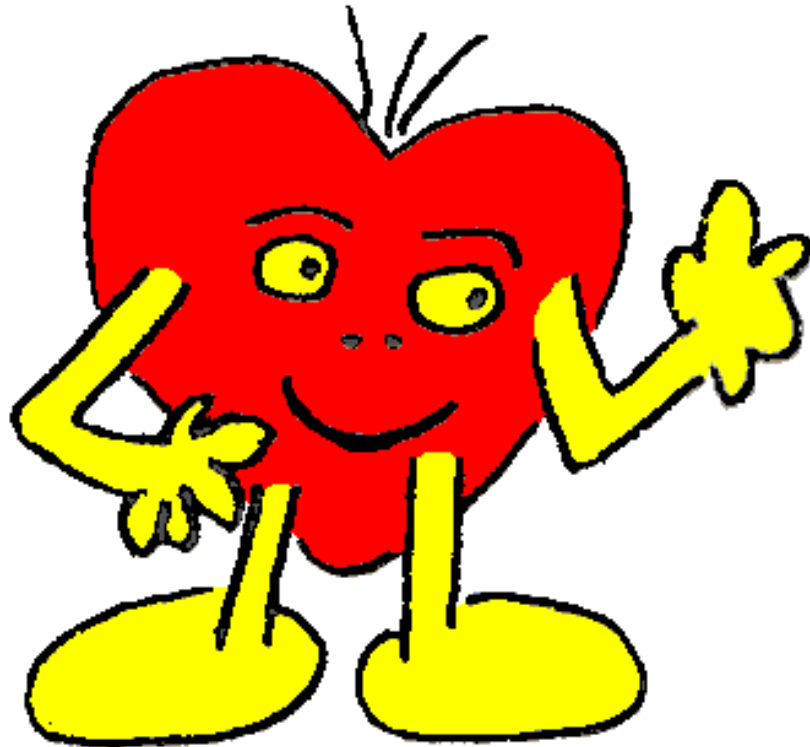


Forum Materialien

Felicitas Kocks



Lernberatung

Theorie und Praxis

Stress und Panik sind Feinde des Lernens.
Nur wer gelassen und mit Freude an den Lernstoff
herangehen kann, lernt leicht und effektiv!

Alltag meistern Leben gestalten

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	4
Unser Gehirn	5
Unser Gedächtnis	8
Unsere Wahrnehmung	10
Die Lerntypen	13
1. der auditive Typ	14
2. der visuelle Typ	15
3. der kinästhetische Typ	16
Lerntypentests	17
Tipps für den auditiven Typ	21
Tipps für den visuellen Typ	22
Tipps für den kinästhetischen Typ	24
Kinesiologische Übungen	25
Die Gehirnorganisationsprofile	26
Was sind Gehirnorganisationsprofile?	26
Allgemeine Zusammenfassung der Profile	27
Die verschiedenen Profile	28
Tests	33
Tipps	38
Brain Gym® Übungen	42
Die drei Dimensionen der Brain Gym® Übungen	42
1. Wasser trinken	44
2. Überkreuzbewegung	45
3. Liegende Acht	46
4. Double Doodle	47
5. Elefant	48
6. Eule	49
7. Denkmütze	50
8. Gehirnknöpfe	51
9. Hook ups	52
10. Positive Punkte	53
Spiele und Fantasiereisen für die Praxis	54
1. Eine Reise durch unsere beiden Gehirnhälften	54
2. X - Fantasiereise	55
3. Die Fliege und das Pferd	56
4. Es geht mir gut	56
5. Tennisballspiel	56
6. Sitztanz	57
7. Der Kometenschwarm	57
8. Ballspiel zur Konzentration	57
9. Dino	58
Literaturliste	59