

PRAKTISCHER TEIL

KONZENTRATION



KONZENTRATIONSTRAINING



KONZENTRATIONSTRAINING

- braucht Spaß an der Freude !!!!!
- braucht bei Lernproblemen andere Betätigungsfelder (Sport, Musik, Kunst, Hobbys)



STRUKTURIERUNGSTRAINING



VERBALES SELBSTINSTRUIEREN

- Was soll ich tun?
- Als erstes lese ich die Aufgabenstellung
- Ich sage mit meinen Worten, was ich tun soll



VERBALES SELBSTINSTRUIEREN

- Was brauche ich dafür?
- Ich lege alle notwendigen Materialien bereit und alles andere weg !
- Ich gehe schrittweise vor



VERBALES SELBSTINSTRUIEREN

- Wenn ich einen Fehler mache, ist es nicht schlimm
- Ich kann ihn verbessern
- Ich schaue, ob ich alles richtig gemacht habe
- Ich sage zu mir: Das hab‘ ich gut gemacht!



STRUKTURIERUNGSTRAINING

Ordner-Strategie:

- Platz für möglichst wenig Ordner schaffen
- Hauptkategorien festlegen
(Vokabeln, Formeln, Grammatik, Allgemeines)
- Hauptkategorien können in Subkategorien eingeteilt werden
(Vokabeln: Engl., Franz., Latein)



STRUKTURIERUNGSTRAINING

Roboter-Modus:

- Ziel: sich nur einer Tätigkeit zu widmen
- Ritualisierte Handlungsabläufe kreieren
- kleinschrittig Aufgaben zerteilen



STRUKTURIERUNGSTRAINING

- Ebenso wenig, wie wir darüber nachdenken, uns morgens die Zähne zu putzen, sollte geübelt werden, ob die Ablage erledigt werden sollte.
Sie wird einfach gemacht.
- Geplanter Ablauf wird nach und nach abgearbeitet
- z.B.: Unterlagen abheften: zuerst wird wie ein Roboter gelocht und geheftet, bis alles fertig ist.
Erst dann kommt die nächste Aufgabe...



STRUKTURIERUNGSTRAINING

- Themen farblich strukturieren (z.B. Vokabeln)

horse

riding

little horse

(PP): I am riding my little horse.

