

Akademie-Forum

Neurodiversität: ADHS verstehen und Chancen nutzen



SAMSTAG
06.06.2026
09:30-16:00 Uhr

In Zusammenarbeit mit dem

ADHS ist in der Gesellschaft weiter verbreitet, als häufig angenommen, und begleitet viele Kinder und Jugendliche – oft auch unerkannt – in ihrem Alltag. Dabei wird deutlich, dass ADHS nicht nur im schulischen Kontext, sondern in allen Lebensbereichen eine Rolle spielt und ein differenziertes Verständnis erfordert.

Körperliche Aktivität unterstützt nachweislich die Konzentrationsfähigkeit, Emotionsregulation und Impulskontrolle von Kindern sowie Jugendlichen und kann so ein wichtiger Baustein im Alltag sein. Gleichzeitig eröffnet Sport Räume, in denen Stärken wie Energie, Kreativität und Spontaneität positiv erlebt und gefördert werden können.

Das Akademie-Forum bietet die Möglichkeit, vielfältige Facetten von ADHS und Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen kennenzulernen und beleuchtet, welche zentrale Rolle Bewegung und Sport im Umgang mit ADHS spielen kann.

Der aufschlussreiche Impulsvortrag von Dirk Oefele, beleuchtet neurobiologische Grundlagen von ADHS und will ein neues Verständnis für die Thematik fördern. Es folgen Workshops, die sich mit der Bedeutung von Struktur, Selbstwahrnehmung, Emotionsregulation und der positiven Betrachtung von ADHS als Ressource beschäftigen. Erfahren Sie, wie Sie Kinder und Jugendliche wertschätzend unterstützen können und entdecken Sie Strategien, um die Stärken von ADHS zu nutzen.

Das Akademie-Forum findet am **Samstag**, den **06.06.2026**, in der Zeit von **09:30 bis 16:00 Uhr** im **LEB/Werkhof Beverstedt** (Wacholz 6, 27616 Beverstedt) statt.

Der **Teilnahmebeitrag** inkl. Verpflegung beträgt **35,00 €**.

Die Teilnahme an der **gesamten Veranstaltung** wird vom LSB Niedersachsen mit **6 LE** für die **Verlängerung der Übungsleiter*innen C-Lizenz und der B-Lizenz "Sport in der Prävention"** sowie vom **Niedersächsischen Turner-Bund (NTB)** mit **6 LE zur Verlängerung der Übungsleiter*innen B-Lizenz "Sport in der Prävention"** anerkannt.

Informationen und Anmeldung:

www.akademie.lsb-niedersachsen.de/adhs

Anmeldeschluss: 22.05.2026

Bei Fragen zur Anmeldung:

Tülay Köse, tkoese@lsb-niedersachsen.de, 0511-1268-161

Bei Fragen zum Inhalt:

Marco Vedder, mvedder@lsb-niedersachsen.de, 0511-1268-308

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Dr. Hendrik Langen
Akademieleiter

Rüdiger Sauer
Vorsitzender KSB Cuxhaven

Programm

ab 09:00 Uhr	Ankommen und Anmeldung
09:30 Uhr	Eröffnung und Grußwort durch Guido Dieckmann, Bürgermeister Gemeinde Beverstedt
09:45 Uhr	Impulsvortrag von Dirk Oefele zu den neurobiologischen Grundlagen von ADHS
10:45 Uhr	Übergang zu den Workshops Aufteilung erfolgt vor Ort
11:00 Uhr	Workshops (1. Durchgang)
Die Themen sind:	
01 Mädchen mit ADHS im Training stärken: Wertschätzend Begleiten und Selbstvertrauen fördern	
<i>Dirk Oefele, Gesundheitscoach und Therapeut in der kinder- und jugend psychiatrischen Praxis</i>	
02 Intensives Fühlen bei ADHS: Praxisnahe Methoden für Struktur, Selbstreflexion und Emotionskontrolle	
<i>Raffaele Clarizia, staatlich anerkannter Erzieher und Erlebnispädagoge</i>	
03 ADHS als Stärke: Kreativität und Problemlösungsfähigkeit bei Kindern fördern – Tipps für Übungsleitende und Eltern	
<i>Petra Wulff-Haun, Diplom-Sozialpädagogin mit Schwerpunkt auf Kinder mit Teilleistungsstörungen</i>	
12:15 Uhr	Mittagspause
13:15 Uhr	Workshops (2. Durchgang)
14:30 Uhr	Pause und Wechsel der Workshops
14:45 Uhr	Workshops (3. Durchgang)
16:00 Uhr	Ende der Veranstaltung

Inhalte

Impulsvortrag von Dirk Oefele zur Thematik ADHS/ADS/Verhaltensauffälligkeiten, insbesondere bei Kindern und Jugendlichen.

Der Impulsvortrag zum Thema ADHS und Verhaltensauffälligkeiten bietet eine spannende und informative Einführung in die Neurodiversität. Es folgt eine kurze Erklärung der Symptome und der neurobiologischen Grundlagen von ADHS. Anschließend werden häufige Verhaltensauffälligkeiten, wie impulsives Handeln und Schwierigkeiten bei der Konzentration, beleuchtet. Der Vortrag schließt mit einem positiven Ausblick, der betont, dass ADHS auch Stärken mit sich bringt, und ermutigt die Zuhörer*innen, ein neues Verständnis für die Thematik zu entwickeln. Ziel ist es, das Bewusstsein für ADHS zu schärfen und praktische Ansätze zur Förderung von Verständnis und Unterstützung aufzuzeigen.

Workshop-Phasen

Workshop 1: Mädchen mit ADHS im Training stärken: Wertschätzend Begleiten und Selbstvertrauen fördern (Dirk Oefele)

Im Workshop schauen wir darauf, wie Trainer*innen Mädchen mit ADHS sicher, wertschätzend und strukturiert begleiten können. Wir erkunden, wie Selbstwert und Selbstmitgefühl gestärkt werden und welche klaren, alltagstauglichen Strukturen Mädchen wirklich entlasten. Der Fokus liegt auf konkreten Handlungsimpulsen, die Trainer*innen sofort im Trainingsalltag umsetzen können.

Workshop 2: Intensives Fühlen bei ADHS: Praxisnahe Methoden für Struktur, Selbstreflexion und Emotionskontrolle (Raffaele Clarizia)

Menschen mit einer Aufmerksamkeitsstörung und/oder Hyperaktivität erleben ihre Emotionen und Gefühle intensiver, was zu impulsiven Reaktionen führen kann. In diesem Workshop wollen wir uns strukturgebende Strategien für Betroffene anschauen, vor allem in Bezug auf die Thematiken Selbstwahrnehmung und Emotionsregulation.

Workshop 3: ADHS als Stärke: Kreativität und Problemlösungsfähigkeit bei Kindern fördern – Tipps für Übungsleitende und Eltern (Petra Wulff-Haun)

In diesem Workshop für Übungsleitende und Eltern lernen wir, ADHS als wertvolle Ressource zu betrachten. Wir diskutieren die positiven Aspekte wie Kreativität und Problemlösungsfähigkeiten und finden heraus, wie man diese als Stärken nutzen kann. Ziel ist es, ADHS nicht als Defizit, sondern als Chance zu sehen und ein neues Verständnis zu fördern.

Referierende



Dirk Oefele

Dirk Oefele ist Gesundheitscoach und Selbstverteidigungstrainer. Er verfügt über mehr als zehn Jahre Erfahrung als Co-Therapeut in einer kinder- und jugendpsychiatrischen Praxis. Darüber hinaus kann er auf über 15 Jahre Tätigkeit in der Kinder- und Jugendarbeit zurückblicken, unter anderem in den Bereichen Anti-Gewalt-Training, Schulbegleitung sowie in Sport- und Betreuungsangeboten.



Raffaele Clarizia

Raffaele Clarizia ist staatlich anerkannter Erzieher mit mehrjähriger Erfahrung in verschiedenen Bereichen der sozialen Arbeit. Heute ist er als selbstständiger Bildungsreferent und Erlebnispädagoge tätig und konzipiert praxisorientierte Bildungsangebote.



Petra Wulff-Haun

Petra Wulff-Haun ist Diplom-Sozialpädagogin mit 30 Jahren Berufserfahrung in der Jugendhilfe und kommunalen Jugendarbeit. Ein Schwerpunkt ihrer Tätigkeit liegt in der Förderung von Kindern mit Teilleistungsstörungen sowie in der Arbeit mit Kindern mit seelischer Behinderung gemäß § 35a SGB VIII.

Impressum

Akademie des Sports
im LandesSportBund Niedersachsen e. V.
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover

Copyright:
LandesSportBund Niedersachsen e. V.
April 2026

Gefördert aus Mitteln der Finanzhilfe des
Landes Niedersachsen

