
DGUV Lernen und Gesundheit

Jetzt digital: Neue Unterrichtsmaterialien für die Sekundarstufe II

Konzentration – aber richtig!

Wer erfolgreich lernen möchte, muss sich konzentrieren können. Doch das ist gar nicht so einfach. Viele Jugendliche wissen nicht, wie sie sich über einen längeren Zeitpunkt selbst so motivieren können, dass ihre Aufmerksamkeit auf die gerade anstehenden Aufgaben fokussiert wird.

Ziel der aktuellen Unterrichtsmaterialien ist es, die Schülerinnen und Schüler in ihrer Selbstregulation zu unterstützen, damit sie lernen, Verantwortung für die eigenen Lernprozesse zu übernehmen. Die Unterrichtsmaterialien sind bewusst multimedial und interaktiv angelegt: Anhand von Videos, Selbsttests und Schülertexten im Internet verbinden sie theoretische Wissensvermittlung zu den Themen Aufmerksamkeit und Entspannung mit praktischer Erprobung von Atemübungen und achtsamen Bewegungen aus dem Qigong. So bekommen Jugendliche und junge Erwachsene die Möglichkeit, eine Distanz zur außengesteuerten Wahrnehmung herzustellen, die Aufmerksamkeit auf ihre inneren Prozesse zu lenken und auf diese bewusst Einfluss zu nehmen.

Die Unterrichtsmaterialien finden Sie unter:

<https://lernraum.dguv.de/mod/book/view.php?id=72&chapterid=35>

DGUV Lernen und Gesundheit

Alle Unterrichtsmaterialien des Schulportals **DGUV Lernen und Gesundheit** sind nach Jahrgangsstufen im allgemeinbildenden und Themen im berufsbildenden Teil gegliedert. Sie enthalten in der Regel direkt im Unterricht einsetzbare Arbeitsblätter, Folien und Schülertexte. Exemplarische Unterrichtsverläufe werden in einem didaktisch-methodischen Kommentar dargestellt, durch Hintergrundinformationen, eine Auflistung der zu erlangenden Kompetenzen und durch eine umfangreiche Mediensammlung ergänzt.

Jeden Monat neue Unterrichtsmaterialien: www.dguv.de/lug

Bleiben Sie informiert und abonnieren Sie unseren *Newsletter!*

Kontakt Redaktion:

Universum Verlag, Karen Guckes-Kühl (Redakteurin DGUV Lernen und Gesundheit)

E-Mail: kguckes-kuehl@universum.de

Ansprechpartner

Martina Beuting
martina.beuting@universum.de

Tel.: 0611 . 90 30 - 271
Fax: 0611 . 90 30 – 379

Universum Verlag GmbH
Taunusstraße 54