

# Vorwort

In den vielen Jahren, in denen wir das Marburger Konzentrationstraining mit Tausenden von Schulkindern durchgeführt haben, stellten wir immer wieder fest, dass für die Gruppe der Fünf- bis Siebenjährigen und der entwicklungsverzögerten Kinder dringlich ein ähnliches Training benötigt wird. Viele Kindergärtnerinnen und Lehrerinnen der Vorklasse regten an, eine Sammlung von Übungsblättern für die von ihnen betreuten Kinder zusammenzustellen. Das *Marburger Konzentrationstraining für Kindergarten- und Vorschulkinder* füllt diese Lücke.

In dieser Sammlung haben wir eine Fülle von Übungen zusammengestellt, die die Konzentrationsfähigkeit, die Wahrnehmungsgenauigkeit, die Merkfähigkeit und die Selbstständigkeit von jüngeren Kindern trainieren. Zusätzlich erfolgen Spielvorschläge, bei denen Regeln, Eigenständigkeit und der Umgang mit anderen spielerisch eingeübt werden können.

Beim Konzentrationstraining ist es nicht notwendig, alle Übungen durchzuführen. Man kann jederzeit nach eigenem Gutdünken Blätter auswählen und den Schwierigkeitsgrad selbst bestimmen. Alle Übungen sind so angelegt, dass Kinder dabei laut sprechen. Von daher empfiehlt es sich nicht, das Training als Stillarbeit mit der gesamten Gruppe durchzuführen. Vielmehr bildet man eine Kleingruppe mit zwei bis drei Kindern, die am ehesten für ihre Förderung ein solches Training benötigen. Dabei lassen sich einzelne Übungen aus allen Bereichen durchführen oder ganz gezielt bestimmte Fertigkeiten trainieren. Das *Marburger Konzentrationstraining für Kindergarten- und Vorschulkinder* bietet auf diese Weise eine Fülle von Einsatzmöglichkeiten.

Es wurde vor allem Wert darauf gelegt, dass auch entwicklungsverzögerte Kinder, die sich in ergotherapeutischer, motologischer oder logopädischer Behandlung oder in der Frühförderung befinden, von den einzelnen Übungen profitieren. Die leichten Übungen sind alle so gestaltet, dass auch Kinder mit Entwicklungsrückständen keine Probleme damit haben.

Das Training ist einfach durchzuführen, auch wenn man auf die Instruktionen achten und sich beim Einüben an die vorgeschlagene Methode halten sollte. Das Material und die Anweisungen sind so gestaltet, dass man sie gut verstehen und umsetzen kann. Dabei befinden sich die Anweisungen immer neben dem Arbeitsblatt.

Eine Vorform des Trainingsprogramms wurde in mehreren Kindergärten und Vorschulklassen in Baden-Württemberg, Mittelhessen und Berlin erprobt. An dieser Stelle möchten wir uns bei allen Beteiligten herzlich für ihren Einsatz und ihre Anregungen bedanken.

Alle Zeichnungen stammen von Sybille Albrecht. Sie hat mit viel Einfühlungsvermögen, Herz und Phantasie ihre Zeichnungen so gestaltet, dass Kinder sie hoch motiviert und sehr gern bearbeiten. Sybille Albrecht ist als Sozialpädagogin in Berlin tätig.

Am Text hat vor allem Dipl.-Psych. Gita Krowatschek gearbeitet. Sie ist als Kinderpsychologin in einer freien Praxis ebenfalls in Berlin tätig. Sie hat zusammen mit ihrem Onkel bereits mehrere Bücher im pädagogisch-psychologischen Bereich verfasst und dabei vor allem immer wieder die Vorstellungen junger Leute zum Tragen gebracht.

Die sachgerechte Überarbeitung des Textes, Korrekturen und endgültige Zusammenstellung erfolgte durch Dipl.-Psych. Uta Hengst aus Marburg, die selbst schon viele Konzentrationstrainings mit Kindern durchgeführt hat.

Dipl.-Psych. Dieter Krowatschek ist Leiter des Schulpsychologischen Dienstes in Marburg. Er hat mehrere Trainings für verhaltensauffällige und unkonzentrierte Kinder in der Praxis entwickelt. Sein Marburger Konzentrationstraining für Schulkinder wurde in den letzten zehn Jahren mit Tausenden von Kindern durchgeführt.

Dieter Krowatschek ist Praktiker; alle seine Vorschläge wurden mit Kindern erprobt und immer wieder angepasst und verbessert. Seine Materialien eignen sich für den Einsatz im Kindergarten, in der Vorklasse, in der Schule, aber auch in jeder Form von Therapie.

*Marburg, im Januar 2004  
Die Autoren*

# Einleitung

## Zielgruppe des Trainings

Am Ende der Kindergartenzeit sollte ein Kind so weit entwickelt sein, dass es den Anforderungen des Schulalltages gewachsen ist. Hierzu gehört, dass es von seinem Verstand her die schulischen Lerninhalte begreifen und verstehen kann. In der Wahrnehmung sollte es in der Lage sein, seine Fähigkeiten auszubauen und neue zu erwerben. Es soll vorbereitet werden, Lesen, Schreiben und Rechnen zu lernen.

Neben diesen geistigen gibt es weitere Voraussetzungen.

Eine entscheidende Rolle für die Schulfähigkeit spielt die sprachliche Entwicklung. Das Kind muss Anweisungen verstehen, Erklärungen folgen und selbst Gedanken formulieren können.

Der Schulbesuch erfordert auch eine gewisse psychische und körperliche Belastbarkeit. Das Schulkind sitzt im Vergleich zum Kindergartenkind viel länger still, es benötigt mehr Ausdauer und stellt sich auf neue Gegebenheiten und Informationen ein.

Es wird von ihm erwartet, dass es sich in einer relativ großen Gruppe gleichaltriger Kinder angemessen verhalten kann. Es sollte genügend Selbstständigkeit entwickelt haben, um Aufgaben allein zu bearbeiten.

Die meisten Kinder sind am Ende ihrer Kindergartenzeit gut auf die Schule vorbereitet und meistern den Übergang in die Schule. Ebenso gelingt es den meisten Kindern, den Anforderungen der Schule gerecht zu werden und sich selbst dabei weiter zu entwickeln.

Die Fähigkeit, sich konzentrieren zu können, steht mit allen oben genannten Fähigkeiten im Zusammenhang.

Ein Kind zeigt Konzentrationsschwierigkeiten, wenn es ihm schwerfällt, seine Aufmerksamkeit der Situation entsprechend zu steuern. Das bedeutet, sich einer Sache zuzuwenden, dabei zu bleiben und Unwichtiges auszublenden. Je nach Alter des Kindes erwartet man eine entsprechende Ausdauer. Die Aufmerksamkeitsspanne – also wie lange das Kind seine Aufmerksamkeit bewusst steuern kann – wird normalerweise länger, je älter das Kind wird.

Ein Kind, das in der Schule Konzentrationsschwierigkeiten oder sogar eine schwerwiegende Aufmerksamkeitsstörung entwickelt, zeigt bereits im Vorschulalter Auffälligkeiten.

Obwohl Kinder im Kindergarten und in der Vorschule noch mehr Freiraum haben in ihren Beschäftigungen, gibt es einige typische Verhaltensweisen, die auf eine Aufmerksamkeitsstörung hindeuten können:

- Das Kind wechselt schnell von einer Aktivität zur anderen.
- Das Kind scheint nicht zuzuhören.
- Das Kind hat Schwierigkeiten in seinem Gruppenverhalten.
- Dem Kind fällt es schwer, Regeln einzuhalten.
- Das Kind kann nur schwer abwarten, bis es an der Reihe ist.
- Das Kind fordert viel Aufmerksamkeit durch die Erzieherin oder den Erzieher.
- Das Kind ist ungeschickt beim Basteln und Malen, aber körperlich sehr belastbar.
- Das Kind zeigt Defizite in seiner Wahrnehmungsentwicklung.



*Ali hat bei der Einschulungsuntersuchung kein Wort mit der Schulärztin gesprochen. Seine Schulreife ist fraglich. Zu Hause spricht er überwiegend Türkisch, und im Kindergarten soll er Deutsch sprechen.*

*Ali nimmt an einem Training teil. Auch hier spricht er sehr wenig. Er versteht oft die Anweisungen nicht. Um das auszugleichen, beobachtet er genau, was andere Kinder tun. Oft führt seine Strategie zu der richtigen Lösung. Neben seinen sprachlichen Defiziten fällt aber auf, dass Alis Wahrnehmung nicht altersgemäß entwickelt ist. Er hat sehr große Schwierigkeiten in der Rechts-Links-Orientierung und der detailbeachtenden Wahrnehmung. Feinmotorische Aufgaben bereiten ihm große Probleme. Er braucht lange für die Übungen und dreht jedes Mal sein Blatt. Ali wird aufgrund der Beobachtungen im Training von der Einschulung zurückgestellt. Er erhält Ergotherapie. Zudem wird mit den Eltern vereinbart, zu Hause Deutsch zu sprechen, um ihren Sohn zu unterstützen.*

Bei einigen Vorschulkindern ist die Schulreife oder Schulfähigkeit fraglich. Meistens wird die Schulfähigkeit nicht erst bei der Einschulungsuntersuchung in Frage gestellt, sondern bereits vorher von den Erzieherinnen oder Erziehern im Kindergarten. Sie können meist gut einschätzen, ob das Kind für die Anforderungen der Schule bereit ist oder noch nicht.

## Warum ein Training?

Kinder, die in der Schule wegen Konzentrationsproblemen oder sogar einer ADHS-Problematik auffallen, haben häufig sehr ähnliche Leidensgeschichten. Die meisten Geschichten beginnen vor der Schulzeit, also im Kindergarten oder in der Vorschule. Viele Kinder sind schon dort auffällig gewesen.

Bei Vorschulkindern wird immer häufiger eine Aufmerksamkeitsproblematik beobachtet. Eltern, Pädagogen und Mediziner fragen vermehrt nach Programmen, die bereits im Vorschulalter greifen. In der Regel „verwächst“ sich unkonzentriertes Verhalten nicht; vielmehr haben diese Kinder ein erhöhtes Risiko, in der Schule zu scheitern.

Aus der Konzentrationsproblematik entstehen über kurz oder lang Leistungsprobleme. Aus Leistungsproblemen entwickeln sich häufig Verhaltensauffälligkeiten wie aggressives Verhalten oder psychische Störungen wie Ängste oder Einnässen. Die Konzentrationsproblematik bleibt also nicht auf den Leistungsbereich beschränkt, sondern wirkt sich auf das gesamte Leben des Kindes aus. Die Beziehung zu den Eltern wird dadurch belastet, die Eltern-Kind-Interaktion ist in vielen Familien gestört. Die Eltern versuchen zu helfen und lenkend einzugreifen. Dem Kind, das als begabt gilt, werden Vorwürfe gemacht für seine schlechten Leistungen.

Das Kind entwickelt als Folge ein schwaches Selbstbewusstsein und ein geringes Selbstwertgefühl. Es traut sich nichts mehr zu und strengt sich manchmal auch nicht mehr an. Oft entsteht ein Teufelskreis, aus dem die Familie kaum ausbrechen kann.

*Jan möchte immer als erster an die Reihe kommen. Er hat große Schwierigkeiten damit, aufzuzeigen und abzuwarten, bis er an der Reihe ist. Wenn er nicht drangenommen wird, ruft er die Antwort in den Raum. Er fordert ständig die Aufmerksamkeit der Trainerinnen und sucht auch ihre Nähe. Die anderen Kinder scheint er fast gar nicht wahrzunehmen. Schnell fühlt er sich ungerecht behandelt und weint dann. Ihm fällt es sehr schwer, seine Kräfte zu dosieren; so verausgabt er sich bei Bewegungsspielen völlig und tut sich oft weh.*

*An einem Nachmittag, als nur sehr wenige Kinder zum Training kommen, ist er wie ausgewechselt. Er erzählt ruhig von den Ferienplänen seiner Familie, lässt auch das andere Kind zu Wort kommen und wirkt zufrieden und entspannt. Es wird deutlich, wie sehr es ihn anstrengt, sich in einer größeren Gruppe zu verhalten.*

Je früher man etwas gegen Probleme unternimmt, die sich abzeichnen, desto erfolgversprechender ist es.

### **Ziele des MKT für Kindergarten- und Vorschulkinder**

Das MKT für Kindergarten- und Vorschulkinder versteht sich als ein Übungsprogramm, das allen Kindern zugute kommen kann.

Bei manchen Kindern erscheint es sinnvoll, zusätzlich zu der normalen Vorbereitung durch den Kindergarten oder Vorschulunterricht ein Training durchzuführen.

Dies können Kinder sein,

- die sich wenig zutrauen
- bei denen die Schulreife fraglich ist
- die sehr viel Zuwendung brauchen
- die Defizite in einem oder mehreren Bereichen haben (Wahrnehmung, Sprache, Konzentration, Motorik, Leistungsmotivation...)
- die Anzeichen einer beginnenden Aufmerksamkeitsstörung haben.



Inhalt und Ziel des MKT für Kindergarten- und Vorschulkinder ist das Trainieren der Selbststeuerung, um die Aufmerksamkeitssteuerung und die Selbstständigkeit der Kinder zu fördern. Die Kinder lernen dabei, laut zu denken.

Zudem benötigen die meisten aufmerksamkeitsgestörten Vorschüler eine Förderung ihrer Wahrnehmung und Feinmotorik.

Das Training erhöht auch die Leistungsmotivation und Anstrengungsbereitschaft der Kinder.

Bei den Eltern schafft das Training ein Bewusstsein für die Problematik ihrer Kinder, erleichtert ihnen das Verständnis und unterstützt sie bei der Förderung ihrer Kinder.

## ADHS

Im Zusammenhang mit Konzentrationsschwierigkeiten ist mittlerweile der Begriff der *Aufmerksamkeitsdefizitstörung mit Hyperaktivität (ADHS)* geläufig. Streng genommen handelt es sich bei ADHS um eine psychiatrische Diagnose. Im klinischen Sinne gehören zu einer ADHS eine bestimmte Menge verschiedener Symptome, die das Kind über einen langen Zeitraum hinweg zeigt. Die Hauptsymptome sind *Konzentrationsprobleme, Impulsivität und motorische Unruhe*.

Als ADHS wird eine Störung nur dann bezeichnet, wenn sie vor dem siebten Lebensjahr bereits in Erscheinung getreten ist. Fachleute gehen also davon aus, dass bereits im Kindergarten bzw. Vorschulalter problematische Verhaltensweisen bei den Kindern auftreten und beschrieben werden können.

Kinder, die an einem Marburger Konzentrationstraining teilnehmen, erfüllen in der Regel nicht alle Kriterien einer ADHS im psychiatrischen Sinne.

Die meisten zeigen aber mindestens eine der folgenden Problemverhaltensweisen:

- Das Kind hat Schwierigkeiten, mit einer Aufgabe zu beginnen.
- Das Kind führt eine Aufgabe nur mit Mühe zu Ende, weil es sehr leicht abgelenkt wird.
- Das Kind bearbeitet die Aufgabe flüchtig und fehlerhaft.



Zu diesen Kindern gehören neben den eher zappeligen und impulsiven Kindern auch die verträumten und trödelnden Kinder.

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	7
<b>Einleitung</b> .....	9
<b>Zielgruppe des Trainings</b> .....	9
<b>Warum ein Training?</b> .....	10
<b>Ziele des MKT für Kindergarten- und Vorschulkinder</b> .....	11
<b>ADHS</b> .....	12
<b>Aufbau des Trainings</b> .....	13
<b>Theoretischer Hintergrund</b> .....	14
<b>Die Methode der verbalen Selbstinstruktion</b> .....	14
<b>Inhalte der verbalen Selbstinstruktion</b> .....	15
<b>Verhaltensorientierte Elemente des Trainings</b> .....	17
<b>Positive Verstärkung</b> .....	17
<b>Das Loben</b> .....	19
<b>Punktepläne</b> .....	20
<b>Ignorieren mit positivem Modell</b> .....	21
<b>Die Auszeitmethode</b> .....	22
<b>Praktische Umsetzung und methodische Hinweise</b> .....	23
<b>Training in der Gruppe</b> .....	23
<b>Trainingszeitraum</b> .....	23
<b>Struktur einer Sitzung</b> .....	24
<b>Begrüßung</b> .....	24
<b>Der Hefter</b> .....	25
<b>Die Arbeitsblätter</b> .....	25
<b>Mach-doch-mal-Übungen</b> .....	26
<b>Spiele</b> .....	26
<b>Dynamische Übungen</b> .....	26
<b>Bewegungsspiele</b> .....	27
<b>Kim-Spiele</b> .....	27
<b>Punkteverteilung</b> .....	28
<b>Abschlussfest</b> .....	33
<b>Beispiel für einen Stundenablauf</b> .....	34
<b>Die Entspannung</b> .....	37
<b>Durchführungshinweise</b> .....	37
<b>Ruhige und störungsfreie Umgebung</b> .....	38
<b>Bequeme Kleidung</b> .....	39
<b>Keine volle Blase</b> .....	38
<b>Vertrauensvolle Beziehung zur Trainerin und</b> .....	
<b>Motivation der Kinder</b> .....	38
<b>Entspannte Sitzhaltung</b> .....	39
<b>Räumliche Distanz zu anderen Kindern</b> .....	39
<b>Schließen der Augen</b> .....	39
<b>Musik zur Förderung der Entspannung</b> .....	39
<b>Aufbau der Geschichte</b> .....	40
<b>Dynamische Übungen</b> .....	40
<b>Übungen zum Spannungsabbau</b> .....	40
<b>Übungen zum Ruhigwerden</b> .....	40

<b>Entspannungsrätsel .....</b>	<b>41</b>
<b>Fantasiereisen .....</b>	<b>41</b>
<b>Beispiel für eine Entspannungsgeschichte .....</b>	<b>43</b>
<b>Spiele für das Training .....</b>	<b>46</b>
<b>Dynamische Übungen und Atemübungen .....</b>	<b>46</b>
<b>Bewegungsspiele .....</b>	<b>47</b>
<b>Kim-Spiele .....</b>	<b>50</b>
<b>Elternarbeit .....</b>	<b>53</b>
<b>1. Elternabend: Kennenlernen des Trainings .....</b>	<b>54</b>
<b>2. Elternabend: Konzentration und Konzentrationsstörungen .....</b>	<b>57</b>
<b>3. Elternabend: Wie kann ich mein Kind zu Hause fördern? .....</b>	<b>60</b>
<b>4. Elternabend: Punktepläne und Spiele .....</b>	<b>63</b>
<b>Grundsätzliches zu den Anleitungen .....</b>	<b>64</b>
<b>Ausführliche Anleitung .....</b>	<b>64</b>
<b>Fragen und Hinweise .....</b>	<b>65</b>
<b>Übungen und Vorlagen .....</b>	<b>66</b>

## Struktur einer Sitzung

Jede Trainingsstunde besteht aus den gleichen Elementen.

### Übersicht

Beginn der Sitzung	Entspannung	Arbeitsblätter, Übungen	Spiele	Punkte, Abschluss
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Begrüßung</li> <li>• Hefter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorübungen</li> <li>• Entspannungsrätsel oder</li> <li>• Fantasiereise</li> <li>• Feedback</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Strichmuster</li> <li>• Konzentriert geht's wie geschmiert</li> <li>• genaues Beobachten</li> <li>• Feinmotorik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dynamische Übung</li> <li>• Bewegungsspiele</li> <li>• Mannschaftsspiele</li> <li>• Kim-Spiele oder</li> <li>• Denkspiele oder</li> <li>• Erzählspiele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Punkte einschreiben</li> <li>• Punkte zählen</li> <li>• Preise eintauschen</li> </ul>



Die engmaschige Struktur des Trainings erfordert eine sorgfältige Vorbereitung der Sitzungen. Alle notwendigen Materialien müssen bereitliegen. Die Trainerin sollte den Raum keinesfalls verlassen müssen. Absprachen zwischen den Trainerinnen müssen vor der Stunde abgeschlossen werden, da sie während der Sitzung nicht mehr möglich sind.

### Begrüßung

Das Training beginnt pünktlich. Die Eltern sollten beim ersten Elternabend darauf aufmerksam gemacht werden. Kinder, die zu spät kommen, müssen warten, bis sie in den Trainingsraum geholt werden, da sie sonst die Entspannungsgeschichte stören würden.

Zu Beginn der Trainingsstunde wird jedes Kind persönlich begrüßt. Diese Begrüßung läuft nach einem Ritual ab:

- Jede Trainerin gibt dem Kind die Hand.
- Dabei nimmt sie Blickkontakt mit dem Kind auf.
- Sie begrüßt es freundlich und nennt es beim Namen, etwa: *Guten Tag, Dennis, schön, dass du da bist.*

Das Gleiche wird vom Kind erwartet. Es soll der Trainerin die Hand geben, dabei Blickkontakt halten und *Guten Tag* o.ä. sagen.

Höfliche Umgangsformen sind für einige Kinder ausgesprochen ungewohnt. Die Trainerinnen sind Modell für die freundliche und höfliche Art des Umgangs. Klare Regeln werden kurz genannt, z.B. *Wenn einer redet, hören die anderen zu* oder *Wer die Antwort weiß, zeigt auf.*

Es wird empfohlen, in der ersten Stunde ein Namensspiel zu spielen, damit die Kinder wissen, wie die anderen heißen, und mit ihnen in Kontakt treten können.

## Der Hefter

In der ersten Trainingsstunde erhält jedes Kind einen Hefter für seinen Punkteplan und seine Arbeitsblätter.

Die Organisation des Hefters ist eine wichtige Vorbereitung auf den Umgang mit schulischen Materialien. Die Kinder werden angeleitet und, wenn nötig, unterstützt. Für die selbstständige Handhabung werden sie ausdrücklich gelobt. Hierzu gehört, den Hefter zu holen, wenn ein Blatt abgeheftet werden soll und ihn wegzulegen, wenn dies geschehen ist.

## Die Arbeitsblätter

Da das MKT in erster Linie ein Selbstinstruktionstraining ist, wird das Kind bei jeder Aufgabe zum Formulieren der Aufgabenstellung und zum genauen Beschreiben der Arbeitsschritte angehalten.

**Die Blätter sind *nicht* für die Stillarbeit gedacht, da mit Hilfe der Übungen das laute Sprechen und Denken trainiert werden soll.**

Die Aufgaben der Arbeitsblätter werden an einem großen Gruppentisch gemeinsam bearbeitet. So üben die Kinder ein Arbeitsverhalten ein, das in der Schule von ihnen verlangt wird. Im Gegensatz zu den Spielen, bei denen auch wichtige Aspekte der Konzentration und Wahrnehmung trainiert werden, stellen die Übungen mit den Arbeitsblättern bewusst Arbeitseinheiten dar. Der Hauptunterschied zu den Spielphasen besteht darin, dass man auf dem Platz sitzen muss. Dennoch bereiten sie den Kindern in der Regel viel Spaß.

Da alle Übungen und Spiele in der Gruppe durchgeführt werden, wird in der gesamten Zeit das Sozialverhalten trainiert.

Für das Marburger Konzentrationstraining für Kindergarten- und Vorschulkinder wurden eigene Arbeitsblätter entworfen.

Zu jedem Arbeitsblatt gibt es eine Instruktionssseite für die Trainerin, auf der Anweisungen zur Bearbeitung der gesamten Seite formuliert sind. Gelegentlich werden Varianten vorgeschlagen. Außerdem ist zu jeder Aufgabe kurz notiert, welche Bereiche mit der Übung besonders gut zu fördern sind.

Im Marburger Konzentrationstraining für Kindergarten- und Vorschulkinder werden die Bereiche Konzentration, Wahrnehmung, Sprache, Feinmotorik, Denk- und Merkfähigkeit je nach Aufgabe unterschiedlich stark gewichtet, orientiert an den Bedürfnissen der Kinder.

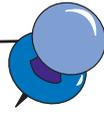
Die Arbeitsblätter liegen in zwei Schwierigkeitsstufen vor. Die einfache Variante eignet sich für jüngere Kinder oder für Kinder mit einer ausgeprägteren Problematik.

Die schwierige Variante ist für ältere oder geistig sehr rege Vorschulkinder gedacht. Die Arbeitsblätter dieser Kategorie können aber auch zur Vertiefung der Methode eingesetzt werden, wenn die Kinder die einfachen Blätter bereits bearbeitet haben.

Die Arbeitsblätter lassen sich fotokopieren, die farbigen Seiten sind als Bildvorlagen gedacht. Man hält sie hoch oder hängt sie an die Wand.

## Mach-doch-mal-Übungen

Die Mach-doch-mal-Übungen wurden für das Marburger Konzentrationstraining für Kindergarten- und Vorschulkinder entwickelt. Sie dienen dem Training der verschiedenen Fertigkeiten, die ein zukünftiges Schulkind beherrschen sollte.



Es gibt die folgenden Übungen:

- Schreib-doch-mal
- Mal-doch-mal
- Zähl-doch-mal
- Rate-doch-mal
- Merk-dir-doch-mal
- Erzähl-doch-mal

Die Übungen Schreib- und Mal-doch-mal sind Arbeitsblätter und werden nach dem üblichen Schema bearbeitet.

Für die Übungen Zähl-, Rate-, Merk-dir- und Erzähl-doch-mal gibt es farbige Bildvorlagen. Sie werden den Kindern gezeigt. Je nach Aufgabe werden unterschiedliche Fragen gestellt. Die Kinder werden aufgefordert, Inhalte zu benennen, Details zu entdecken oder Dinge zu zählen. Trainiert wird bei diesen Aufgaben die Denkfähigkeit und der sprachliche Ausdruck. Die Allgemeinbildung der Kinder spielt ebenfalls eine Rolle.

## Spiele

Spiele sind wichtige Bestandteile des Marburger Konzentrationstrainings für Kindergarten- und Vorschulkinder. Arbeitsphasen und Spiele wechseln sich ab. Dies entspricht dem Entwicklungsstand von Kindergarten- und Vorschulkindern. Sie lernen spielerisch am besten.

Der Schwerpunkt der Spiele liegt auf der Förderung der verschiedenen Aspekte der Konzentration und des Sozialverhaltens.

Wir unterscheiden die folgenden Spiele:

- dynamische Übungen
- Bewegungsspiele
- Kim-Spiele

## Dynamische Übungen

Die Kinder stehen oft aus ganz unterschiedlichen Gründen unter Anspannung, vielleicht haben sie sich über jemanden geärgert oder mussten sich sehr beeilen, um pünktlich zu sein, oder sie beschäftigt etwas, was ihnen gerade passiert ist, oder sie sind aufgeregt, weil das Training beginnt. Jetzt mit einer Entspannungsübung zu beginnen, wäre ungünstig. Zu Beginn einer Trainingsstunde hat sich eine dynamische Übung bewährt. Mit Hilfe der dynamischen Übungen lösen sich innere oder äußerliche Anspannungen, und die Kinder beginnen spielerisch mit einer günstigen Atemtechnik.

## **Bewegungsspiele**

Kindergarten- und Vorschulkinder spüren einen starken Bewegungsdrang, besonders, wenn sie über einen längeren Zeitraum (15 Minuten) konzentriert Arbeitsblätter bearbeitet haben.

Es hat sich als sinnvoll erwiesen, nach einer Arbeitsphase sehr einfache Spiele zu wählen und keine komplizierten neuen Regelspiele. Natürlich kann man auch Spiele einsetzen, die den Kindern bereits bekannt sind.

Im Marburger Konzentrationstraining für Kindergarten- und Vorschulkinder haben sich die folgenden Spiele bewährt – sie werden auf den Seiten 47 bis 49 beschrieben:

- Namensballspiel
- Alle Vögel fliegen hoch
- Kommando 1-2-3
- Jungle Walk
- Dirigentenraten
- Spiegelspiel
- Die Reise nach Jerusalem
- Zauberladen

## **Kim-Spiele**

Der Name *Kim-Spiele* geht auf die literarische Figur des britischen Jungen *Kim* von *Rudyard Kipling* zurück. Kim trifft in Indien einen Händler und dessen Sohn. Der Händler zeigt den beiden Jungen einige Juwelen auf einem Tablett. Nachdem sie einen Blick auf die Juwelen geworfen haben, sollen sie aus ihrem Gedächtnis die Steine aufzählen und beschreiben. Kim stellt fest, dass der Sohn des Händlers dies viel besser kann als er. Daraufhin nimmt er sich vor, solche Aufgaben zu üben.

Kim-Spiele dienen der Verbesserung der Sinneswahrnehmung. Sie trainieren das Fokussieren der Aufmerksamkeit und die Merkfähigkeit. Die Kinder richten ihre Aufmerksamkeit gezielt auf eine Wahrnehmungsmodalität und versuchen verschiedene Gegenstände zu erfassen und zu behalten. Hierbei dürfen sie sich nicht durch andere Reize ablenken lassen.

Wir unterscheiden:

- Seh-Kim
- Hör-Kim
- Tast-Kim
- Riech-Kim
- Schmeck-Kim

Bei einigen Kim-Spielen sollen den Kindern die Augen verbunden werden. Eine gute Alternative sind Masken, die die Kinder vor ihre Augen ziehen, oder weite Stoffsäcke aus blickdichtem Material, die die Kinder selber überziehen können.

## Punkteverteilung

Im Marburger Konzentrationstraining für Kindergarten- und Vorschulkinder bekommt jedes Kind zu Beginn des Trainings einen Punkteplan (s. Seite 29ff). Auf diesen Punkteplan schreibt es seinen Namen. Es trägt dort immer die Punkte ein, die es für eine Übung bekommen hat. Die Kinder malen so nach und nach die Punkte auf ihrem Plan aus.

Am Ende der Stunde können die Kinder mit den Punkten einen Preis aus der Schatzkiste kaufen. Es gibt kleine Preise für weniger Punkte und große Preise für viele Punkte. Das Kind entscheidet selbst, ob es seine Punkte gegen einen Preis eintauscht oder ob es lieber für einen größeren Preis sparen möchte.

Für das Marburger Konzentrationstraining für Kindergarten- und Vorschulkinder wurden eigene Punktepläne gestaltet. Auf ihnen ist ein Tier dargestellt, bei dem Punkte ausgemalt werden können. Die Punkte lassen sich relativ leicht zusammenzählen, da in jedem Segment zehn Punkte enthalten sind. Beim Zusammenzählen benötigen die meisten Kinder dennoch Hilfe. Unter den Punktetieren können pro Stunde die Gesamtpunktzahl, die Menge der eingetauschten Punkte und die Restpunktzahl von der Trainerin notiert werden

Im Training können die Kinder auswählen zwischen Preisen im Wert von 10, 20, 30 bis zu 60 Punkten.

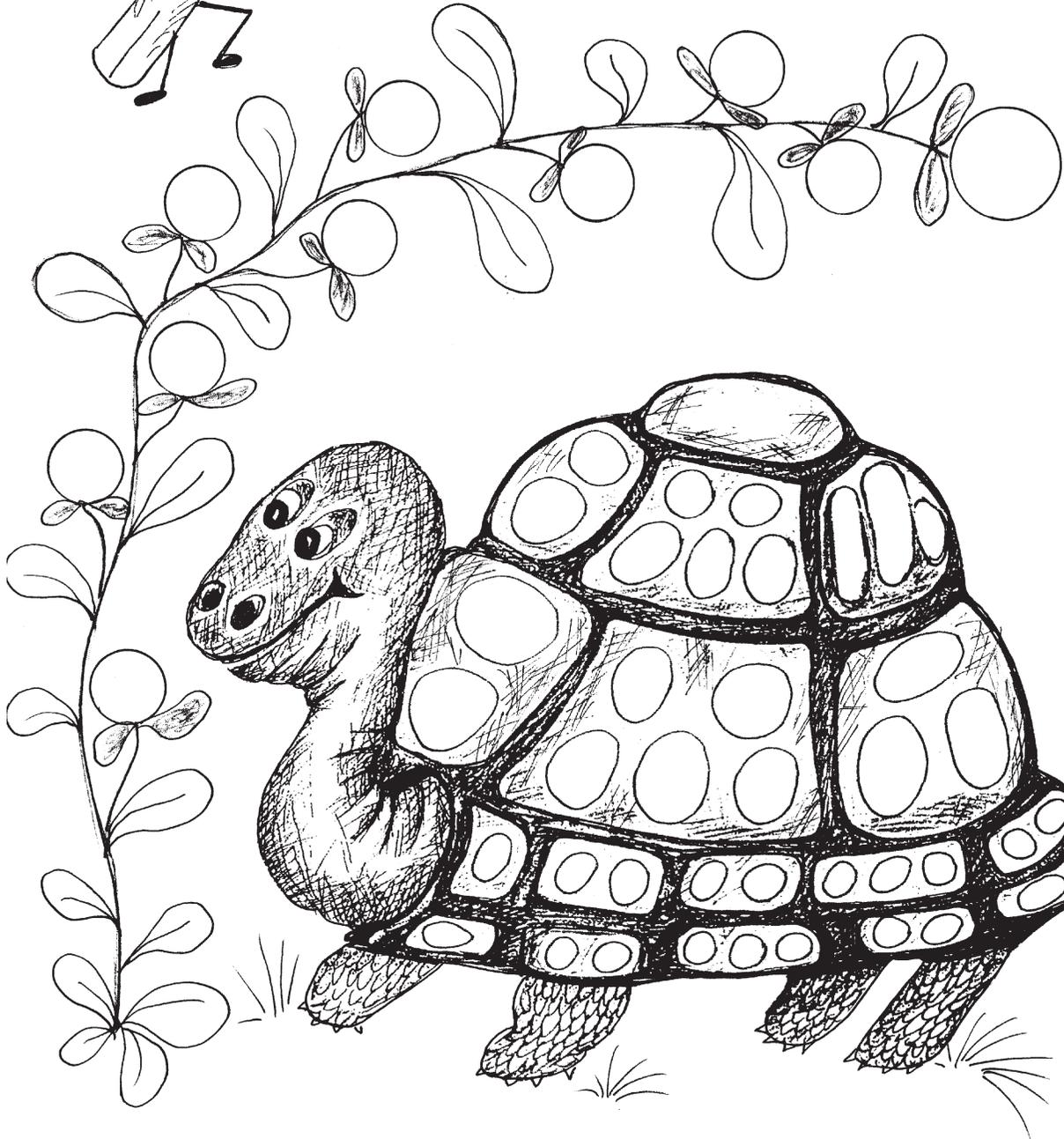
Die einzelnen Preiskategorien werden getrennt in bunten Kartons aufbewahrt, die mit der entsprechenden Zahl beschriftet werden. So wissen die Kinder, welcher Preis wie viele Punkte wert ist, welchen Preis sie also bereits eintauschen können.

Zu Beginn des Trainings sollten den Kindern die Preise gezeigt werden. Es sollten aus jeder Preiskategorie bereits genug Preise vorhanden sein. Selbst die großen Preise müssen nicht tatsächlich teuer sein, sie sollten aber für die Kinder attraktiv sein. Die kleinen Kinder setzen *groß* und *attraktiv* meistens noch gleich. Man wählt am besten Preise aus, die Kinder erfreuen, und nicht unbedingt „pädagogische“ Preise.

In der ersten Trainingsstunde muss man darauf achten, dass die Kinder mindestens zehn Punkte erhalten. Sie müssen in der ersten Stunde die Möglichkeit erhalten, zu überprüfen, wie das Punktesystem funktioniert und erfahren, dass sie hier wirklich Preise gewinnen können.



--



Punkte							
Eingetauscht	R:						

# Strichmuster fortsetzen – leicht 4

## Fördert:

- **Wahrnehmung** (Formauffassung, Formwiedergabe, Gliederungsfähigkeit, Rechts-Links-Orientierung, Wahrnehmung von Details)
- **Sprache** (Sprechverhalten, Sprachverhalten, Sprach- und Anweisungsverständnis)
- **Feinmotorik** (Linienführung)
- **Konzentration** (Genauigkeit, Ausdauer, Arbeitstempo)

## 1. Namen einschreiben

Schau auf das Männchen mit dem Stift. Das Männchen möchte, dass du oben in den Kasten deinen Namen schreibst. Sag bitte, was du als erstes tun sollst.

Nun nimm dir einen Stift und schreibe deinen Namen in den Kasten.

Gut gemacht.

Jetzt legst du den Stift zur Seite und hörst genau zu.

## 2. Beispiel anschauen und zuhören

Schau in den nächsten Kasten. Hier siehst du, was bei diesem Blatt zu tun ist.

**Schau dir das Muster genau an. Mit einem dicken schwarzen Stift ist der Anfang von dem Muster gezeichnet. Du sollst das Muster genauso zu Ende zeichnen, wie es begonnen wurde. Setze den Stift dort an, wo der dicke schwarze Strich endet. Dort siehst du einen dicken schwarzen Punkt. Nun zeichne das Muster Schritt für Schritt weiter. Male immer genau auf der Linie der Kästchen entlang. Sag bei jedem Schritt, was du gerade tust.**

Sag bitte, was du tun sollst.

## 3. Aufgabe durchführen

Jetzt nimmst du deinen Stift. Zeig mir, wo du den Stift ansetzt.

Sag bei jedem Schritt laut, was du tust. (Die anderen Kinder hören genau zu und machen nur, was du sagst.)

Sag als erstes: Ich gehe drei Kästchen nach oben. Gut! Dann gehe ich ein Kästchen nach rechts. Prima! ...

## 4. Loben

Das hast du gut gemacht. Du hast das Muster richtig zu Ende gezeichnet. Du hast bei jedem Schritt genau gesagt, was du gerade tust. Weil du das so gut gemacht hast, kannst du zu dir sagen: Das hab ich gut gemacht!

## 5. Mund malen

Oben auf der Seite ist ein Gesicht, dem der Mund fehlt. Male ihm ein Lachen, weil du die Aufgabe so gut gemacht hast. Jetzt freut sich das Gesicht auch.

## Variante

Es ist auch möglich, nicht bei dem Punkt, sondern am Anfang der Zeile zu beginnen. Man zieht die ersten Striche auf der schwarzen Linie und zeichnet dann wie oben beschrieben weiter.



# Strichmuster fortsetzen – schwer 1

## Fördert:

- **Wahrnehmung** (Formauffassung, Formwiedergabe, Gliederungsfähigkeit, Rechts-Links-Orientierung, Wahrnehmung von Details)
- **Sprache** (Sprechverhalten, Sprachverhalten, Sprach- und Anweisungsverständnis)
- **Feinmotorik** (Linienführung)
- **Konzentration** (Genauigkeit, Ausdauer, Arbeitstempo)

## 1. Namen einschreiben

Schau auf das Männchen mit dem Stift. Das Männchen möchte, dass du oben in den Kasten deinen Namen schreibst. Sag bitte, was du als erstes tun sollst.

Nun nimm dir einen Stift und schreibe deinen Namen in den Kasten.

Gut gemacht.

Jetzt legst du den Stift zur Seite und hörst genau zu.

## 2. Beispiel anschauen und zuhören

Schau in den nächsten Kasten. Hier siehst du, was bei diesem Blatt zu tun ist.

**Schau dir das Muster genau an. Mit einem dicken schwarzen Stift ist der Anfang von dem Muster gezeichnet. Du sollst das Muster genauso zu Ende zeichnen, wie es begonnen wurde. Setze den Stift dort an, wo der dicke schwarze Strich endet. Der schwarze Strich endet an dem dicken schwarzen Punkt. Nun zeichne das Muster Schritt für Schritt weiter. Male immer genau auf der Linie der Kästchen entlang. Sag bei jedem Schritt, was du gerade tust.**

Sag, was du tun sollst.

## 3. Aufgabe durchführen

Jetzt kannst du deinen Stift nehmen. Zeig, wo du anfängst. Sag, wo du den Stift ansetzt.

Nun sag bitte bei jedem Schritt, was du tust. (Die anderen Kinder hören dir gut zu und machen genau das, was du sagst.)

Sag als erstes: Ich gehe zwei Kästchen nach unten. Gut! Dann gehe ich ein Kästchen nach rechts. Prima! ...

Jetzt kommt die zweite Aufgabe an die Reihe. Zeig bitte auf die zweite Aufgabe. Was sollst du tun? Wo setzt du den Stift an?

Sag bitte laut, was du tust. (Die anderen Kinder hören dir gut zu und machen genau das, was du sagst.)

## 4. Loben

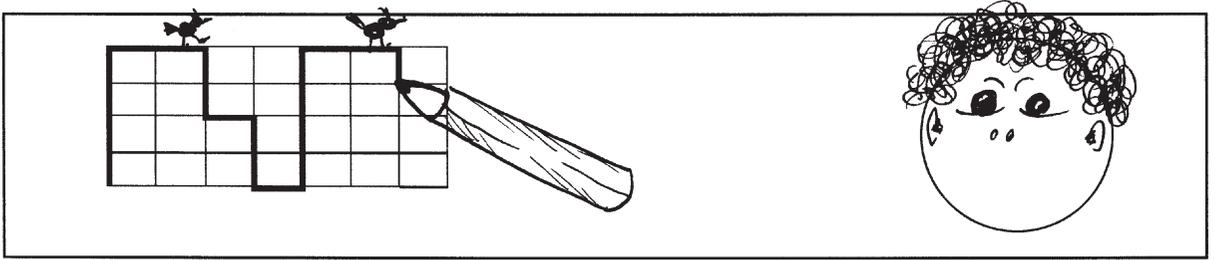
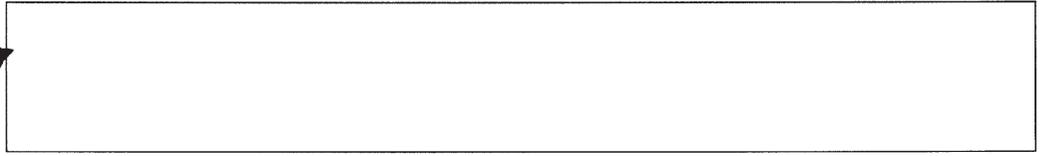
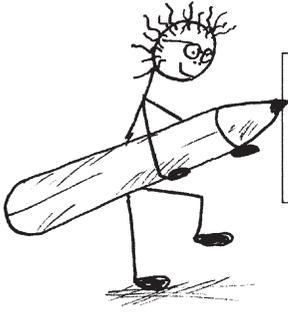
Das hast du gut gemacht. Weil du das so gut gemacht hast, kannst du zu dir sagen: Das hab ich gut gemacht!

## 5. Mund malen

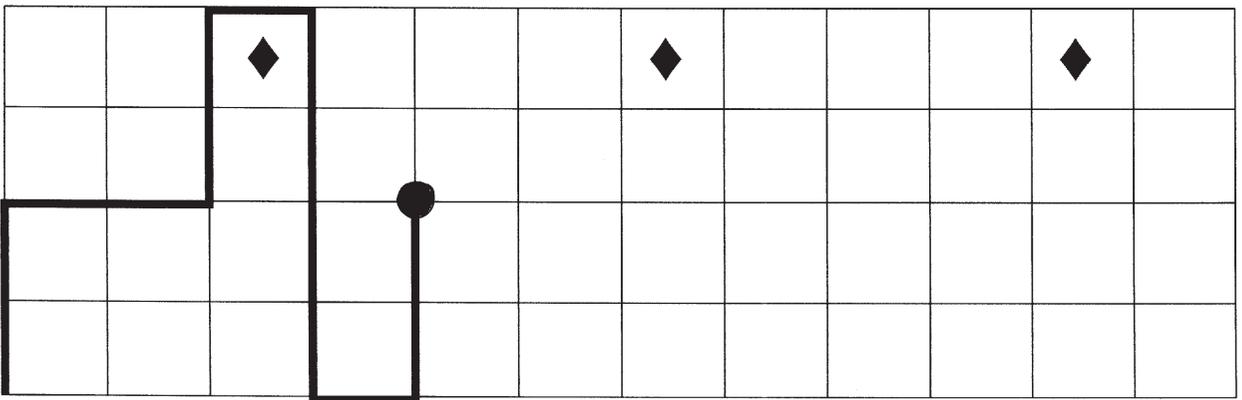
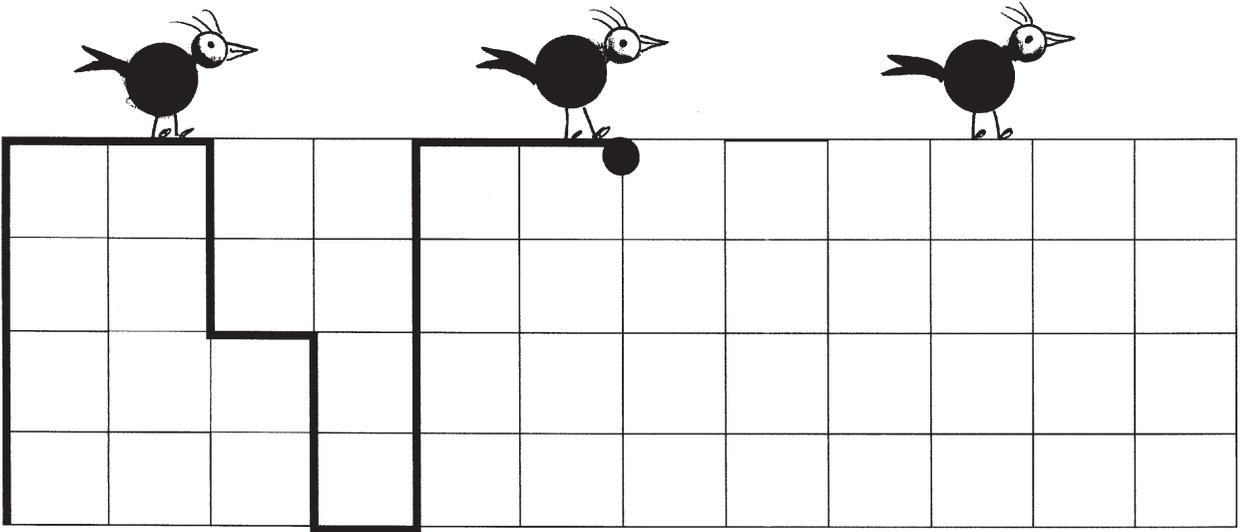
Oben auf der Seite ist ein Gesicht, dem der Mund fehlt. Male ihm ein Lachen, weil du die Aufgabe so gut gemacht hast. Jetzt freut sich das Gesicht auch.

## Variante

Es ist auch möglich, nicht bei dem Punkt, sondern am Anfang der Zeile zu beginnen. Man zieht die ersten Striche auf der schwarzen Linie und zeichnet dann wie oben beschrieben weiter.



© 2004 borgmann publishing  
 Krowatschek et al., Marburger Konzentrationstraining  
 (MKT) für Kindergarten- und Vorschulkinder  
 Bestell-Nr. 8334



# Zähl-doch-mal – Knusperhaus

## Fördert:

- **Wahrnehmung** (Wahrnehmung von Details, Gliederungsfähigkeit, Formauffassung)
- **Mengen** (Simultanes Mengenerfassen, Zählen)
- **Konzentration** (Genauigkeit bei der Beobachtung, Ausdauer)
- **Sprache** (Sprechverhalten, Sprachverhalten)
- **Kenntnisse** (Zählen)

**Schau dir das Bild genau an.**

**Wie viele Zwerge siehst du?**

**Welche süßen Sachen siehst du? Wie viele Bonbons,  
Schokoladenstücke, Lutscher, Brezeln... zählst du?**

**Welche Tiere siehst du?**

**Kannst du sie zählen?...**



# Zähl-doch-mal – Dschungel

## Fördert:

- **Wahrnehmung** (Wahrnehmung von Details, Gliederungsfähigkeit, Formauffassung)
- **Mengen** (Simultanes Mengen erfassen, Zählen)
- **Konzentration** (Genauigkeit bei der Beobachtung, Ausdauer)
- **Sprache** (Sprechverhalten, Sprachverhalten)
- **Kenntnisse** (Zählen)

**Schau dir das Bild genau an.**

**Welche Tiere siehst du?**

**Wie viele Schildkröten, Vögel, Elefanten, Tiger... zählst du?**

**Welches Tier gibt es eigentlich nur im Märchen?...**

