

# Kurznavigation durch das Buch „Volle Konzentration durch KonzCoaches“

Ausgabe für die Sekundarstufe I

von Christine Weber

**K**onzCoaches sind Konzentrationsexperten, die sich und Ihre Mitschüler im Unterricht bei mangelnder Konzentration und Ablenkung selbst coachen. Sie sind die kluge Lösung gegen ständiges Ermahnen bei Unruhe und verzweifelt Auffordern zur konzentrierten Mitarbeit. Sie als Lehrer können Ihre Schüler in einer AG oder festen Wochenstunde dazu ausbilden. Alles was sie dazu benötigen erlernen sie mit Hilfe des Buches. Mit Körperübungen nachhaltig eine stabile Konzentration für die gesamte Klasse/Eingangsstufe aufbauen, dazu möchte das Buch beitragen.

Sie können das Buch als Lehrgang benutzt, und sich so direkt zum KonzCoach Trainer qualifizieren.

**Das Buch als Lehrgang – über das Selbststudium zum KonzTrainer**

Dann steigen Sie im **Kapitel „Die KonzCoach- Übungen zum Selbststudium“** ein. Nutzen Sie dazu die anschaulich bebilderten Übungsanweisungen, Tipps und Erläuterungen. So lernen Sie schnell die vier unterschiedlichen Haltungen, die Energiemassage und ihre Wirkung zum Konzentrationsaufbau kennen. Die expliziten Übungsinhalte wie „ Ablenkung überwinden, Aufbau stabiler Nervenfunktionen, Harmonisierung der Gehirnfunktionen etc.“ sind am Ende jeder Übung ausgewiesen.

Wie Sie mit Ihrem erlernten Übungsrepertoire nun Ihre Schüler in sieben Unterrichtsstunden zu KonzCoaches ausbilden können,

**Die Ausbildung der Schüler in sieben Unterrichtsstunden**

ist in sieben detailliert ausgearbeiteten und kommentierten Unterrichtsstunden beschrieben. Im **Kapitel „Das KonzCoach-Training: 7 Unterrichtsstunden“** finden Sie alles was sie für die jeweiligen Stunden benötigen. Vom einführenden und reflektierenden Gesprächen mit den Schülern, über das Trampolinquiz bis zu unterschiedlichen Arten die Übungen einzunehmen und zu erproben. Sämtliche Kopiervorlagen mit den jeweiligen Körperhaltungen, Massageanweisungen und weiteren Materialien finden sich am Ende des Buches.

Praxiserprobte Tipps wie sie die KonzCoaches auf unterschiedliche Weise im Unterricht einsetzen können, finden Sie im **Kapitel „Zum praktischen Einsatz der KonzCoaches in der Klasse“**.

Möchten Sie über den körpertherapeutischen Hintergrund der Teschler Lernförderung aus denen die Übungen stammen, informiert werden, dann lesen Sie das **Kapitel „Basisfertigkeiten guter Konzentration fördern mit der Teschler Lernförderung“**.

## Körpertherapeutische Hintergründe und die Theorie der Konzentration


Interessiert Sie die Theorie, was Konzentration eigentlich ist und warum sie eine körperliche Fähigkeit ist, dann sind Sie im **Kapitel „Konzentration: Definition, Ursachen und Einflüsse“** richtig.

Das KonzCoach Konzept ist aus sich heraus inklusiv ausgerichtet. Lesen Sie im **Kapitel „Inklusiv arbeiten mit dem KonzCoach Konzept“** wie sich einige Bereiche aus dem Fragenkatalog „Index für Inklusion“ in der Arbeit mit den KonzCoaches konkretisieren. Hier finden Sie Schulpraxis relevante Antworten zu den Themenkomplexen „Gemeinschaft bilden“, „Inklusive Werte verankern“ „Inklusive Strukturen etablieren“ und „Lernarrangements“ organisieren.

## Das KonzCoach Konzept und die Inklusion

Wollen Sie wissen wie Sie das KonzCoach Konzept in Ihr Schulprogramm implementieren können, so folgen sie einfach den sechs Schritten im **Kapitel „Das KonzCoach-Konzept in der Schule einführen“**. Angefangen bei der Interessensabfrage des Kollegiums bis hin zur Verankerung im Schulprogramm werden Sie sicher durch die unterschiedlichen Aufgaben geleitet.

## Das KonzCoach Konzept und die Implementierung ins Schulprogramm

Die verschiedenen Kapitel werden immer wieder mit **Beispielen aus der Praxis** begleitet. Diese sind gut sichtbar hervorgehoben. Hier lesen sie beispielsweise wie sich Schüler durch die KonzCoach Übungen positiv in ihrem Lernen und Verhalten verändert haben oder welche Erfahrungen Lehrer bei einer Fortbildung mit den Übungen gemacht haben. 

### Über die Autorin

Christine Weber ist Sonderpädagogin an der integrativen Grundschule Klauberger Straße in Solingen. Sie ist seit 10 Jahren Lehrerin für Teschler Lernförderung und hat zahlreiche körpertherapeutische Aus- und Fortbildungen besucht.

#### Kontakt:

danteweber@web.de

---

**AUSWEGE – Perspektiven für den Erziehungsalltag**  
Online-Magazin für Bildung, Beratung, Erziehung und Unterricht  
[www.magazin-auswege.de](http://www.magazin-auswege.de)  
[antwort.auswege@gmail.com](mailto:antwort.auswege@gmail.com)