

## Literaturhinweise und weitere Empfehlungen zur Fortbildung von Sabine Kubesch, INSTITUT BILDUNG plus

### LITERATUREMPFEHLUNGEN

- Kubesch, S. (2016). Exekutive Funktionen und Selbstregulation. Neurowissenschaftliche Grundlagen und Transfer in die pädagogische Praxis. Bern: Hogrefe
- Kubesch, S., Hansen, S. (2017). Sport im Fokus. Exekutive Funktionen trainieren, Leistung optimieren, mentale Stärke ausbilden. Heidelberg: VERLAG BILDUNG plus
- Ross, W. Greene (2012). Verloren in der Schule. Wie wir herausfordernden Kindern helfen können. Bern: Huber
- Duckworth, A. (2017). Grit – Die neue Formel zum Erfolg: Mit Begeisterung und Ausdauer ans Ziel. C. Bertelsmann
- Baumeister, R., Tierney, J. (2017). Die Macht der Disziplin. Frankfurt: Campus
- Carol Dweck (2016). Selbstbild. München: Piper
- Stuber-Bartmann, S. (2017). Besser lernen: Ein Praxisbuch zur Förderung von Selbstregulation und exekutiven Funktionen in der Grundschule. Ernst Reinhardt Verlag
- Eckenbach, K. (2017). Games for Brains: Spielerische Lernförderung durch Bewegung. Kallmeyer

### WEBSEITEN

- Theorie, Spiel- und Übungssammlung: [www.fit-lernen-leben.ssids.de](http://www.fit-lernen-leben.ssids.de)
- Website zu PfiFF und Sport im Fokus: [www.spielundsportplus.de](http://www.spielundsportplus.de)
- Mental-Stark-Hausaufgaben- und Lernplaner sowie die die Mental-Stark-Lerntipps als Filme: <https://www.verlag-bildungplus.org/exekutive-funktionen-und-selbstregulation/selbstreguliertes-lernen/hausaufgaben-und-lernplaner/>
- Mäx Gongster, Hirnschmalz-Geschichten, Bilderbuchkino und kognitives Training und bald auch Kopiervorlagen für den Unterricht: [www.verlag-bildungplus.org](http://www.verlag-bildungplus.org)
- Website zu Mäx Gongster: [www.schlimme-schule.de](http://www.schlimme-schule.de)
- Beitrag von Sabine Kubesch im Klexer (Online-Grundschulmagazin von Cornelsen mit Kopiervorlagen und Übungs- und Spielbeschreibungen): <https://institutbildungplus.jimdo.com/fortbildungen/grundschule/>
- Funterval-Booklet: <http://130.15.159.10/musclephysio/Activity%20Booklet.pdf>
- Siehe auch: <http://tabatakids.com/2015/01/25/tabata-kids/>
- Tabata-Musik: [https://www.amazon.de/s/ref=nb\\_sb\\_noss?\\_mk\\_de\\_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&url=search-alias%3Daps&field-keywords=Tabata+Kids](https://www.amazon.de/s/ref=nb_sb_noss?_mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&url=search-alias%3Daps&field-keywords=Tabata+Kids)

## Für den Grundschulbereich des Weiteren empfehlenswert

- Die fex-Spiel- und Lernmaterialien von Wehrfritz und HABA:  
[https://wehrfritz.com/de\\_DE/search?q=fex%3Arelevance&nav=&zg=ueber\\_wehrfritz&mode=&viewMode=GRID](https://wehrfritz.com/de_DE/search?q=fex%3Arelevance&nav=&zg=ueber_wehrfritz&mode=&viewMode=GRID)
- Die Förderung der Selbstregulation und das Training exekutiver Funktionen findet sich auch in den Grundschullehrwerken Einstern und Einsterns Schwester von Cornelsen.
- Die Arbeitsgedächtnisaufgaben (Gedächtnis-Ausweis) für den Mathematikunterricht auch unabhängig vom Lehrwerk hier:  
<https://www.cornelsen.de/lehrkraefte/reihe/r-5045/ra-10224/materialien>
- Ulrich Hoffmann (2017). Konzentrieren ist ja ganz leicht. Mini-Meditationen für Kinder. München: Knauer Balance (gibt es als CD oder als Buch mit CD).

## SPIELE FÜR DIE NACHMITTAGSBETREUUNG

Eine kleine Auswahl an bekannten Spielen, die ein implizites Training beinhalten (für Nachmittags/Ganztagsbetreuung):

- Schach mit 2 Brettern (man wechselt bei jedem Zug das Brett. Auf Brett 1 zieht man die weißen Spieler, auf Brett 2 zieht man die schwarzen Figuren)
- Im Wechsel: Geistesblitz 1 und 2
- Geistesblitz 5 vor 12
- Schwarz Rot Gelb
- Kakerlakensalat
- Schattenmonster
- Dodelido
- Panic Lab
- Paku Paku
- Dobble
- We will Rock you
- Ligretto
- Phase 10 Triple<sup>3</sup>
- Dots