

Life - Kinetik - das Bewegungsprogramm zur Gehirnentfaltung

Life-Kinetik ist eine Trainingsform, die das Gehirn mittels nicht alltäglichen koordinativen, kognitiven und visuellen Aufgaben fördert. Dabei wird keine Übung so lange trainiert, bis eine Automatisierung eintritt.

Das Prinzip des Konzeptes ist ebenso einfach wie komplex und in seiner Trainingsform einzigartig. Es gibt kein vergleichbares Training dieser Art.

Mit dem Life-Kinetik- Training wird das Gehirn ständig neu herausgefordert. Dadurch entstehen neue Verbindungen (Synapsen) im Gehirn. Je mehr Verbindungen angelegt sind, desto höher ist die Leistungsfähigkeit.

Life Kinetik ist also als Mix aus Bewegung, Gehirnjogging und Wahrnehmung zu verstehen, welches den Kindern enormen Spaß bereitet.

Positive Auswirkungen für Ihre Kinder kurz zusammengefasst:

- flexibleres Denken, z.B. bei Klassenarbeiten
- schnelleres Auffassungsvermögen
- Lesen und Rechtschreibung können sich verbessern
- zeitgleiche Wahrnehmung verschiedener Informationen wird trainiert
- verbesserte Konzentrationsfähigkeit
- schnelleres Abrufen von Wissen
- Selbstbewusstsein und Konsequenz
- Konzentration und Geduld
- Aktivität und Ordnung
- Fröhlichkeit und Ausgeglichenheit

In unserer Schule findet Life Kinetik in diesem Schuljahr als dritte Sportstunde in allen Klassen statt. Diese Sportstunde wird von unseren Life-Kinetik-Schulcoaches gegeben. Frau Molsner und Frau Müller-Axt haben diese Qualifikation im Rahmen einer Fortbildung erworben. Diese Fortbildung wurde von der **VIACTIV Krankenkasse** bezahlt. Die Schule erhielt ebenfalls von der Krankenkasse eine Tasche mit Material, das für die Umsetzung des Life-Kinetik-Trainings eingesetzt wird.