



Gesamtkonferenz

Thema: Konzentration/Aufmerksamkeit bei Schüler/innen fördern

1. Erfolgreiches Lernen bedarf einer angemessenen Konzentration.

Vorbemerkungen:

- Kinder sind individuell, ihr Lernstil ist es ebenfalls
- Manche Kinder lernen gerne allein, andere sind im Team stärker.
- Demnach gibt es bei beiden Lerntypen Phasen, in denen die Konzentration (die Fähigkeit, seine Aufmerksamkeit auf eine bestimmte Aufgabe zu lenken) nachlässt.

2. Ursachen für Konzentrationsschwierigkeiten finden

2.1 Ablenkung durch äußere Faktoren

- laufender Fernseher/Radio/Telefon
- spielende Geschwister
 - ↳ Alle Störquellen vermeiden, um die Konzentration des Kindes zu verbessern.
 - ↳ Alles aus den Fingern, wenn der Lehrer erklärt.

2.2 Ungesunde Ernährung und Bewegungsmangel

- Erholung und Abwechslung sind wichtig für das Gehirn, um neue Energie zu tanken.
- Gesunde Ernährung und Bewegung an der frischen Luft fördern langfristig die Konzentration.
 - ↳ Bewegungspausen auf dem Schulhof.
 - ↳ Zu Hause eine Runde spazieren gehen, eine halbe Stunde über etwas anderes sprechen.
- Süßigkeiten sind nicht förderlich.
 - ↳ Heben nur kurz den Blutzuckerspiegel. Sackt schon nach kurzer Zeit wieder ab ↳ Müdigkeitsattacke ↳ Schwinden der Konzentration.

2.3 Desinteresse und wenig Vorwissen

Wer sich für ein bestimmtes Thema nicht interessiert und/oder kein Vorwissen mitbringt, wird sich mit der Konzentration schwer tun.

- Die Schüler/innen sind schnell abgelenkt, die Konzentration sackt in den Keller.
- Kinder, die an der Sache dran bleiben, tun sich leichter.
- Wenn Kinder mit Computer, Tablets oder Smartphones lernen dürfen, macht das Lernen Spaß.

2.4 Überforderung durch zu viele Aufgaben

- Zu viel Druck, zu viele Aufgaben
 - ↳ Lernfrust, Konzentrations-/Motivationsmangel
- Auch mal eine Aufgabe hinten anstellen, solange es keine gravierenden Auswirkungen hat.

2.5 Schlafmangel

- Schlafen macht schlau (stimmt wirklich). Während der Nachtruhe festigt sich das am Tag Erlebte und Gelernte im Gehirn, wird geordnet und verarbeitet.
 - ↳ Konzentrationsschwächen bei Schulkindern haben oft ihre Ursache im Schlafmangel.
 - ↳ Je jünger das Kind, desto mehr Schlaf braucht es (9 – 11 Std. sind angebracht).

2.6 Frustration bei zu schwierigen Aufgaben

Scheint eine Aufgabe unbezwingbar, macht es keinen Spaß, nach Lösungen zu suchen.

- Lernfrust/ Ablenkung lockt überall
- bei schwierigen Aufgaben ⇒ Teilschritte ⇒ Kind kommt Schritt für Schritt zum Ergebnis ⇒ kleine Erfolgserlebnisse stellen sich ein
 - ↳ motivierend/Kinder brauchen die Zuversicht, dass auch schwierige Aufgaben lösbar sind.

2.7 Kinder lernen, weil sie müssen, nicht, weil sie wollen

Druck durch Noten, Erwartungshaltungen von Lehrern/Eltern blockieren Kinder in ihrem Lernverhalten.

- ↳ Konzentrationsschwächen und –schwierigkeiten
- ↳ Selbstbestimmtes Lernen ist wichtig für die Lernmotivation.
Kinder lernen am besten, wenn sie sich selbstbestimmt ihr Wissen erarbeiten können und das durch Aufgaben, die ihren Interessen entsprechen.

3. Konzentration bei Kindern fördern

(Tipps für mehr Motivation)

In der Schulzeit gibt es immer wieder Phasen, in denen Kinder mehr oder weniger konzentriert sind.

Konzentrationsschwierigkeiten hängen oft mit mangelnder Motivation zusammen. Dazu Tipps als Anregung:

3.1 Lob statt Kritik äußern

- Das Kind nicht nur für gute Noten loben, sondern auch die besondere Mühe hervorheben („Das hast du toll gemacht!“).
 - ↳ Kinder lernen so, dass sie alles erreichen können, wenn sie sich anstrengen.
- Fehler als notwendigen Teil einer Lernaufgabe bewerten. Aus einem Fehler lernt man oft mehr, als aus einem gradlinigen Lösungsweg.

3.2 Förderung der Eigenmotivation

- Kinder am motiviertesten, wenn sie selbst entscheiden dürfen,
 - ✚ mit welcher Aufgabe sie anfangen möchten
 - ✚ was sie lernen möchten
 - ✚ mit welcher Methode sie am besten lernen
 - ✚ zu welcher Uhrzeit sie am motiviertesten sind
 - ✚ Kinder am motiviertesten, wenn sie selbst entscheiden dürfen
- Kleine Belohnungen stärken die Eigenmotivation.
- Bunte Merkzettel, kurze Lernsprüche oder ein toller Lernplatz können Anreize darstellen.
- Online-Leseplattformen fördern das entdeckende Lernen (Schüler müssen sich selbst einen Lösungsweg erarbeiten).
 - ↳ Stärkt das Selbstbewusstsein. Schafft besonderen Zugang zu den Inhalten.

3.3 Abwechslungsreich lernen mit Hilfe verschiedener Lernmethoden

- Alternative Lernmethoden fördern Konzentration und Motivation.
 - ↳ Alles ist erlaubt, was das Lernen interessanter macht.
- Tandempartner beim Vokabellernen oder beim 1 x 1 (Alternative zum sturen Auswendiglernen).
- Lernen innerhalb eines interessanten Projektes oder an konkreten Beispielen aus dem Alltag macht viel mehr Spaß.

3.4 Einsatz neuer Medien – mehr Spaß am Lernen

- Mehrheit der Schüler/innen lernen am liebsten mit digitalen Medien.
- Lernsoftware sollte auf die Bedürfnisse der Kinder konzipiert sein.
- Lehrprogramme, die auf die Rahmenpläne abgestimmt sind, eignen sich, den behandelten Stoff zu Hause noch einmal spielerisch nachzuarbeiten und zu verinnerlichen.
- Beachten: Nur der sichere Umgang mit digitalen Medien ist von Bedeutung.

3.5 Selbstbestimmte, aber regelmäßige Zeiten

Für ein gutes Lernergebnis sind regelmäßige Lernzeiten wichtig. Mit den Kindern besprechen, wann diese Zeit sein soll. Diese Zeit sollte flexibel gehalten werden. Manche Kinder brauchen nach der Schule eine Pause, andere sind nach der Schule noch aufnahmefähig und erledigen ihre Aufgaben direkt.

- Den richtigen Zeitpunkt bestimmt am besten das Kind selbst.
- Eltern sollten aber darauf achten, dass diese Lernzeit eingehalten wird.

3.6 Das Lernen fördern

Eine hervorragende Konzentrationsübung ist das Lesen.

- Um Handlungen einer Geschichte zu verstehen, muss man aufmerksam sein und darf sich nicht ablenken lassen.
- Beim Vorlesen müssen Kinder aktiv zuhören und sich konzentrieren.

Theodor-Heuss-Schule Wirges

- Grundschule / Ganztagschule /Schwerpunktschule -

3.7 Pausen machen

- + Kinder zwischen 5 und 7 Jahren brauchen alle 15 Minuten eine Pause.
- + Kinder zwischen 8 und 10 Jahren brauchen alle 20 Minuten eine Pause.
Je älter die Kinder, desto länger können sie sich konzentrieren.
Pause ist nicht gleich Pause.
- + Fernsehen ist keine sinnvolle Pause; verlangt viel Aufmerksamkeit.
Frische Luft und Bewegung machen den Kopf frei.

3.8 Plan machen / Prioritäten setzen

- Klären, was heute gemacht werden kann. Bewusst werden, dass nicht alles gleichzeitig zu schaffen ist.
- + Nach einem Plan vorgehen.
 - + So fällt es später leichter, Prioritäten zu setzen.

4. Konzentrationsübungen für Kinder

- + 1. Übung: Ich packe meinen Koffer.
- + 2. Übung: Wimmelbücher und Fehlerrätsel
 - ↳ Große Geduld und wachsame Auge nötig, um versteckte Objekte oder Fehler in einem Bild finden.
 - ↳ Kleine Rätsel eignen sich als Konzentrationsübung.
- + 3. Übung: Erzähl mir von deinem Tag – rückwärts.
- + 4. Übung: Schritte zählen
 - ↳ Wieviel Schritte brauche ich bis ... (z.B. nach Hause)
Wir dürfen uns nicht ablenken lassen.
- + 5. Übung: Yoga für Kinder
 - ↳ fördert die Konzentration
 - ↳ Kinder, die Yoga machen, lernen besser auf ihren Körper zu hören. (Literatur)
- + 6. Übung: Geräuschememory
 - ↳ Leise sein, genau zuhören
Es werden Geräuschepärchen gesucht.
Je zwei kleine Behälter mit gleichem Material zur Hälfte füllen (z.B. Salz, Reis, Mais, Sand ...).
- + 7. Übung: Fehlergeschichten
 - ↳ In eine Geschichte Fehler einbauen (z.B. runde Ecke, lila Banane ...).
Bemerkt das Kind beim Vorlesen einen Fehler, ruft es laut „Fehler“.
- + 8. Übung: Anfangsbuchstaben vertauschen
 - ↳ Zusammengesetzte Wörter eignen sich super für ein Konzentrationsübungsspiel (z.B. Hogelvaus, Bitronenzaum..).