

Förderung der Konzentration

Strukturierter Tagesablauf

Regelmäßig wiederkehrende Abläufe lassen sich leichter einprägen und werden bei ständiger Wiederholung zur Routine. Ihr Kind muß nicht jedes Mal erneut nachdenken, was noch zu erledigen ist. Es kann seine Aufgaben selbstständiger durchführen und läßt sich durch seine Umwelt nicht mehr so schnell ablenken. Durch den überschaubaren Ablauf kommt mehr Ruhe in den Alltag.

Reizarme Umgebung

Schreibtisch:

- Nicht direkt vor dem Fenster positionieren
- Keine Pinnwand/Bilder darüber
- Aufgeräumter Arbeitsplatz
- Nur das im Moment benötigte Material auf dem Tisch

Auditive Ablenkbarkeit durch Vermeidung störender Geräusche (z.B. Radio, TV, Staubsauger) verringern.

Hilfen bei der Hausaufgabensituation

- Für gute Beleuchtung sorgen
- Beim Sitzen sollten die Füße belastet sein und fest auf dem Boden stehen
- Regelmäßige Bewegungspausen einlegen
- Anregen der Sinne, z.B. Bonbons, Kaugummi

Verbesserung des Zuhörens

- Direkte Ansprache mit Namen
- Bei Ansprache Körperkontakt aufnehmen
- Blickkontakt
- Kurze, klare Anweisungen

Verbesserung der Motivation

- Für kleine Schritte loben, nicht erst nach Vollendung einer Aufgabe
- Anhaltspunkt: für ein Mal schimpfen fünf Mal loben
- Ehrliches Loben

Spiele zur Verbesserung der Konzentration

- Schau genau
- Differix
- Gruselino
- Koffer packen
- Memory
- Halli Galli
- Vier gewinnt
- Wer ist es?