

Life Kinetik

„Life Kinetik“ ist ein körperliches (Bewegungs-) Training, das auf spielerische Art und Weise die Leistungsfähigkeit des Gehirns verbessert. Eine Sportpädagogin übt mit den Schüler*innen spielerische, visuelle und koordinative Aufgaben für den Körper ein, um neue Verbindungen zwischen den Gehirnzellen zu schaffen. Je mehr Verbindungen, desto höher ist die Leistungsfähigkeit des Gehirns.

„Life Kinetik“:

- Verbessert die Wahrnehmung
- Verbessert Handlungsschnelligkeit und Motorik
- Erhöht die Stressresistenz
- Verbessert die Aufmerksamkeit und Konzentration
- Verbessert die Fehlerquote und die kognitive Leistung



Der Kurs „Life Kinetik“ macht den Schüler*innen der 5. Jahrgangsstufe viel Spaß und bereits nach wenigen Stunden sind erste Veränderungen im Unterricht erkennbar.

