

Live Online-Seminar: Bedeutung der Bewegung für die exekutive Funktionen | Gedächtnis und Schulleistungen bei Kindern und Jugendlichen | 2 FP



Kinder und Jugendliche brauchen mehr Bewegung!

Sie erreichen heutzutage kaum mehr das Mindestmaß an körperlicher Aktivität, wie es von anerkannten Institutionen empfohlen ist.

Die Folge: Beeinträchtigung der Gesundheit und Gehirnfunktionen, etwa durch Adipositas und Stoffwechselerkrankungen.

Themen des Kurses:

- Welche Bewegungsmodalitäten wirken sich auf spezifische exekutive Funktionen wie Arbeitsgedächtnis, kognitive Flexibilität und Inhibition aus?
- Auf welche Weise kann und sollte man die Schulleistungen durch körperliche Aktivitäten fördern?
- Wie kommt es zu neuronalen Defiziten und Verhaltensauffälligkeiten, z.B. ADHS)
- Bewegung kann die Neuroplastizität sowie die Hypocampusfunktionen verbessern. Welche vorteilhaften metabolische Mechanismen werden durch die Bewegung ausgelöst?
- Es besteht eine Wechselbeziehung zwischen Darm (Ernährung), Knochen (spezifische Botenstoffe wie Exerkine), Bewegung (Myokine und Anpassungsreaktionen) und dem neuronalen System. Diese Zusammenhänge werden sonnenorientiert erörtert.

Technische Voraussetzungen für die Teilnahme:

- Laptop oder PC mit einem gängigen Internetbrowser
- Kopfhörer, Mikrofon und Kamera
- stabile Internetverbindung

Die Zugangsdaten zum Online Seminar erhalten Sie per eMail.

Leitung	Christoph Anrich Sportwissenschaftler, Fachbuch-Autor, Gesundheitsmanager, Experte für Diabetes und Bewegungstherapie
Kursgebühr	49,00 € Inklusive Skript
Beginn	09.07.2025
Ende	09.07.2025
Kurszeiten	Mi. 09.07., 19:00 - 21:00 Uhr
Kursort	Internet, www.acadia-ecampus.de
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure, Heilpraktiker, Ärzte, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler, Osteopathen
Fortbildungspunkte	2