

Inclusive Förderung durch Ausbildung von KonzCoaches in allen Grundschulklassen und in der Sek.Stufe I bis Klasse 7

1. Die Konzeption

1.1.Wissenschaftliche Einordnung des Konzeptes

1.2.Schulische Ausgangslage/ Bedarf

1.3.Das Ziel

1.4.Die Strategie

1.5.Der Gewinn der Schülerexperten als Coaches für Schüler und Lehrer

1.6.Die KonzCoach Ausbildung

1.6.1 Die Auswahl der Schülerexperten

1.6.2 Der Zeitrahmen

1.6.3 Vermittlung und Ausbildungsorganisation

1.6.4 Der Abschluss

1.6.5 Die Zertifizierung zum Konz Coach

2.0 Die Methode- Teschlerlernförderung

2.1 Die Übungen

3. Das Projekt-Leitung

4. Ausblick- Implantierung in den Schulalltag

Die Idee: Schülerexperten für Konzentrations-Exzellenz auszubilden, die dann als Multiplikatoren in Ihren Klassen tätig sind.

Das Konzept: Inclusive Förderung durch Ausbildung von KonzCoaches in allen Klassen

Das Motto: Konzentration und starke Nerven für alle :-) oder Inclusion tut allen gut!

1. Die Konzeption

1.1 Die Wissenschaftliche Einordnung des Konzeptes

Das Konzept basiert auf dem Ansatz der Ganzheitlichkeit des Menschen.

Es ist auf inclusive Bildungsziele ausgerichtet. Desweiteren nutzt es das Empowerment-Prinzip und trägt der systemisch-konstruktivistischen Überzeugung Rechnung, dass jeder Mensch ein autopoietisches System ist, das zur Selbststeuerung befähigt ist und durch geeignete Impulse sich konstruktiv in sozialer Gemeinschaft wechselseitig beeinflusst.

1.2 Schulische Ausgangslage/Bedarf

Zunehmende Konzentrationsschwierigkeiten, mangelnde Aufmerksamkeit (ADHS), vermehrte motorische Unruhe sowie schnelle Ablenkbarkeit und wenig Ausdauer prägen häufig die Unterrichtsstunden. Dies führt zu erheblichen Unterrichtsstörungen, Verringerung von Lern- und Leistungskompetenz der Schüler sowie zu erhöhter nervlicher Belastung der Lehrer. Differenzierte Arbeitsblätter, zusätzliche Bewegungszeiten und Entspannungsübungen sind meist nur temporär erfolgreich. Es besteht der dringende Bedarf, Möglichkeiten zu finden, die eine nachhaltige Konzentrationsfähigkeit der Schüler aufbauen und sichern.

1.3 Das Ziel

Allen Schülern Möglichkeiten bereit zu stellen, ihre Konzentration dauerhaft zu verbessern, motorische Unruhe abzubauen sowie Aufmerksamkeit und Ausdauer auszubauen. Dies soll mit möglichst geringem personellen und zeitlichen Aufwand geschehen.

1.4 Die Strategie

Um dieses Ziel zu verwirklichen, haben wir an der integrativen Grundschule ein Konzept mit körpertherapeutischen Übungen aus der TeschlerLernförderung entwickelt, das die Konzentrationsfähigkeit aller Schüler substantiell und anhaltend verbessert.

Jeder Schüler bringt je nach „Tagesform“ und Lebensgeschichte unterschiedliche Voraussetzungen für seine Konzentrationsfähigkeit mit, die teils auffällig im Verhalten sichtbar, teils unauffällig oder wechselhaft sind. Hier ist jetzt der Ansatzpunkt für die KonzCoaches. Sie sind ausgebildete Schülerexperten, die vier Körperübungen und eine

Massagetechnik (auch gut geeignet für spastische Schüler oder Schüler im Rollstuhl) zur Erlangung von stabiler Konzentration im Repertoire haben. Diese vermitteln sie dann an ihre Mitschüler weiter und üben mit ihnen gemeinsam. Die jeweiligen Übungen trainieren unterschiedliche Aspekte der Konzentrationsfähigkeit (wie beispielsweise „sich Ausrichten“, „das Focussieren“, Ausdauer, Abbau muskulärer Überspannung, Aufbau innerer Ruhe und Gelassenheit) Die Körperübungen greifen bei jedem Schüler (mit oder ohne Förderbedarf) genau dort, wo Konzentrationsbedarf besteht. Daher können alle Schüler dieselben Übungen machen, doch die Wirkung ist individuell verschieden.

1.5 Der Gewinn der Schülerexperten als Coaches für Schüler und Lehrer

Das Klassensystem wird ruhiger, da sich vier Schüler bereits selbst coachen können und zunehmend besser mit Ablenkung und Unkonzentriertheit umzugehen wissen. Die Lehrer können die Coaches als Assistenten zur Unterrichtsgestaltung einsetzen. Die Schüler dienen als positives Beispiel dafür, wie einer Störung (z.B. innere Unruhe) durch konstruktive Selbsthilfe (Übung) begegnet werden kann. Die vier Coaches lernen, Verantwortung zu übernehmen. Sie sind bedeutsam, wodurch ihr Selbstvertrauen und ihr Selbstbewusstsein gestärkt wird. Die Mitschüler lernen in Augenhöhe, was sie gegen Konzentrationsmangel, Unruhe, Zappeligkeit selbst unternehmen können. Sie verbessern ihre Selbstwahrnehmung, stärken ihre Selbstkompetenz und Selbstständigkeit. Sie erleben sich als fähiger und erfahren eine wertvolle Grundhaltung: Ich kann mir selber helfen. Diese Haltung ist besonders für Schüler mit Förderbedarf eine große Unterstützung für ihr Selbstbewusstsein.

Durch die Gesamtheit dieser positiver Interventionen erfahren die Lehrer direkte Entlastung im Unterricht. Ebenso werden sie dadurch entlastet, dass ihre Zeitressourcen geschont werden, denn sie müssen nicht an zusätzlichen Fortbildungen teilnehmen.

1.6 Die KonzCoach Ausbildung

1.6.1 Die Auswahl der Schülerexperten

Die Lehrer wählen vier Schüler aus ihrer Klasse: zwei Jungen und zwei Mädchen (einerseits wegen der Parität, andererseits wegen der Massagetechnik, die gleichgeschlechtlich gelernt und angewendet wird). Zwei Kinder davon mit offensichtlichen Konzentrationsproblemen (ADHS, Kinder mit Förderbedarf ES, GE, LE , Asperger Autismus oder sonstiges), zwei Regelkinder ohne offensichtliche Konzentrationsstörungen.

Die Namen der Kinder werden in eine Liste eingetragen, die am Lehrer Info-brett hängt.

1.6.2 Der Zeitrahmen

Das Training findet einmal in der Woche für eine Unterrichtsstunde statt. Es dauert 4-5 Wochen. Danach sammeln die Schüler selbsttätig für 4-6 Wochen praktische Erfahrungen, daran anschließend erfolgt eine 15minütige praktische

Prüfung zum KonzCoach sowie eine 5-10minütige Urkundenverleihung in der Klasse.

1.6.3 Vermittlung und Ausbildungsorganisation

In den Trainingsstunden lernen die Kinder vier Körperübungen und eine Energie-Massage-Technik. In den einzelnen Stunden werden 1-2 Übungen eingeführt, geübt und wiederholt. Es werden Inhalte und Anwendungsmöglichkeiten besprochen. Der Unterricht und die Ausbildungsorganisation werden von einer qualifizierten Lehrkraft in TeschlerLernförderung oder mit Zusatzqualifikation „KonzCoaching mit TeschlerLernförderung“ geleitet.

1.6.4 Der Abschluss

In der letzten Trainingsstunde gibt es eine theoretische Prüfung. Hierbei zeigen die Schüler die gelernten Übungshaltungen und die Massagetechnik. Sie erklären in welcher Reihenfolge sie die Übungshaltungen einnehmen müssen und auf was zu achten ist. Konnten die Schüler diese Anforderungen in befriedigender Weise erfüllen, sollen sie nun selbstständig Erfahrungen in der Vermittlung der Übungen sammeln.

Um ihre Übungs-Einheiten zu protokollieren, erhalten sie einen PRAXIS Zettel auf dem der Name des Übungs-Kindes, der Name der Übung und das Datum vermerkt werden. 10 Übungseinheiten sind zu absolvieren. Die angehenden Coaches können mit Kindern ihrer Klasse üben oder aus der OGATA. Ist der PRAXIS Zettel ausgefüllt, vereinbaren die Schüler einen Termin zur praktischen Prüfung mit ihrem/er Ausbildungslehrer/in: Hier zeigen sie zwei Übungen ihrer Wahl mit einem „Vorführ-Schüler“ ebenfalls ihrer Wahl. Ist die Vorführung befriedigend erfüllt worden, wird ein Portrait-Foto für die Urkunde des bestanden Coaches sowie ein Foto zur Erinnerung mit seinem Vorführ-Schüler gemacht.

1.6.5 Die Zertifizierung zum KonzCoach

Die bestandenen KonzCoaches erhalten in ihrer Klasse eine Befähigungs-Urkunde. Diese wird feierlich überreicht und aufgehängt. Jetzt sind die neuen KonzCoaches einsatzbereit!

2. Die Methode- TeschlerLernförderung (TL)

Die TL ist eine ganzheitlich orientierte, körpertherapeutische Lernfördermethode.

Sie basiert auf drei Säulen:

Körperübungen, Mentaltechniken, Massage – und Entspannungs-Techniken. Ihr Behandlungsspektrum deckt alle Bereiche von Lernschwierigkeiten und -störungen ab.

Für den schulischen Gebrauch eignen sich besonders die Körperübungen und die Massage.

Der Grundsatz der Methode ist "Alle Kinder wollen lernen".

Viele Ursachen von Lernschwierigkeiten entstehen, meist schon vor der Einschulung. Im schulischen Verlauf kommt es dann auf den unterschiedlichsten Ebenen (körperlich, seelisch, geistig) oder im familiären und/oder schulischen Umfeld zu Schwierigkeiten, welche die Schüler nicht mehr alleine in den Griff bekommen. Fast alle Schüler versuchen auf die unterschiedlichsten Arten erst einmal das Problem allein zu lösen. Diese Lösungsversuche müssen im sozialen Umfeld nicht als Lösung erkannt werden. Wahrscheinlicher ist, dass diese als Störung wahrgenommen werden.

Daraus hat sich als weiterer Grundsatz entwickelt, dass Kinder generell nicht an Problemen, sondern an Lösungen interessiert sind.

Der entwicklungspsychologische Ansatz fließt in die Methode dahingehend ein, dass Kinder ihr ICH über den Körper definieren, über ihr Wohl- oder Nicht-Wohlbefinden. Kurz gesagt: Fühlen sie sich wohl sind sie o.k und lernfähig. Daher sind Kinder gut über Körperübungen zu erreichen, die ihnen ein Wohlbefinden verschaffen.

Noch weitere Grundannahmen der TL in Bezug zur Konzentration:

Konzentration ist eine körperliche Fähigkeit und (innere) Haltung, die körperlich trainiert werden kann. Das heißt, es müssen bestimmte körperliche Voraussetzungen vorhanden sein, damit sich ein Kind (Jugendlicher/Erwachsener) konzentrieren kann. Und es gibt nicht **die** Konzentration, sondern es gibt unterschiedliche Tätigkeiten, die unterschiedliche Arten von Konzentration verlangen. Diesen Grundannahmen tragen die Konz.Übungen und die Massage für die Coach-Ausbildung Rechnung. Sie schaffen und erhalten die körperliche Basis für konzentratives Verhalten.

2.1 Die Übungen

Der Rennfahrer

Übung zur Steigerung der Konzentration, Focusierung, Überwindung von Ablenkung, sich selbst „bei der Stange zu halten“.

Der Fernseher

Übung zum Aufbau von Konzentration in Bezug auf ein schulrelevantes Thema. Direkte körperliche und wahrnehmungsgeladete Auseinandersetzung mit dem gewählten Thema (z.B. Hausaufgaben, Schreibschrift, Klassenarbeiten, Einmaleins etc..).

Das Marschieren

Übung zum muskulären und nervlichen Spannungsabbau und zum Aufbau innerer Ruhe und Ausgeglichenheit durch Nervenstärkung.

Die Zappelfinger

(ADHS Übung) Abbau von Hyperaktivität, motorischer Unruhe und hoher Spannung, innerem Stress, Überdrehtheit. Die Übung wirkt ausgleichend und harmonisierend auf die Gehirnfunktionen.

Alle Übungen sind so konzipiert, dass sie bis in den Kern der Thematik (z.B. Überspannung) hineinreichen und sich von dort heraus lösen (z.B. Ausagieren aus dem Kern heraus) lassen. So geschieht der Abbau von Störungen und Blockierungen. Beim Aufbau wird durch die eingenommene Haltung ein biopsychischer Prozess initiiert, der den Körper und damit die innere Haltung so aufbaut, dass Focussierung, Ausdauer und gut funktionierende Nerven- und Gehirnfunktionen ausgebildet werden.

Sie regen den Stoffwechsel an, dienen dem muskulären Spannungsabbau und stärken die Nerven.

Die Massage ist eine Körperenergie-Massage, die den Massageempfänger dazu bringt Konzentration und Orientierung aufzubauen, wobei Überspannung und innerer Stress abgebaut werden.

3. Projekt-Leitung

Christine Weber hat das Konzept „Inclusive Förderung durch Ausbildung von KonzCoaches in allen Klassen“ an der Grundschule Klauberg mit bester Unterstützung durch die Schulleitung und des kooperativen Kollegiums entwickelt und umgesetzt. Sie bildet Lehrer an Schulen in „KonzCoaching mit TeschlerLernförderung“ als Trainer aus.

Frau Weber ist Sonderpädagogin mit Ausbildung in TeschlerLernförderung und seit 10 Jahren im GU an der Grundschule Klauberg in Solingen tätig. Seit dieser Zeit arbeitet sie mit dem gesamten Spektrum der Körperübungen der TL. Anfangs nur im Rahmen der Förderstunden mit den integrativen Kindern, später im Unterricht mit allen Schülern. Bei der Projektwoche zum Thema „Stark sein - mutig handeln“ standen auch hier neben kreativen Angeboten, Körperübungen im Focus des Unterrichts. Aus den inzwischen so vielfältig gemachten, durchweg positiven Erfahrungen mit den Schülern und der guten Resonanz bei Lehrern und Eltern bezüglich Lernverhalten, Lernerfolg Selbstbewusstsein, Handlungskompetenz und Konzentration entstand die Überlegung, wie kann man möglichst vielen Schülern die Möglichkeit zur „konzentrativen Selbsthilfe“ (Empowerment) zugänglich machen. So entstand das Konzept zu „Inclusive Förderung durch Ausbildung von KonzCoaches in allen Klassen“.

Literatur:

Frauke Teschler, Fit fürs Lernen, das Buch zur
TeschlerLernförderung, Polarity Verlag, Düsseldorf, 2009.

ISBN 978-3- 939578-25-3

Kompaktwissen: Frauke Teschler, Teschler Lernförderung Heft 1,
Aufmerksamkeit und Konzentration, neue Ansätze im Umgang mit ADHS und
Konzentrationsproblemen, Polarity Verlag, Düsseldorf, 2009.

ISBN 978-3-939578-39-6