

SCHOOL-SCOUT.DE

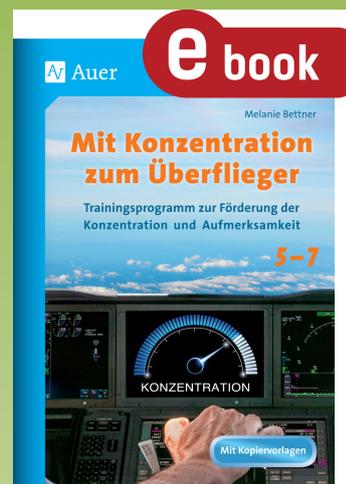
Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Mit Konzentration zum Überflieger Klasse 5 - 7

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Melanie Bettner

Mit Konzentration zum Überflieger

Trainingsprogramm zur Förderung der
Konzentration und Aufmerksamkeit

5-7



Mit Kopiervorlagen

Bildquellenverzeichnis:

S. 24, 36, 37, 40, 57, 60, 83, 86, 91: Aircraft or Airplane Icons Set © CkyBe – Shutterstock.com
S. 26, 34, 84, 85: Assorted Plane Silhouettes © Setphen Finn – Shutterstock.com
S. 29: Airport with infographic elements © Pretty Vectors – Shutterstock.com
S. 59: Airport runway © Akura Yochi – Shutterstock.com
S. 67, 84, 93: Black flight instrument panel © cetus – Shutterstock.com
S. 74: A contour illustrations of big airplanes © Petr Student – Shutterstock.com
S. 76, 96: Big Set of Different Kind of Airplanes Silhouettes © Pavel K – Shutterstock.com

1. Auflage 2017

© 2017 Auer Verlag, Augsburg

AAP Lehrerfachverlage GmbH

Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk als Ganzes sowie in seinen Teilen unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Der Erwerber des Werks ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den eigenen Gebrauch und den Einsatz im Unterricht zu nutzen. Die Nutzung ist nur für den genannten Zweck gestattet, nicht jedoch für einen weiteren kommerziellen Gebrauch, für die Weiterleitung an Dritte oder für die Veröffentlichung im Internet oder in Intranets. Eine über den genannten Zweck hinausgehende Nutzung bedarf in jedem Fall der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlags.

Sind Internetadressen in diesem Werk angegeben, wurden diese vom Verlag sorgfältig geprüft. Da wir auf die externen Seiten weder inhaltliche noch gestalterische Einflussmöglichkeiten haben, können wir nicht garantieren, dass die Inhalte zu einem späteren Zeitpunkt noch dieselben sind wie zum Zeitpunkt der Drucklegung. Der Auer Verlag übernimmt deshalb keine Gewähr für die Aktualität und den Inhalt dieser Internetseiten oder solcher, die mit ihnen verlinkt sind, und schließt jegliche Haftung aus.

Umschlagfoto: fotolia.com | © Mirko | id / 70303038

Covergestaltung: Kirstin Lenhart, München

Illustrationen: Boris Braun, Julia Flasche, Steffen Jähde, Stefan Lohr, Carla Miller, Tina Pohl, Katharina Reichert-Scarborough, Bettina Weyland

Satz: fotosatz griesheim GmbH

ISBN 978-3-403-37963-8

www.auer-verlag.de

Inhaltsverzeichnis

Thematische Einführung

Vorwort	5
Didaktisch-methodische Hinweise zum Training	7
Das Pilotentraining: Überblick und Anleitung	10

Vor dem Training

Einführung und Tests

Das Schülerpiloten-Projekt	12
Flugtauglichkeitstest 1: Visuelle selektive Aufmerksamkeit	13
Flugtauglichkeitstest 2: Auditive selektive Aufmerksamkeit	14
Flugtauglichkeitstest 3: Fähigkeit von Aufmerksamkeitswechsel	16
Flugtauglichkeitstest 4: Fähigkeit von Daueraufmerksamkeit	17
Mein Flug-Kontrollbuch	18

Pilotenaufmerksamkeitstraining: Schritt für Schritt zum Flugschein

1. Aufmerksamkeitsaktivierung

Der Geschwindigkeitsmesser	20
----------------------------------	----

2. Förderung der Steuerungsfähigkeit

Mein Steuerungsflug	22
Probestunde 1: Flugzeugflotte finden	23
Probestunde 2: Die Flugzeugroute	24
Probestunde 3: Orkan über den Wolken	25
Probestunde 4: Viele Flugzeuge am Himmel	26

3. Förderung der visuellen selektiven Aufmerksamkeit

Der Gepäckscanner ✈️	27
Der Instrumentencheck ✈️	28
Die Webcam ✈️	29
Unbekannte Flugobjekte ✈️	30
Die Flugroute ✈️ ✈️	31
Die Pilotenuniform ✈️ ✈️	32
Erhöhter Flugverkehr ✈️ ✈️	33
Schlechte Sichtverhältnisse ✈️ ✈️	34
Der Nachtflug ✈️ ✈️ ✈️	35
Die Abflug-Anzeige ✈️ ✈️ ✈️	36
Die Flugticket-Kontrolle ✈️ ✈️ ✈️	37
Zwischenprüfung zur visuellen selektiven Aufmerksamkeit	38
Lizenz für die visuelle selektive Aufmerksamkeit	39

4. Förderung der auditiven selektiven Aufmerksamkeit

Eindringlinge bei der Flugüberwachung ✈️	40
Flugbegleiterin mit Sprachfehler ✈️	41
Im Tower ✈️	42
Morsezeichen ✈️	43



Achtung, letzter Aufruf für die Passagiere ✈ ✈	44
Codewörter ✈ ✈	45
Die Zollkontrolle ✈ ✈	46
Spürnasen im Einsatz ✈ ✈	47
Ein Flugzeug hat sich verflogen ✈ ✈ ✈	48
Die versteckte Nachricht ✈ ✈ ✈	49
Gespräch zwischen Tower und Pilot ✈ ✈ ✈	50
Mayday, erbitte Landeerlaubnis ✈ ✈ ✈	51
Zwischenprüfung zur auditiven selektiven Aufmerksamkeit	52
Lizenz für die auditive selektive Aufmerksamkeit	53

5. Förderung der Fähigkeit von Aufmerksamkeitswechsel

Auf der Startbahn ✈	54
Beobachtungen beim Flughafenbetrieb ✈	55
Gegenstände auf der Landebahn ✈	56
Hier spricht Ihr Flugkapitän ✈	57
Im Frachtraum ✈ ✈	58
Die Flughafen-Anzeige ✈ ✈	59
Navigation ✈ ✈	60
Verrückte Flughafenwerbung ✈ ✈	61
Den Autopiloten abschalten ✈ ✈ ✈	62
Der besondere Flug ✈ ✈ ✈	63
Der Kopilot ✈ ✈ ✈	64
Zwischenprüfung zur Fähigkeit von Aufmerksamkeitswechsel	65
Lizenz für die Fähigkeit von Aufmerksamkeitswechsel	66

6. Förderung der Fähigkeit von Daueraufmerksamkeit

Absturzgefahr beim Flug 4U9525 ✈	67
Auf dem Flughafengelände verlaufen ✈	68
Unbekannte Flugobjekte ✈	69
Der Zick-Zack-Flug ✈	70
Das Cockpit ✈ ✈	71
Die Alarm-Uhr ✈ ✈	72
Fehleranzeige beim Höhenmesser ✈ ✈	73
In der Produktionshalle ✈ ✈	74
50 Kilometer Kabel und kein Durchblick ✈ ✈ ✈	75
Die Nebelfront ✈ ✈ ✈	76
Ein Passagier hat Flugangst ✈ ✈ ✈	77
Warnlichter am Overhead-Panel ✈ ✈ ✈	78
Zwischenprüfung zur Fähigkeit von Daueraufmerksamkeit	79
Lizenz für die Fähigkeit von Daueraufmerksamkeit	80

7. Flugschein

Mein K-Flugschein	81
-------------------	----

Lösungen	82
----------	----



Vorwort

Die Fähigkeit zur Konzentration ist der entscheidende Faktor für gute Leistungen in der Schule. Konzentration wird in der Schule vorausgesetzt und selten trainiert. Allgemein gehen Pädagogen davon aus, dass Schüler¹ ihre Aufmerksamkeit mit steigendem Alter immer besser und länger auf eine bestimmte Sache richten können. Leider fällt auf, dass die Anzahl der Schüler mit Konzentrationsproblemen in der Schule ansteigt. Den Schülern fällt es schwer, sich einer Sache zuzuwenden und dranzubleiben. Sie sind sprunghaft und bringen nichts zu Ende.

Das vorliegende Buch stellt Ihnen didaktisch wertvolle Konzentrationsübungen zur Verfügung, mit denen Ihre Schüler motiviert und erfolgreich ihre Selbststeuerung und bewusste Aufmerksamkeitslenkung effizient üben können.

Die Inhalte des Buches habe ich in meiner Lernpraxis in Nidda mit meinen Schülern erarbeitet und damit habe ich viele positive Erfahrungen gemacht und Lernerfolge erzielen können. Als ausgebildete Konzentrationstrainerin weiß ich, wie wichtig individuelle Förderung und Lernmotivation für jeden einzelnen Schüler ist. Im Rahmen meiner Arbeit in der Lernpraxis konnte ich durch die vorliegenden Übungen Spaß und Freude bei meinen Schülern aufbauen, Defizite im Bereich der Konzentration erheblich kompensieren und entsprechende Kompetenzen aufbauen.

Das Pilotentraining gliedert sich in folgende Bereiche:

Vor dem Training

- **Das Schülerpiloten-Projekt:** Grundidee des Bandes ist, dass Ihre Schüler ein Konzentrationstraining unter dem Deckmantel eines Schülerpiloten-Projekts durchlaufen. Die Schüler sollen durch den Spaß am Pilotentraining motiviert werden, ohne dass der Fokus augenscheinlich auf den Themen „Aufmerksamkeit“ und „Konzentration“ liegt.
- Ein vorgeschalteter **Flugtauglichkeitstest** dient dazu, die Aufmerksamkeitsleistung zu den vier Aufmerksamkeitskomponenten zu messen.
- **Mein Flug-Kontrollbuch:** In diesem Laufzettel werden die Ergebnisse des Trainings festgehalten. Die Schüler erhalten so eine Übersicht darüber, welche Aufmerksamkeitskomponenten sie in welcher Anzahl und mit welchem Erfolg trainiert haben.

Pilotenaufmerksamkeitstraining: Schritt für Schritt zum Flugschein

- Um günstige Bedingungen für ein produktives Arbeiten herzustellen, müssen Schüler mit Konzentrationsproblemen ein besseres Gefühl für den eigenen Erregungszustand (den „inneren Motor“) bekommen. Mithilfe des **Geschwindigkeitsmessers** ist ein Schüler besser in der Lage, seinen eigenen inneren Erregungszustand einzuschätzen und zu optimieren.
- Ein Hauptproblem bei vielen Schülern mit Konzentrationsproblemen ist eine mangelhafte Selbststeuerung. Durch gezielte Übungen zur Förderung der **Steuerungsfähigkeit** sind die Schüler in der Lage, ihre Handlungsziele im Blick zu behalten, sodass es zu gewünschten Resultaten kommt.
- **Arbeitsblätter** mit Aufgaben zum Erwerb spezifischer Fertigkeiten in den einzelnen Aufmerksamkeitsbereichen (visuelle selektive Aufmerksamkeit, auditive selektive Aufmerksamkeit, Aufmerksamkeitswechsel und Daueraufmerksamkeit) sind in grundlegende, erweiterte und fortgeschrittene Übungen gegliedert.
- Zu den Arbeitsblättern der vier Aufmerksamkeitskomponenten finden **Zwischenprüfungen** statt. Nach der Zwischenprüfung erhält jeder Schüler eine entsprechende **Lizenz**. Ziel ist es, durch das Sammeln der Einzellizenzen einen **Flugschein** zu erhalten.

¹ Aufgrund der besseren Lesbarkeit ist in diesem Buch mit Schüler auch immer Schülerin gemeint, ebenso verhält es sich mit Lehrer und Lehrerin etc.



Um eine bessere Übersichtlichkeit zu gewährleisten, wurden in den Stundenbildern folgende Symbole verwendet:



= Arbeitsblatt



= Flugtauglichkeitstest / Zwischenprüfung



= Lizenz / Flugschein



= Glocke (benötigtes Material)



= Einzelarbeit



= Partner- und Gruppenarbeit



= Schwierigkeitsgrad des Arbeitsblatts
(grundlegend, erweitert, fortgeschritten)

Viel Freude und Erfolg bei der Arbeit mit dem vorliegenden Band wünscht Ihnen

Melanie Bettner



Didaktisch-methodische Hinweise

Definition von Konzentration

Konzentration ist die Fähigkeit, seine gesamte Aufmerksamkeit unter Abschirmung unwichtiger Umweltreize auf eine bestimmte (aufgaben-)relevante Sache auszurichten.

Konzentrieren heißt:

Selektiv wahrnehmen

mit dem Ziel eines störungsfreien Handelns!

Die verschiedenen Aufmerksamkeitskomponenten

- **Aufmerksamkeitsaktivierung**
Die Fähigkeit, die Reaktionsbereitschaft im Wachzustand regulieren zu können.
- **Visuelle selektive Aufmerksamkeit**
Die bewusste Trennung von relevanten und irrelevanten visuellen Stimuli. Die visuelle selektive Aufmerksamkeit ist vergleichbar mit einem Scheinwerfer, der nur eine Sache ausleuchtet, alles andere bleibt im Dunkeln und wird dadurch ausgeblendet.
- **Auditive selektive Aufmerksamkeit**
Die Fähigkeit, relevante von irrelevanten auditiven Informationen und Sprachsignalen zu filtern. Die Schüler sollen dem Unterricht folgen, ohne sich vom Sitznachbarn ablenken zu lassen und ohne mit den Gedanken abzuschweifen.
- **Aufmerksamkeitswechsel**
Die Fähigkeit, den Aufmerksamkeitsfokus vom aktuellen Reiz zu verschieben und einen neuen Reiz zu fixieren bzw. sich schnell auf verschiedenste Anforderungen einstellen zu können.
- **Daueraufmerksamkeit**
Die Fähigkeit, über einen längeren Zeitraum bei einer Sache zu bleiben und eine gleichbleibende geistige Leistung erbringen zu können. Beim Schulunterricht müssen die Schüler längere Zeit aufmerksam sein, zuhören und sich in den richtigen Situationen beteiligen.

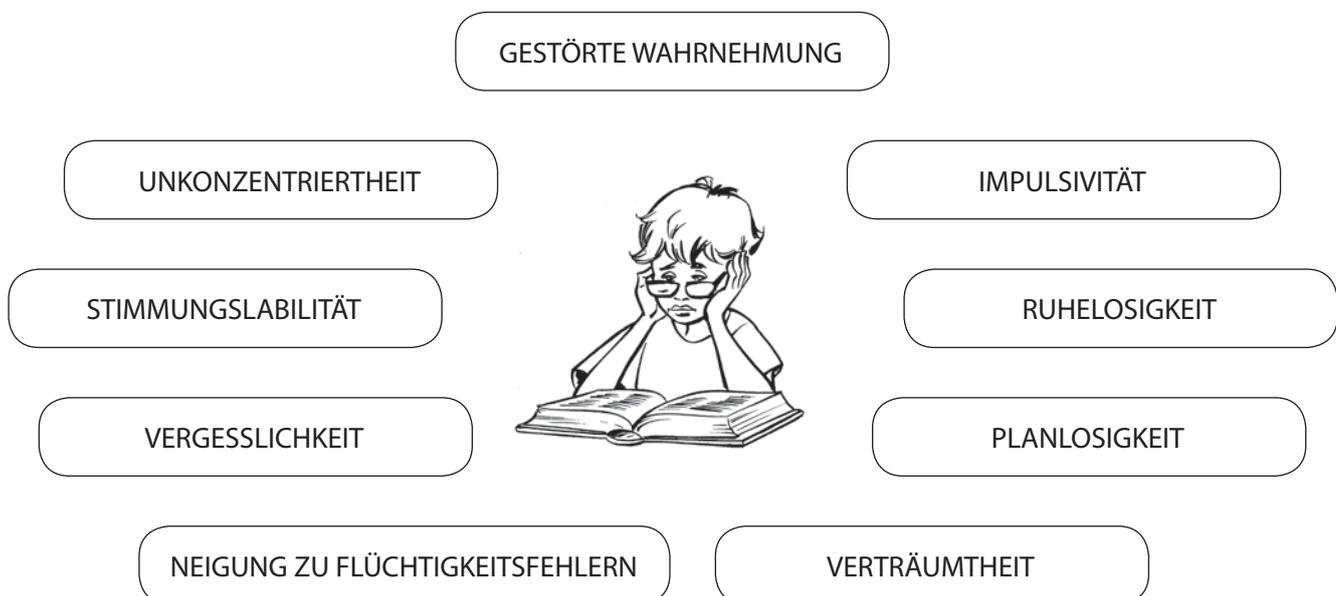


Ursachen und Symptome einer Konzentrationsschwäche

Im Schulalltag fällt auf, dass immer weniger Schüler in der Lage sind, still zu sitzen und sich zu konzentrieren. Es gibt vielfältige Ursachen, die zu einer Konzentrationsschwäche bei Schülern führen können. Im Folgenden wird ausschließlich auf einen häufigen Grund bei Schülern mit Konzentrationsproblemen eingegangen. Schüler mit Konzentrationsstörungen leiden oft an einer eingeschränkten Filterfunktion des Gehirns. Verschiedene Signale bzw. Stimuli aus dem Umfeld werden gleichzeitig wahrgenommen. Das sieht dann so aus:

Aufmerksamkeit – visuelle Wahrnehmung	Aufmerksamkeit – akustische Wahrnehmung
<ul style="list-style-type: none"> mehrere Arbeitsblätter mehrere Aufgaben auf einem Blatt zu kleine Abstände zwischen den einzelnen Aufgaben zu viele Bilder Stifte, Radiergummi, Bücher, ... auf dem Tisch 	<ul style="list-style-type: none"> redender Banknachbar Unruhe auf dem Flur Stühlerücken Lehrervortrag Geräusche von der Straße Geräusche auf dem Schulhof

Durch die vielen Reize, die gar nicht so schnell verarbeitet werden können, entsteht eine Konzentrations-einschränkung, Aufmerksamkeitsstörung und letztendlich eine Überforderung. Reizüberflutung ist ein Zustand des Körpers, in dem dieser durch die Sinne so viele Reize gleichzeitig aufnimmt, dass sie nicht mehr verarbeitet werden können und beim Betroffenen zur Überforderung führen. Reizüberflutung führt kurzfristig zu Stress, Hektik, planlosem Verhalten, aber auch zu Verträumtheit bzw. geistiger Abwesenheit und letztendlich zu schnellerer Erschöpfung. Folgende typische Verhaltensmuster und Symptome zeigen Schüler mit Konzentrationsproblemen:





SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Mit Konzentration zum Überflieger Klasse 5 - 7

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

