

# Förderung der Selbstregulation und exekutiver Funktionen von Kindern und Jugendlichen

Dr. Sabine Kubesch  
Institut Bildung plus, Heidelberg

Institut für Sport und Sportwissenschaft, Geb. 40.40  
Donnerstag, 11.01.2018, 17:30–19:00 Uhr, Hörsaal

INSTITUT FÜR SPORT UND SPORTWISSENSCHAFT



**Dr. Sabine Kubesch**, studierte Germanistik, Sport- und Sportwissenschaft, arbeitete als Sporttherapeutin und promovierte im Bereich Humanbiologie über den Einfluss von körperlicher Aktivität auf exekutive Funktionen. Von 2006 bis 2011 leitete sie die Arbeitsgruppe „Exekutive Funktionen und Sport“ am ZNL TransferZentrum für Neurowissenschaften und Lernen an der Universität Ulm.

Exekutive Funktionen, die der Selbstregulation unterliegen, wirken sich nicht nur auf den Schulerfolg aus, sondern befähigen Kinder und Jugendliche auch zu Mitgefühl und Selbstbeherrschung – zwei wichtige Grundlagen für das soziale Zusammenleben in Familie, Schule und Freundeskreis. Im Vortrag wird aufgezeigt, wie die Förderung der Selbstregulationsfähigkeit und das Training exekutiver Funktionen spielerisch, in Bewegung, durch den Sport und beim Lernen umgesetzt werden kann.