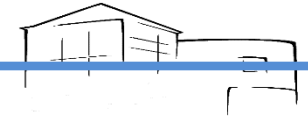




Chorklasse am Lise-Meitner-Gymnasium

**Teil I**

**Filme**



„Daumen hoch we like – LMG“







# „Ihr seid wohl neu“





## Teil II

# Momente - Menschen

Lise-Meitner-Gymnasium Willich:  
Rundum lebendig.





Lise-Meitner-Gymnasium Willich:  
Rundum lebendig.



**Lise-Meitner-Gymnasium Willich:  
Rundum lebendig.**





Lise-Meitner-Gymnasium Willlich:  
Rundum lebendig.





Lise-Meitner-Gymnasium Willich:  
Rundum lebendig.





Lise-Meitner-Gymnasium Willlich:  
Rundum lebendig.





Lise-Meitner-Gymnasium Willich:  
Rundum lebendig.





Lise-Meitner-Gymnasium Willich:  
Rundum lebendig.





Lise-Meitner-Gymnasium Willich:  
Rundum lebendig.





Lise-Meitner-Gymnasium Willlich:  
Rundum lebendig.





Lise-Meitner-Gymnasium Willich:  
Rundum lebendig.









## Teil III

# Wissenschaftliche Begründung



**„Auf der Suche  
nach optimaler Hirnbenutzung**

**ist Singen das Beste,  
was es gibt.**

**Speziell für Kinder.“**

Gerald Hüther,

Neurobiologe und Hirnforscher an der Universität Göttingen



Gerald Hüther

zum Thema „Wie man sein Gehirn optimal nutzt“, Mai 2008

Er streift in seinem Vortrag viele Themen.

Alle kreisen um die Frage:

Was fördert und was behindert die optimale Gehirnnutzung?

---

**„Auf der Suche nach optimaler Hirnbenutzung  
ist SINGEN das Beste, was es gibt.  
Speziell für Kinder.“**

Begründung

1. Wer singt, hat keine Angst-Gefühle. Die Körperhaltung beim Singen lässt es nicht zu, dass man Angst empfindet. **Singen macht angstfrei.**



3. Singen schult das **Denken in größeren Zusammenhängen**. Das Lied als Gestalt betrachtend, ist der Sänger Teil des großen Ganzen, er gestaltet das große Ganze.
4. Das gemeinsame Singen mit Anderen schafft das wunderbare Gefühl von **Sozialresonanz**. Hier werden emotionale Kompetenzen grundgelegt, die Fähigkeit sich auf die Anderen einzustimmen, sich in Andere einzufühlen, mit ihnen in Resonanz zu kommen.





All das, was beim Singen im Gehirn geschieht, nicht zu nutzen, wäre dumm.

Man kann es nicht verhindern: Wenn man singt, kommt man in ein gutes Gefühl. Singen geht unter die Haut. Es löst immer wieder positive Gefühle aus. Und das selbstregulatorisch. Diese Erfahrung ist ein Leben lang abrufbar. Als Kind zu erfahren, dass man **sich selbst durch das Singen in ein gutes Gefühl bringen kann**, bedeutet über eine **Resource** zu verfügen, die bis ins hohe Alter abrufbar ist.

Singen aktiviert die emotionalen Zentren im Hirn. Es kommt zur Ausschüttung von Dopamin und endogenen Opiaten, den Peptiden (beide sind neuroplastische Botenstoffe). Diese Substanzen wirken auf die dahinterliegenden Nervenzellen, und zwar bis in den



hinein. Es kommt zur Proteinproduktion, die im Routinebetrieb nicht stattfindet. Und das sind **Wachstumsfaktoren für neue Membrane und für neue Synapsen**. Man stößt sozusagen die Bereitschaft für Umbauprozesse regelrecht an.

Gerald Hüther schließt mit der dringenden Bitte, das Singen zu fördern:

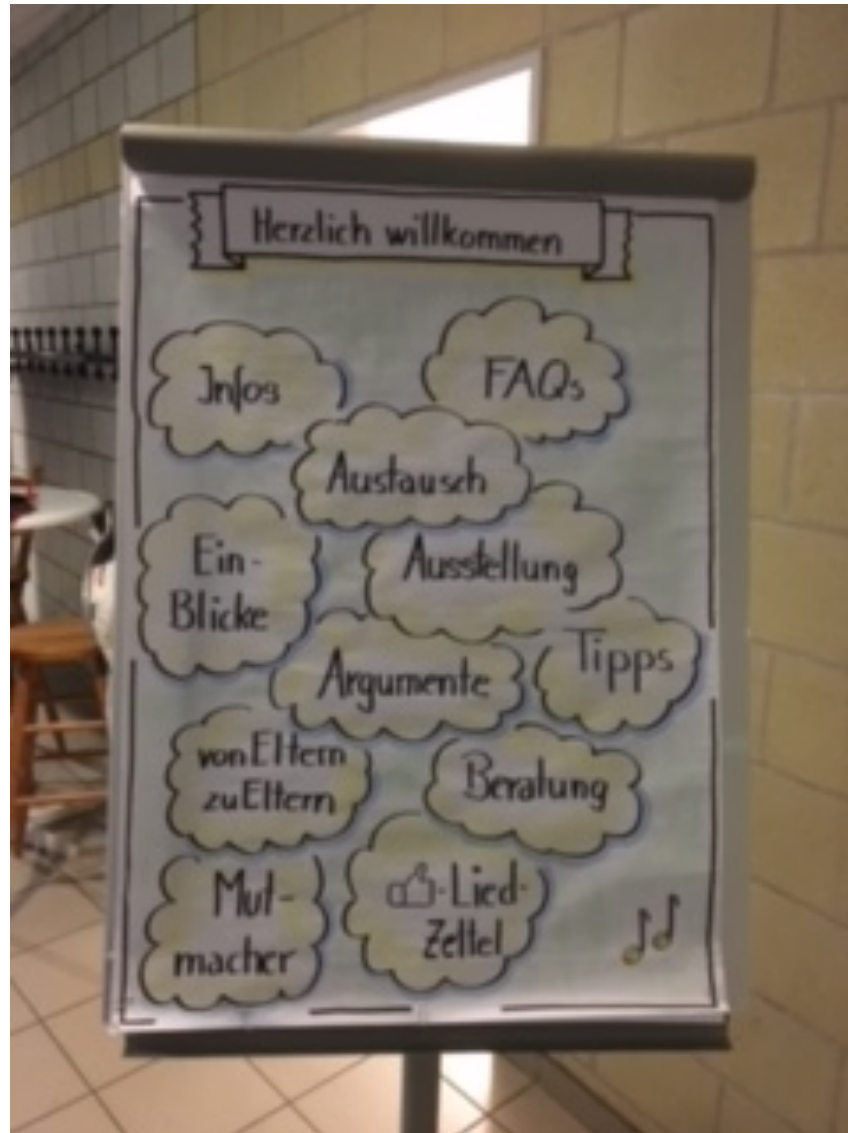
„Es ist unsere Verantwortung als Erwachsene, dass wir solche **wichtigen Kulturleistungen** wie das Singen nicht einfach den Bach hinuntergehen lassen.“

(mit freundlicher Genehmigung von Gerald Hüther, zusammengefasst von Rita Wermes)



## Teil IV

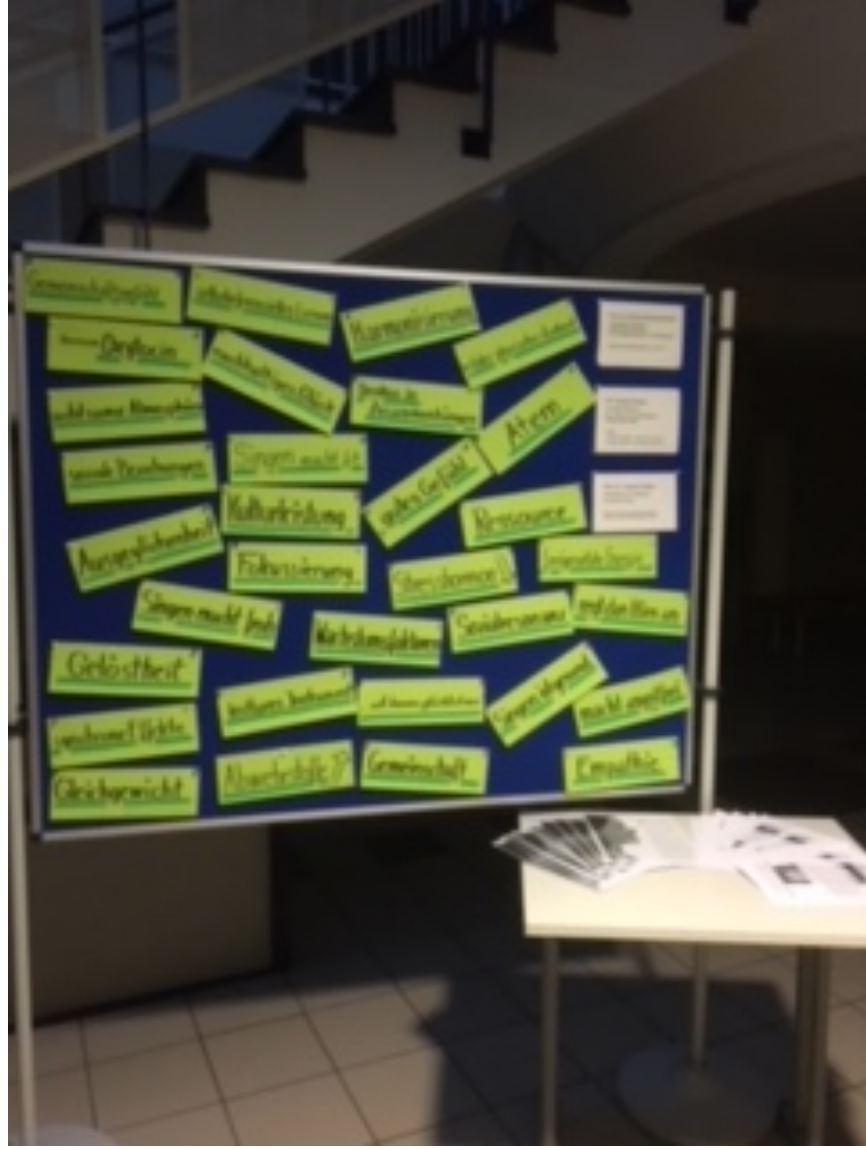
# Die Ausstellung am Schnuppertag



Lise-Meitner-Gymnasium Willlich:  
Rundum lebendig.

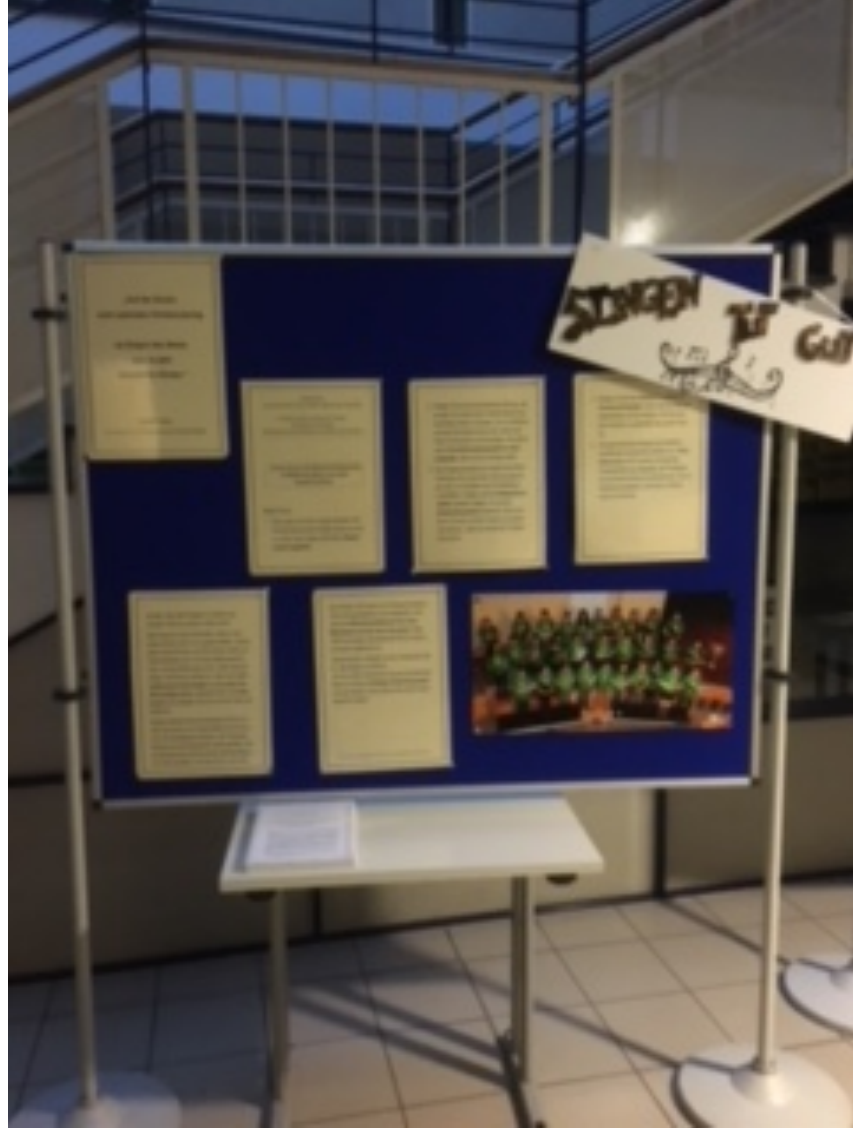


# Lise-Meitner-Gymnasium Willich: Rundum lebendig.





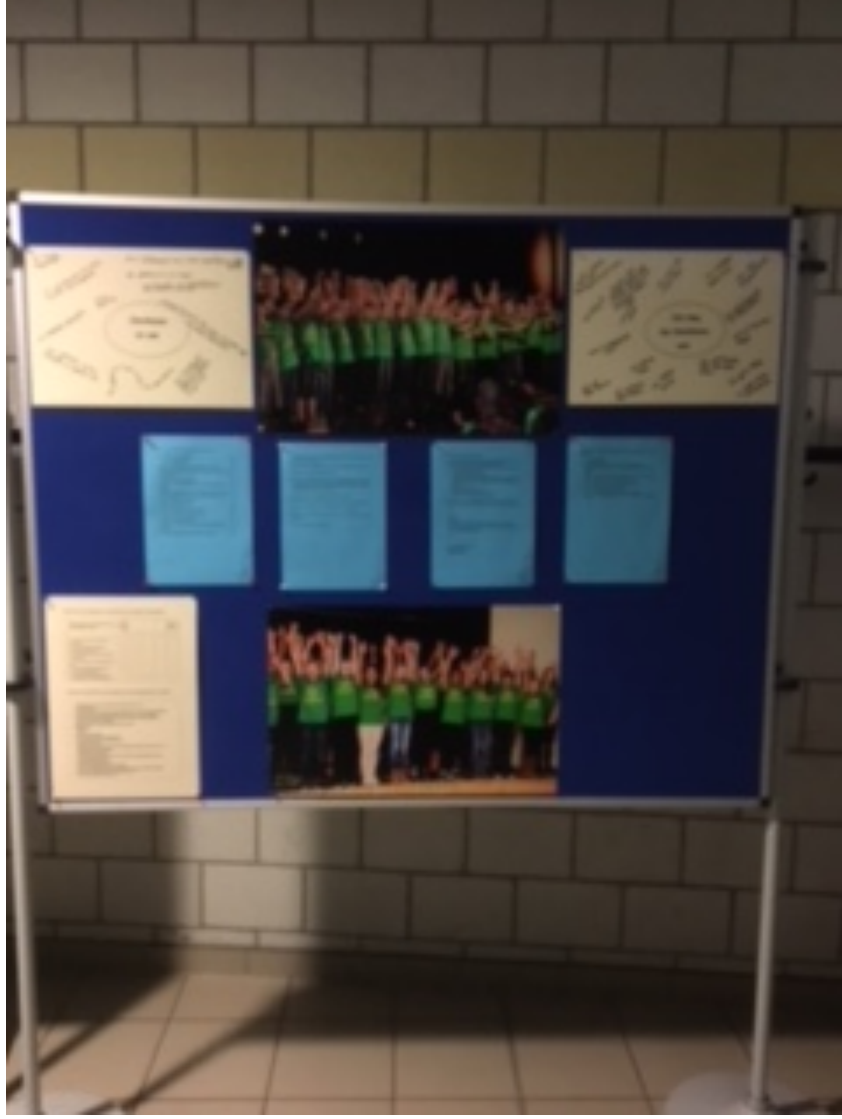
# Lise-Meitner-Gymnasium Willich: Rundum lebendig.



# Lise-Meitner-Gymnasium Willich: Rundum lebendig.



**Lise-Meitner-Gymnasium Willich:  
Rundum lebendig.**





Wir freuen uns  
auf euch!