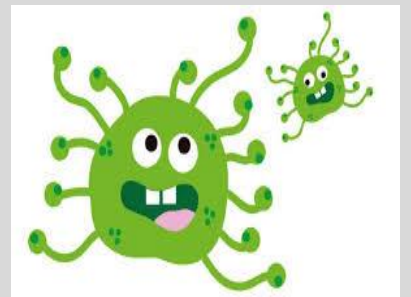
---

Vertrauen gewinnen für unsere Arbeit

---

**Das Beste für Ihre Kinder**

# 3. Aktuelle Situation



Die „Corona-Zeit“,  
eine Herausforderung  
für Schüler\*innen,  
Eltern und  
Lehrer\*innen

---

Motivationsverlust

---

Körperliche Herausforderungen

---

Konzentrationsmängel

---

Ängste, Aggressionen, ...

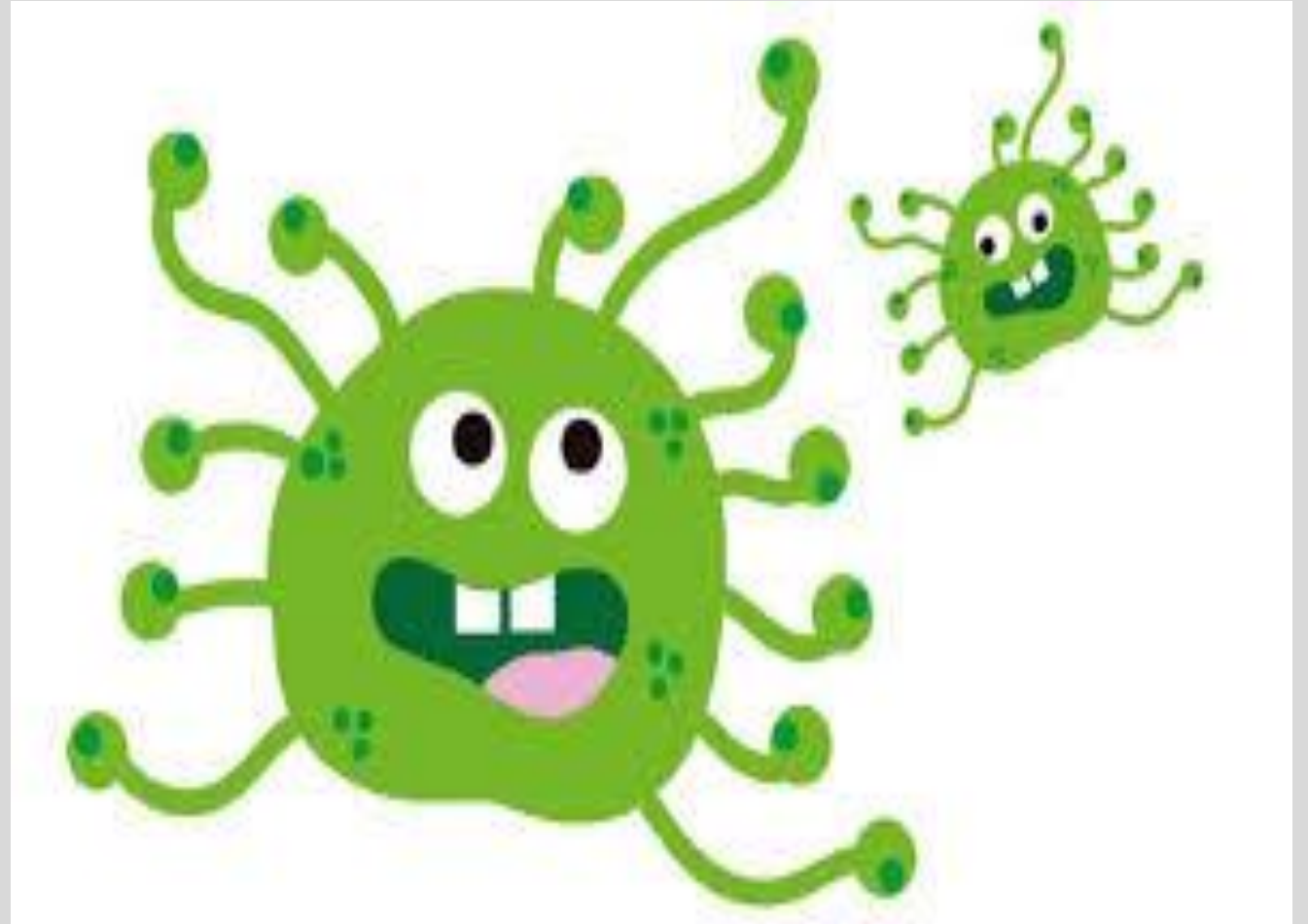
---

Fehlende Sozialkontakte

### 3. Aktuelle Situation

---

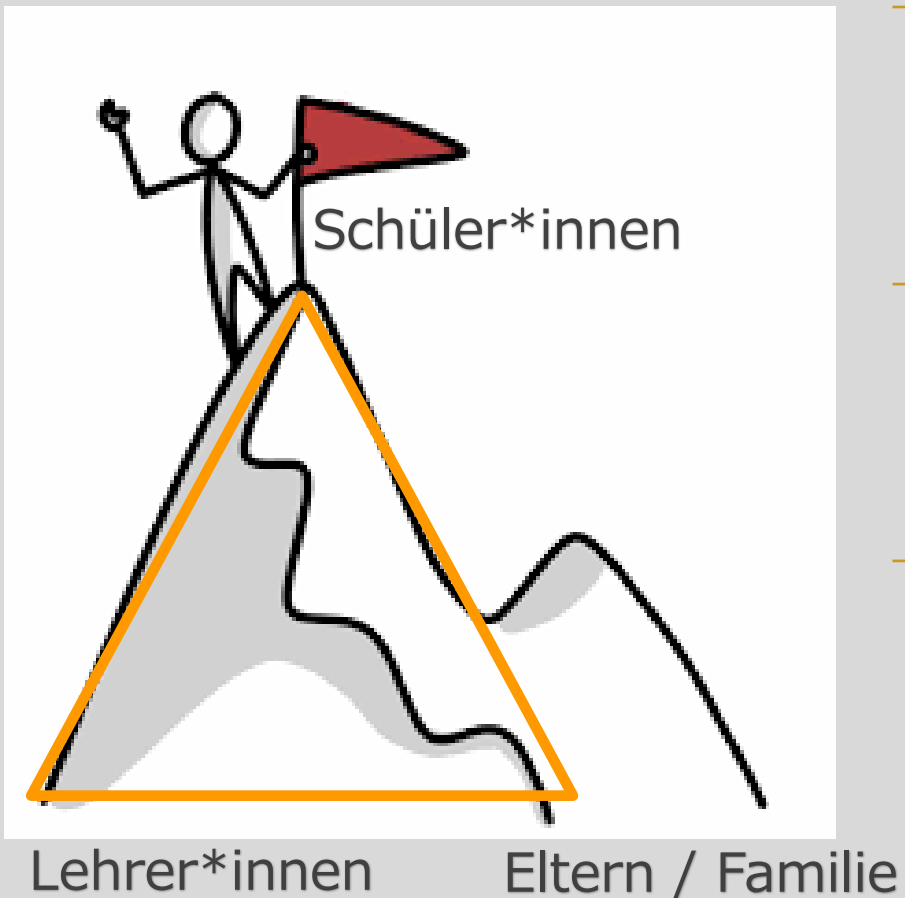
Bei Ihren  
Kindern auch?



# 4. Die Arbeit

## 4.1 Ziele für das Gern-Lern-Training

---



---

Zusammenarbeit

---

Gegenseitige Unterstützung

---

Respekt und Offenheit

# 4. Die Arbeit

## 4.2 Was ist Lernen?

---

Jeder Mensch wird mit 10  
Milliarden Nervenzellen geboren  
(geschätzt)

---

**Lernen ist das Schaffen von  
Verbindungen zwischen  
diesen Zellen!**

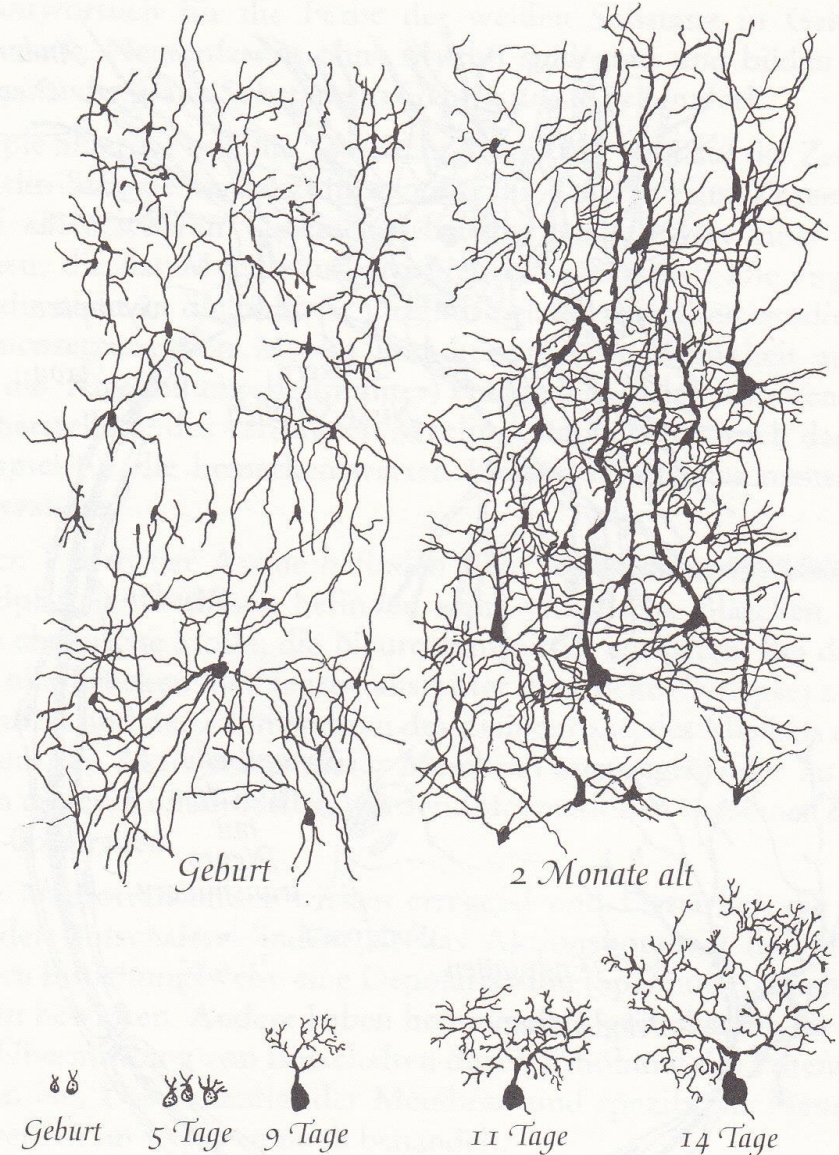


Abbildung 2.3: Neurale Netze (bei der Geburt und mit zwei Monaten)



# 4. Die Arbeit

## 4.3 Körperliche Voraussetzungen

---

Gleichgewicht



Augenfolge



Zuhören



Rhythmus und Taktgefühl



Gehirn 3D



An- und Entspannung



# Die Augen- folge

*So ist  
es oft.*



# Die Augen- folge

*So soll  
es sein!*



# Der Flow

*Sie  
kann  
es!*



# 4. Die Arbeit

## 4.4 Was können wir als Eltern tun?

**VIEL!**

Liebe



Ermutigung



Unterstützung



Lob



Hilfe anfordern

# 4. Die Arbeit

## 4.5 Die 7 Lernfaktoren nach Iris Komarek, mindsystems, München



## Das 1. Lern-Geheimnis

„ICH WILL ... LERNEN!“

## Das 2. Lern-Geheimnis

Ruhe +  
Augen an +  
Ohren an +  
Aufmerksamkeit

## Das 3. Lern-Geheimnis

„Das WARUM!“

## Das 4. Lern-Geheimnis

„Das WIE!“

## Das 5. Lern-Geheimnis

**WIEDERHOLUNGEN**

## Das 6. Lern-Geheimnis

Lernen mit dem ganzen Gehirn

Achte darauf, wer gerade in deinem Gehirn  
auf dem Chefsessel sitzt. Erfüllt er oder sie  
die Aufgabe gut?

## Das 7. Lern-Geheimnis

Wohlbefinden

# 4. Die Arbeit

## 4.6 Thema Motivation – 6 Tipps

---

Das Motiv finden

---

Setz dir kleine Ziele

---

Setz dir einen Zeitrahmen

---

Lerne im Team

---

Mach deinen Schweinehund zum Verbündeten

---

Belohne dich selbst



# 4. Die Arbeit

## 4.7 Thema Konzentration – 6 Tipps

---

Überprüfe die 7 Lernfaktoren

---

Wie alt bist du?

---

Konzentration kann man üben

---

PACE

---

Konz-Mons

---

Frag Frau Merkel oder Herrn Obama



# 4.6 Konzentration

---

Bilder Frau Merkel und Herr Obama

## ***Haltung der Hände***

Die Fingerspitzen der beiden Hände berühren sich.

## ***Wirkung***

Diese Haltung hilft sich besser zu konzentrieren. Diese Mudra stärkt das Selbstbewusstsein und unterstützt die Zusammenarbeit der linken und rechten Gehirnhälften.



# 4.7 Hausaufgaben

---

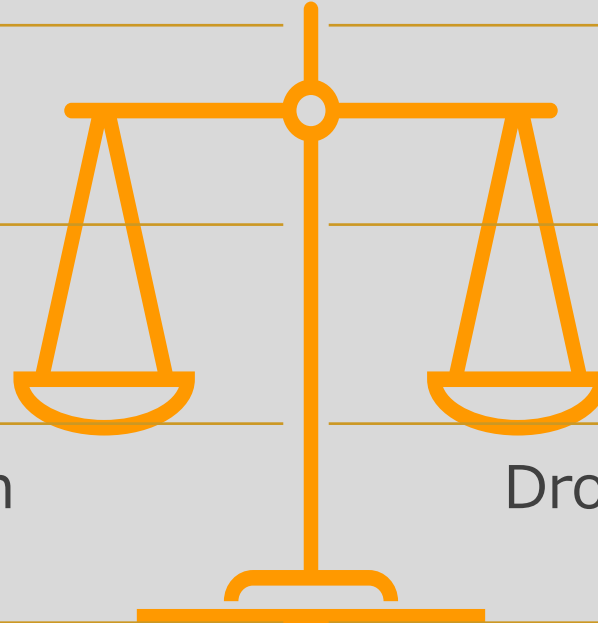
Positive Gewichte:

Selbständigkeit fördern

Fragen stellen, statt erklären

Gute Lernbedingungen

Die Verantwortung beim Kind lassen



Negative Gewichte:

Sich übermäßig einmischen

Drohen, nörgeln, Druck machen

Am Kind zweifeln

Gehirn /  
Hardware

Motivation

Lern-  
Organisation

Lern-  
Strategien

Konzentration

Ressourcen

Selbst-  
einschätzung

Beziehungen

Prüfungs-  
kompetenz

Lern-  
Erfolgs-  
Puzzle

# 5. Fazit und Abschluss

---

Input – Waren es für Sie genug Informationen?

---

Ideen – Konnten wir Ihnen Wege aufzeigen?

---

Impulse – Mehr ist gerade leider nicht möglich...

---



... wir kommen aber gerne wieder.

---

Fragen – Kritik – Lob - ???

# Literatur

---

---

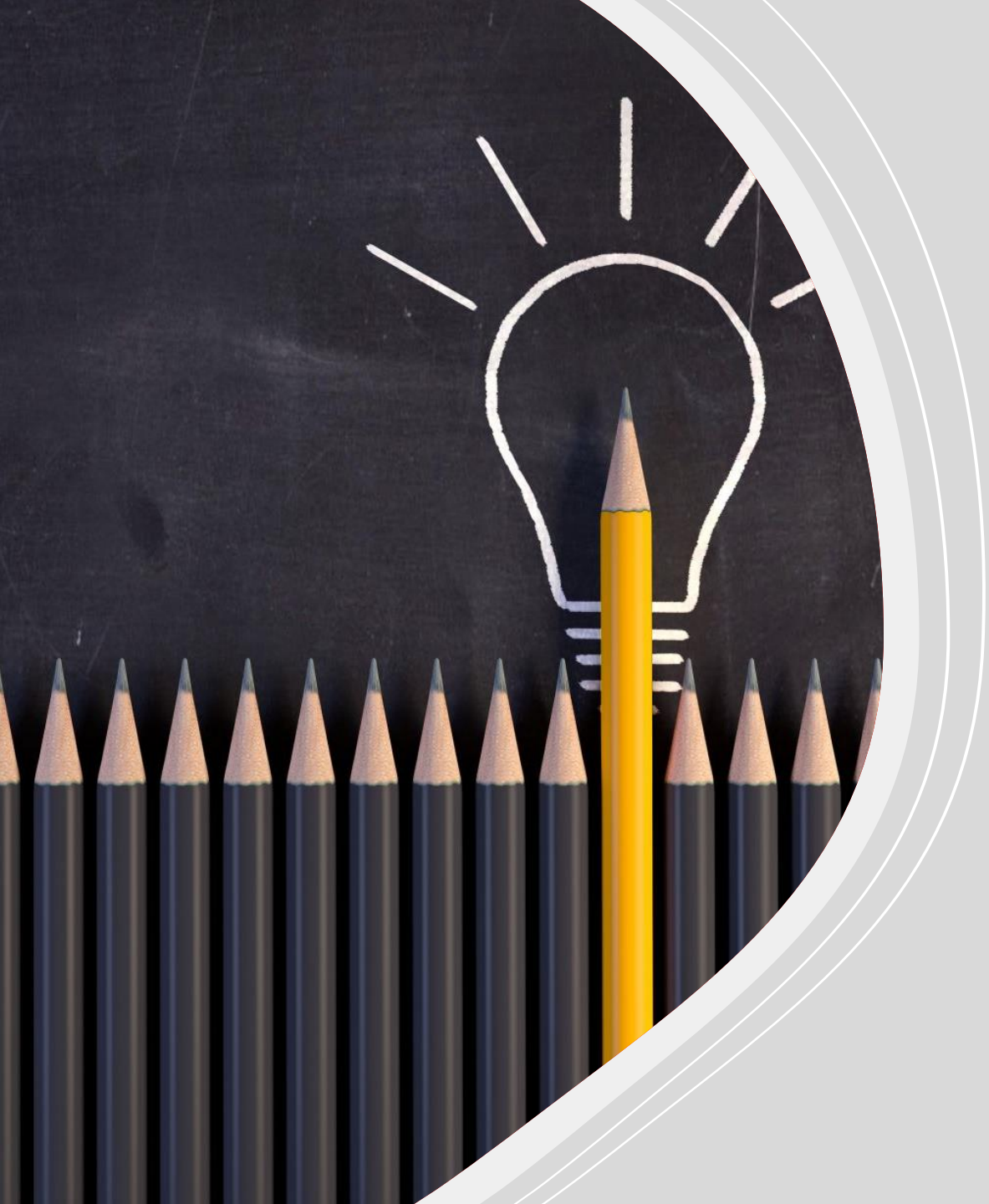
„Brain Gym® Das Handbuch“, Dr. Paul E. und Gail E. Dennison

---

„Ich lern einfach!“ Iris Komarek

---

„Lernen für Faule – Schlaue Strategien für einen schnellen Lernerfolg“, Iris und Felicitas Komarek



# **Gern-Lern-Training**

---

**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit.**