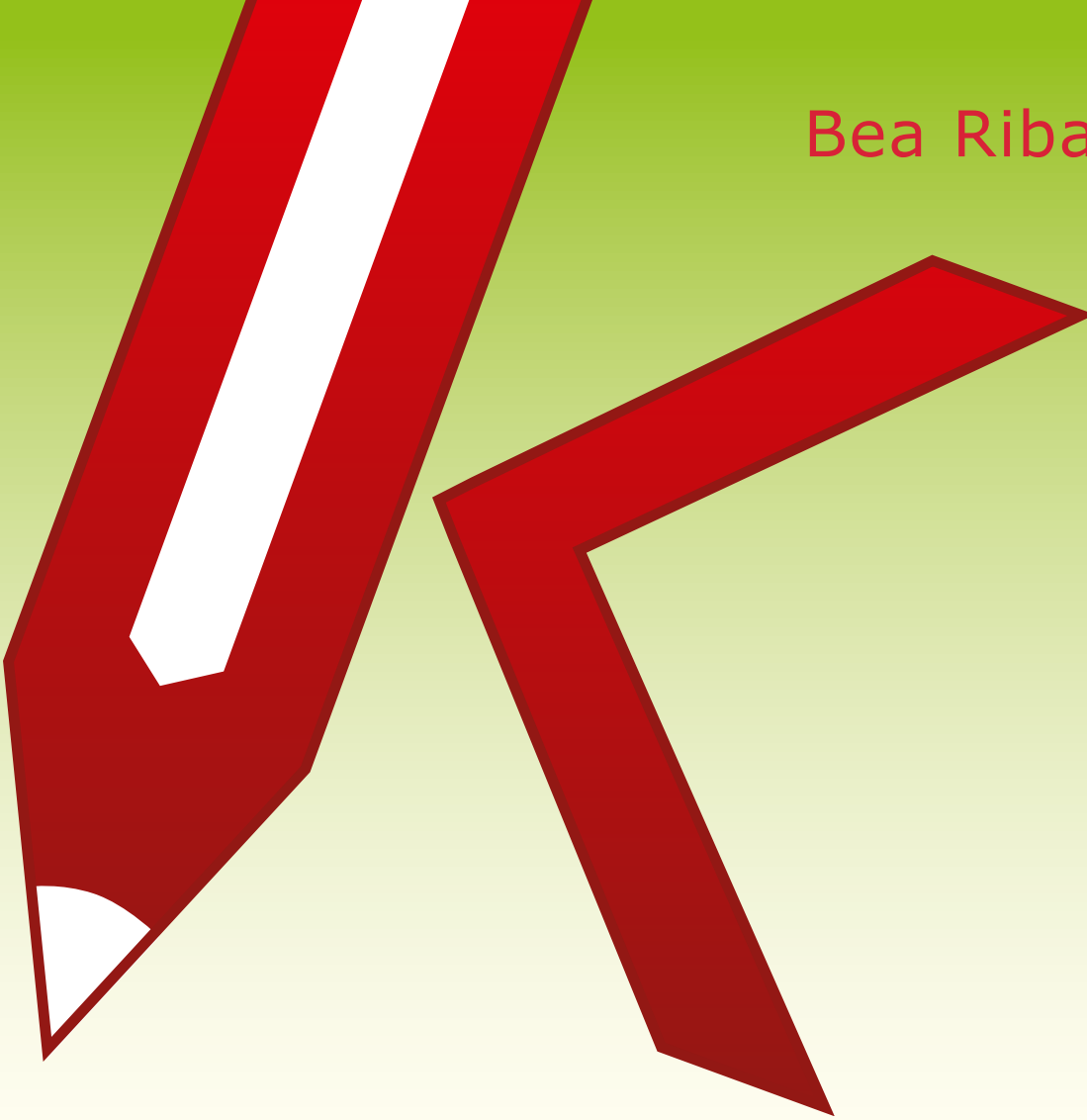


Bea Ribaux-Geier



KONZENTRATIONSTRAINING

Band 1

Dank gesteigerter Konzentration zu schnellerem und genauerem Lesen.

70 Trainingsblätter für 4 Wochen.



www.bea-ribaux.ch



Name:

Inhaltsverzeichnis

	<i>Seite</i>
Inhaltsverzeichnis	2
Anleitung	3

1) BUCHSTABEN

<i>20 Arbeitsblätter</i>		<input checked="" type="checkbox"/>	
	<i>Seite</i>	<i>erledigt</i>	
ÿ oder ŷ	5	<input type="checkbox"/>	
D oder Ð	6	<input type="checkbox"/>	
c oder ɔ	7	<input type="checkbox"/>	
c oder ç	8	<input type="checkbox"/>	
A oder √	9	<input type="checkbox"/>	
x oder v	10	<input type="checkbox"/>	
α oder β	11	<input type="checkbox"/>	
C oder Ç	12	<input type="checkbox"/>	
Ŵ oder ŵ	13	<input type="checkbox"/>	
X oder Y	14	<input type="checkbox"/>	
L oder I	15	<input type="checkbox"/>	
E oder F	16	<input type="checkbox"/>	
g oder q	17	<input type="checkbox"/>	
R oder S	18	<input type="checkbox"/>	
P oder R	19	<input type="checkbox"/>	
M oder N	20	<input type="checkbox"/>	
V oder W	21	<input type="checkbox"/>	
T oder F	22	<input type="checkbox"/>	
U oder Ü	23	<input type="checkbox"/>	
Ö oder Ō	24	<input type="checkbox"/>	

2) SONDERZEICHEN

<i>11 Arbeitsblätter</i>			
	<i>Seite</i>	<i>erledigt</i>	
% oder ‰	26	<input type="checkbox"/>	
V oder Λ	27	<input type="checkbox"/>	
\$ oder £	28	<input type="checkbox"/>	
⏏ oder ⏏	29	<input type="checkbox"/>	
≡ oder ≠	30	<input type="checkbox"/>	
= oder ≠	31	<input type="checkbox"/>	
0 oder O	32	<input type="checkbox"/>	
∴ oder ∴	33	<input type="checkbox"/>	
© oder ®	34	<input type="checkbox"/>	
O oder Ø	35	<input type="checkbox"/>	
IX oder X	36	<input type="checkbox"/>	

Impressum

Konzentrationstraining Band 1 · 2017
 Konzept und Text:
 Bea Ribaux-Geier · CH-Zürich · bea-ribaux.ch
 Gestaltung:
 Roberto D'Agostini · werbedimensionen.ch

3) Symbole

<i>14 Arbeitsblätter</i>		<i>Seite</i>	<i>erledigt</i>
▲ oder ▼	38		<input type="checkbox"/>
♠ oder ♠	39		<input type="checkbox"/>
♣ oder ♣	40		<input type="checkbox"/>
♠ oder ♣	41		<input type="checkbox"/>
♥ oder ♣	42		<input type="checkbox"/>
• oder ›	43		<input type="checkbox"/>
☺ oder ☹	44		<input type="checkbox"/>
♀ oder ♂	45		<input type="checkbox"/>
† oder ‡	46		<input type="checkbox"/>
↙ oder ↘	47		<input type="checkbox"/>
← oder →	48		<input type="checkbox"/>
* oder *	49		<input type="checkbox"/>
☺ oder ☹	50		<input type="checkbox"/>
☺ oder ①	51		<input type="checkbox"/>

4) Wörter

<i>16 Arbeitsblätter</i>		<i>Seite</i>	<i>erledigt</i>
Land oder Band	53		<input type="checkbox"/>
Glas oder Gras	54		<input type="checkbox"/>
Haus oder Laus	55		<input type="checkbox"/>
Hand oder Land	56		<input type="checkbox"/>
trennen oder rennen	57		<input type="checkbox"/>
TOLL oder TOR	58		<input type="checkbox"/>
Tier oder Bier	59		<input type="checkbox"/>
Welle oder Kelle	60		<input type="checkbox"/>
Katze oder Tatze	61		<input type="checkbox"/>
Hund oder Mund	62		<input type="checkbox"/>
Tanne oder Panne	63		<input type="checkbox"/>
in oder ihn	64		<input type="checkbox"/>
not oder rot	65		<input type="checkbox"/>
sehr oder mehr	66		<input type="checkbox"/>
Moos oder Moor	67		<input type="checkbox"/>
Rind oder Kind	68		<input type="checkbox"/>

5) Zahlen

<i>9 Arbeitsblätter</i>		<i>Seite</i>	<i>erledigt</i>
2 oder 3	70		<input type="checkbox"/>
6 oder 0	71		<input type="checkbox"/>
8 oder 9	72		<input type="checkbox"/>
0 oder 9	73		<input type="checkbox"/>
3 oder 8	74		<input type="checkbox"/>
5 oder 7	75		<input type="checkbox"/>
7 oder /	76		<input type="checkbox"/>
4 oder 7	77		<input type="checkbox"/>
½ oder ⅓	78		<input type="checkbox"/>



Anleitung

Was passiert dank diesem Training?

Die Konzentrationsfähigkeit ist optimiert, die Lesegeschwindigkeit erhöht und das Vermögen, Fehler im Text zu erkennen, geschärft. Die Schüler bearbeiten das Dossier selbständig und ohne Druck oder unter Anleitung.

Was erreicht man mit dem Training?

1. Die Schüler lesen schneller. Sie entdecken flink eigene Schreib- und Lesefehler, während dank erhöhter Konzentration eine körperliche und mentale Entspannung einhergeht.
2. Im Kopf entsteht ein Gefühl der Frische und das Teamwork beider Augen ist garantiert.

Für wen ist das Training?

- Es ist geeignet für ALLE! 7 bis 99 Jahre!
- Dieses Training fördert die Konzentration in der Schulklasse. Die Lehrperson kann so die ganze Klasse engagieren.
- In der Logopädie oder anderen Lernfördermaßnahmen ergänzt es die bestehende Methode.
- Eine Einzelperson kann die Blätter auch sehr gut zu Hause selbständig durcharbeiten.

Was wird trainiert?

1. **Lesegeschwindigkeit:** Die Übungen führen zu optimierten links-rechts Augenbewegungen beim Lesen. Ebenso stabilisieren sich die Absuchprozesse der Augen, was zu einem regelmäßigen Fluss der Bewegung führt.
2. **Lesen von Zeile um Zeile ohne überspringen:** Das Erfassen jeder Zeile einzeln wird trainiert.
3. **Genaueres Lesen:** Mit den Übungen trainieren die Schüler die schnelle Erkennung und das visuelle Speichern der Buchstaben.
4. **Fokussieren:** Das Differenzieren, Unterscheiden und Erkennen von Ähnlichkeiten wird geübt.
5. **Augeneinstellung und -flexibilität optimieren:** Das Durchführen des Trainings zwingt die Augen dazu, das richtige Verhältnis von Detailerfassung und Überblick behalten einzustellen, d.h. sowohl Details zu erfassen wie das Ganze im Blick zu halten.
6. **Stress abbauen:** Stellt den emotionalen Zustand für den Eintritt ins Flow-Gefühl ein.
7. **Konzentrationssteigerung:** Erhöhen der Konzentrationsspanne und der Aufmerksamkeit.

Vorbereitung und Durchführung für die Fachperson:

Ganzes Dossier ausdrucken und an Schüler verteilen. Im Prinzip täglich drei Blätter in eigener Geschwindigkeit durcharbeiten lassen. Die durchgearbeiteten Blätter im Inhaltsverzeichnis des Dossiers abhaken lassen.

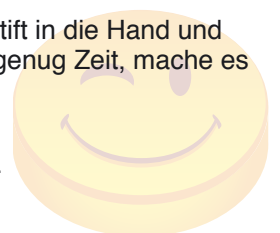
Vorbereitung und Anweisung für Schüler / Klienten:

1. Von Montag bis Freitag täglich eine Trainingseinheit von fünf Minuten absolvieren. Das ganze Training dauert vier Wochen, wenn man fünf Mal pro Woche damit arbeitet. Weitere 10 Blätter stehen zur Verfügung.
2. Pro Trainingseinheit bearbeitet man drei Arbeitsblätter. Es ist für das allgemeine Konzentrationstraining egal, welche Blätter man in welcher Reihenfolge bearbeitet. Hingegen schärft das Durcharbeiten spezieller Blätter, etwa von Zahlenblättern, die spezifische Aufmerksamkeit vor der Matheprüfung.
3. Achtung: Von links nach rechts arbeiten, in der Leserichtung, nicht von oben nach unten.
4. Material: Arbeitsblätter und ein Leuchtstift

Direkte Anweisung an Schüler:

„Lege die drei Blätter im Hochformat gestapelt auf den Schreibtisch. Nimm den Leuchtstift in die Hand und beginne nun, so schnell wie möglich, die Zeichen zu finden und zu markieren. Du hast genug Zeit, mache es aber schnellstmöglich. Achtung, fertig, los!“

Das Programm kann mehrmals mit der gleichen Anwendergruppe durchgeführt werden.



ÿ oder ŷ: Hebe den Buchstaben  mit einem Leuchtstift hervor.

A 25x25 grid of 625 characters for a concentration exercise. Each character is either a lowercase 'y' with a diaeresis (ÿ) or a lowercase 'y' with a circumflex accent (ŷ). The characters are arranged in a regular pattern, with the 10th character in the 10th row being highlighted in green, corresponding to the 'ŷ' in the instruction above.

Bea Ribaux-Geier



3) SYMBOLE

14 Arbeitsblätter



RIBAUX



&PARTNER



www.bea-ribaux.ch

↗ oder ↘: Hebe das Symbol  mit einem Leuchtstift hervor.

