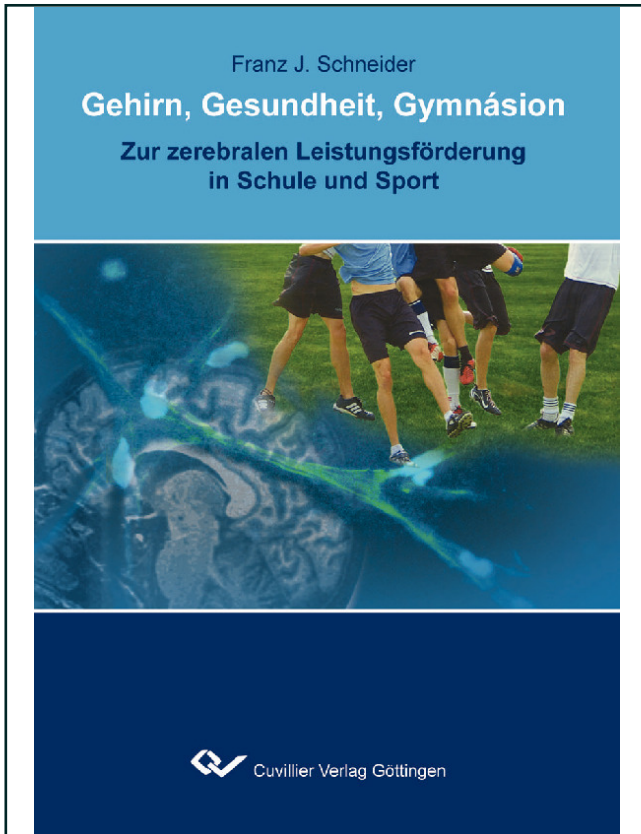




Franz J. Schneider (Autor)  
**Gehirn, Gesundheit, Gymnásion**  
Zur zerebralen Leistungsförderung in Schule und Sport



<https://cuvillier.de/de/shop/publications/1355>

Copyright:  
Cuvillier Verlag, Inhaberin Annette Jentsch-Cuvillier, Nonnenstieg 8, 37075 Göttingen,  
Germany  
Telefon: +49 (0)551 54724-0, E-Mail: [info@cuvillier.de](mailto:info@cuvillier.de), Website: <https://cuvillier.de>

## **Inhaltsverzeichnis**

	<b>Prolog</b>	<b>5</b>
	<b>Inhaltsverzeichnis</b>	<b>9</b>
<b>1</b>	<b>Einleitung</b>	<b>11</b>
1.1	„Human Resources“: Gesundheit als Fundament der Qualitätsentwicklung	11
1.2	Zielsetzungen	15
	 <b>Aspekte der qualitativen Schulentwicklung</b>	
<b>2</b>	<b>Professionalisierung, Gesundheitsförderung</b>	<b>17</b>
2.1	Voll-Professionalisierung des Lehrerberufs: Lehrerzentriertes, professionswissenschaftliches Modell	17
2.2	Gesundheit, Gesundheitsförderung und Schule – eine komplexe, fundamentale Trias	20
2.2.1	Lehrer- und Schülersgesundheit – Fakten, Analysen und Lösungsansätze	21
2.2.2	Professionswissenschaftlich begründetes neuropädagogisches Modell einer Theorie von Lehren, Lernen, Erziehen, (Sozial-) Verhalten, Bewegung und Sport	38
2.2.3	Integrierte Gesundheitslehre (iGeL) – ein Unterrichtskonzept für allgemeinbildende Schulen	49
2.2.4	Besonderheiten der Gesundheitsförderung im Sportunterricht	66
	 <b>Neurobiologische Aspekte von Kognition und Verhalten</b>	
<b>3</b>	<b>Anatomische, morphologische und physiologische Aspekte der Gehirnfunktion</b>	<b>75</b>

<b>4</b>	<b>Nutritive Effekte auf Funktion und Struktur des Gehirns</b>	<b>95</b>
4.1	Einführung in die Thematik	95
4.2	Funktionen der Makronährstoffe	112
4.2.1	Kohlenhydrate – Betriebs- (und Bau-)stoffe	112
4.2.2	Lipide – Bau- und Strukturbestandteile	133
4.2.3	Proteine – Übertragungs-, Verbindungs- und Kommunikations- substanzen	163
4.3	Mikronährstoffe (Vitamine, Mineral- und sekundäre Pflanzen- stoffe) und Wasser – Schutz-, Regenerations- und Transport- stoffe	186
<b>5</b>	<b>Effekte ausgewählter Neurotoxine auf Funktion und Struk- tur des Gehirns</b>	<b>213</b>
<b>6</b>	<b>Zur interdependenten Beziehung zwischen Gehirn und Mo- torik</b>	<b>249</b>
<b>7</b>	<b>Gesundheitspädagogische Impulse zur Qualitätsentwick- lung</b>	<b>295</b>
7.1	Schulische Maßnahmen gegen Adipositas	295
7.2	Schlaf: Regeneration, Adaptation und Lernen	314
7.3	Nikotinkonsum und psycho-physische Leistungsfähigkeit	335
7.4	Alkoholkonsum: Prosit – wem nützt es?	359
7.5	Bekleidung im Sport: Vom Stoff, der unter die Haut geht	372
<b>8</b>	<b>Ausblick: <i>Brain matter(s)</i></b>	<b>385</b>
<b>9</b>	<b>Anhang</b>	<b>395</b>
9.1	Abkürzungsverzeichnis	395
9.2	Abbildungsverzeichnis	399
9.3	Tabellenverzeichnis	403
9.4	Labortest-Apparatur: <i>Rotarod</i>	405
9.5	Illustration unterschiedlicher experimenteller Käfigtypen	406