Das Marburger Konzentrationstraining an der Hasselbachschule

(Schildkrötenstunde)

Zielsetzungen:

- **Erhöhung der Selbststeuerung und Selbstständigkeit**
- **planvolles, systematisches Bearbeiten von Aufgaben**
- **reflexiver Arbeitsstil statt impulsivem Vorgehen**
- **vernünftiger Umgang mit Fehlern**
- **Verbesserung der Leistungsmotivation**
- **Zutrauen in eigenes Können**

Zielgruppe:

Kinder, die lernen müssen,

- **sich einer Sache gezielt zuzuwenden**
- **dabei zu bleiben**
- **Unwichtiges auszublenden**
- **Aufgaben in angemessener Zeit zu bearbeiten**

Ablauf des Trainings:

- **Dynamische Übung (Bsp.: Schattenboxen, Spiegelspiel…)**
- **Entspannungsübung (Bsp.: Fantasiereisen)**
- **Übungen zum Inneren Sprechen (Arbeitsblätter werden nach genauer Anweisung bearbeitet.)**

Belohnungssystem:

Die Kinder erhalten einen Punkteplan, deren Punkte sie ausmalen dürfen, wenn sie sich an alles gehalten haben. Ist der Plan voll, erhalten sie eine Büroklammer in Form einer Schildkröte.