

## **Das Marburger Konzentrationstraining**

Dieses Training richtet sich an Kinder (Vor- und Schulalter, sowie Jugendliche), die sich in der Schule leicht ablenken lassen und Hilfe bei der Umsetzung und selbständigen Durchführung der Hausaufgaben benötigen.

Das MKT wird in meinen Praxisräumen angeboten.

Die Teilnehmer trainieren an **neun** Vor- oder Nachmittagen einmal die Woche. Die Trainingsstunden 1-7 dauern 75 Minuten, die 8te und 9te jeweils 50 Minuten. Begleitend findet ein einstündiges Elterntraining statt.

### **Ziele:**

Im MKT lernen die Teilnehmer einen effektiven Arbeitsstil, um Aufgaben besser, selbständiger und aufmerksamer bewältigen zu können.

### **Trainingsinhalte:**

#### **Entspannung:**

Für viele Kinder ist es wichtig zur Ruhe zu kommen, da die Entspannung die Voraussetzung für Konzentration und Aufmerksamkeit ist. Mit Hilfe von

Fantasiereisen lernen sie sich systematisch zu entspannen.

#### **Reflexiver Arbeitsstil:**

Wie kann ich herausfinden, wie die Aufgabe funktioniert? Wie finde ich Lösungen für meine Probleme während der Bearbeitung? Wie kann ich mich selber am besten kontrollieren um Flüchtigkeitsfehler zu verbessern?

Impulsiv arbeitende Kinder lernen sich zu bremsen und selber zu steuern. Sie kontrollieren ihre Aufgaben selber.

Trödelige Kinder lernen, zügig an die Aufgabe heran zu gehen und Schritt für Schritt weiterzuarbeiten.

#### **Selbstbewusstsein:**

Einige unserer Kinder erleben im Alltag ständig Misserfolge. Im Training lernen sie Probleme anzunehmen und den richtigen Umgang mit Fehlern und dass sie schon ganz viel auch gut können. Auf diese Weise wird das Selbstbewusstsein gestärkt und die Motivation am Lernen steigt.

#### **Training der Sinne:**

Hören, Fühlen, Sehen, Schmecken- wer mit allen Sinnen lernen kann, der lernt leichter. Die Wahrnehmung und das Gedächtnis werden in spielerischen Übungen trainiert.

#### **Motivation:**

Ohne Motivation lernt es sich nicht gut und die Kinder behalten viel weniger.

Das MKT macht den meisten Kindern Spaß, weil sie Erfolgserlebnisse haben und zum anderen für ihre Anstrengung belohnt werden.

#### **Elterntraining:**

Beim MKT wird nicht nur mit dem Kind trainiert, sondern auch Sie als Eltern werden eingebunden und erhalten Informationen zum Thema Aufmerksamkeit und Konzentration. Durch Übungen für zu Hause fällt der Übertrag in die Schulsituation einfacher.

**Die Termine für die Trainingskurse erfragen Sie bitte telefonisch in der Praxis für Ergotherapie!**

Praxis für Ergotherapie Jennebach  
Marktstr.5  
59555 Lippstadt

Tel.: 02941 924847

# ***Das Marburger Konzentrationstraining***

„Ihr Kind hat Schwierigkeiten sich in der Schule oder in einer Gruppe zu konzentrieren und ist schnell abgelenkt?“  
Es kann seine Aufmerksamkeit nur kurz auf eine Sache steuern und bleibt folglich nicht bei der Tätigkeit?“ Das Arbeitstempo ist deutlich langsamer als bei den gleichaltrigen Mitschülern?

Haben Sie solche Aussagen von z.B. Erzieherinnen oder Lehrern, Ärzten und Psychologen gehört oder beobachten Sie dieses schon länger bei Ihrem Kind?

Für diese Schwierigkeiten wurde vom Marburger Schulpsychologen Dieter Krowatschek das oben genannte Konzentrationsprogramm für Vor- und Schulkinder/Jugendliche im Alter von fünf bis 12 Jahren entwickelt.

Das Training vermittelt den Kindern die Methode der verbalen Selbstinstruktion und somit ein schrittweises Einüben von

Strategien zur Aufgabenbewältigung. Arbeitstechniken, die den Schulalltag und die Hausaufgabensituation erleichtern sollen, werden durch das regelmäßige wiederholen verinnerlicht.

## **Inhalte des Trainings:**

- ❖ Entspannungstechniken
- ❖ Wahrnehmungs- und Gedächtnisübungen
- ❖ Dynamische Spiele zum sozialen Lernen
- ❖ Regelspiele, Aufpass- Spiele
- ❖ Grafomotorische Übungsaufgaben
- ❖ Übungen zum inneren Sprechen
- ❖ Problemlösestrategien

## **Ziele:**

- ❖ Training der Selbststeuerung und Strukturierung
- ❖ Umgang mit Fehlern
- ❖ Verbesserung der Lernbereitschaft
- ❖ Zutrauen in das eigene Können
- ❖ Regelverhalten und Strukturen

## **Achtung Änderung!**

Das Training erfolgt in den Praxisräumen 1x/ Woche und umfasst **10 Trainingseinheiten** in Kleingruppen (5-6 Kinder).

Die 1.-7. Stunde dauert 75 Minuten, die 8. Und 9. Stunde nur 50 Minuten. Begleitend findet ein **Elternttraining von 90 Minuten** zur Beratung und Umsetzung der Inhalte im Alltag statt.