

ZUSAMMENFASSUNG BRAIN BEATS

BRAIN BEATS				
LEHRPLAN	LEHRKARTE /VIDEO	TROMMEL-KARTE	AKTIVITÄTS-KARTE	EQUIPMENT & MUSIK
DRUMTASTIC SPRECHGESANG				
	VIDEO			

Let's Build A Better Brain!

Brain Beats: Training des Gehirns und des Körpers durch körperliche und kognitive Aktivitäten

Bewegung ist das mächtigste Werkzeug, das wir haben, um unsere Gehirnfunktion effektiv zu nutzen. Die in dieser Einheit unterrichteten Fähigkeiten und Übungen sollen dem Schüler helfen, die geistige, körperliche und soziale Fitness zu aktivieren, die für die Erhaltung eines gesunden Gehirns und Körpers notwendig ist. Brain Beats nutzt "Cross Curricular" basierte Lernaktivitäten, um die "Executive Funktion" und das "motorische Gedächtnis" zu verbessern.

Beim Unterrichten von Brain Beats Aktivitäten ist es wichtig, den Schülern genügend Zeit zu geben, um die für die Aktivität oder Fertigkeit erforderlichen Bewegungen, Muster oder Sequenzen richtig zu erlernen. Beginnen Sie langsam und wiederholen Sie oft, damit sich die neurologischen Pfade bilden können. Denken Sie daran, dass es Zeit braucht, bis sich Gehirn und Körper verbinden. Unterrichten durch Implementieren von "Building Blocks" und "Layering"-Techniken. Wenn die Fähigkeit oder Aktivität zu schwierig ist, neigt das Gehirn dazu, "aufzugeben". Wenn die Fertigkeit oder Aktivität zu einfach ist, wird das Gehirn gelangweilt und beginnt zu wandern.

Brain Beats Elemente

- richtige Körperhaltung
- Bewegungen, die tägliche Bewegungsmuster darstellen (natürliche Bewegungen=
- kreuzdiagonale Muster
- Bewegungen auf mehreren Ebenen und Raumrichtungen