



Eure Klasse wurde in verschiedene Gruppen aufgeteilt. Einige von euch werden die unten stehenden Definitionen mit, die anderen ohne Störungen lernen. Jede Gruppe wird dabei auf eine andere Art und Weise abgelenkt. Hinterher könnt ihr vergleichen, wie leicht oder schwer euch das Lernen gefallen ist. Gibt es Ablenkungen, die sich negativer auswirken als andere? Warum? Die Art der Ablenkung organisiert der Lehrer mit einigen Schülern.

- Bastelt zunächst Lernkärtchen aus den unten stehenden Definitionen. Dafür schneidet ihr das Papier an den gestrichelten Linien auseinander. Dann knickt ihr die so entstandenen Streifen in der Mitte um. Klebt die beiden Seiten so zusammen, dass auf der einen Seite der Begriff und auf der anderen Seite die Erklärung steht.

Thalamus	leitet Informationen, die aus den Sinnesorganen kommen, weiter zur Großhirnrinde – aber nur wichtige	vorderer Schläfenlappen	lenkt die Aufmerksamkeit, ist für Disziplin und Konzentration zuständig
Dopamin	Botenstoff, der in den betreffenden Hirnregionen die Konzentration fördert	Adrenalin und Noradrenalin	zwei Hormone, die bei Stress ausgeschüttet werden; sie versetzen unseren Körper in Alarmbereitschaft
Cortisol	Hormon, das bei längerfristigem Stress ausgeschüttet wird	Sinneszellen	nehmen Reize auf: Berührungen, Geräusche, Licht, Gerüche, Geschmack
Synapse	Verbindungsstelle zwischen Nervenzellen	Transmitter	biochemische Botenstoffe, die Nervenimpulse auslösen



<p>Nervenimpuls</p>	<p>elektrische Erregung innerhalb einer Zelle</p>	<p>Hippocampus</p>	<p>Schaltstelle beim Übergang vom kurzzeitigen zum langzeitigen Erinnern</p>
<p>Spiegelneurone</p>	<p>Nervenzellen im Gehirn, die vermutlich das Lernen durch Nachmachen steuern</p>	<p>Belohnungszentrum</p>	<p>Hirnbereich, in dem Glückshormone ausgeschüttet werden</p>
<p>Kurzzeitgedächtnis</p>	<p>Hier bleibt ein bestimmtes Muster von Nervenzellen zwischen 20 Sekunden und einigen Minuten aktiv.</p>	<p>Arbeitsgedächtnis</p>	<p>Unterform des Kurzzeitgedächtnisses, es sorgt dafür, dass wir alle Informationen parat haben, die wir jetzt gerade brauchen</p>
<p>Tiefschlafphase</p>	<p>Zustand direkt nach dem Einschlafen; vermutlich verfestigen sich hier persönliche Erinnerungen und Faktenwissen</p>		