



LANDKREIS PEINE

Der Landrat

Gesundheitsamt

Kinder- und Jugendärztlicher Dienst

Maschweg 21 • 31224 Peine

e-mail: gesundheit@landkreis-peine.de

internet: www.landkreis-peine.de

Übungsvorschläge zur Verbesserung des Kurzzeitgedächtnisses/Merkfähigkeit = Hör-Merk-Spanne

Zuhören – Verstehen – Merken – Erledigen

...sind wichtig, um Neues zu Lernen und in der Schule erfolgreich Fortschritte zu machen.

Mit diesen Übungen können Sie Ihr Kind unterstützen und seine Fähigkeiten fördern. Dabei ist es wichtig, dass Sie die Übungen **spielerisch gestalten**, Ihr Kind immer wieder für seine Bemühungen **loben** und mit einfachen Aufgaben beginnen.

Vermeiden Sie unbedingt eine „Dauerbeschallung“ durch ständiges Laufen lassen des Fernsehers oder Radios – dies stört die Hörwahrnehmung und ist ein „**Konzentrationsräuber**“.

Die Übungen sollten **regelmäßig, etwa 10 Minuten täglich**, durchgeführt werden und lassen sich prima in den Alltag „einbauen“. Überbrücken Sie damit zum Beispiel Wartezeiten oder nutzen Sie gemeinsame Fahrten (Auto, Bus...) oder Wege (Spaziergang, Einkauf...).

Spiele mit Zahlen:

1. Zahlenreihen nachsprechen:
z.B. 4 – 8 / 3 – 8 – 7 Die Zahlen werden einzeln gesprochen „vier acht“, „drei acht sieben“... (probieren Sie auch 4er Reihen)
2. Zahlenreihen rückwärts sprechen:
Sie sprechen zum Beispiel: 2 – 4 vor und Ihr Kind soll 4 – 2 antworten, Sie sagen 3 – 5 – 7 und Ihr Kind das gleiche rückwärts 7 – 5 – 3, usw..
3. Ihr Kind soll eine verabredete Zahl (um Beispiel „7“) aus einer Zahlenreihe heraushören.
Sprechen Sie Ihrem Kind z.B. 791357468 vor. Immer, wenn Ihr Kind die besprochene Zahl 7 hört, soll es „Stop“ rufen.

Kurze Gedichte und Geschichten

1. Lernen Sie mit Ihrem Kind kurze Lieder, Reime, Gedichte oder Gebete auswendig.
2. Lesen Sie Ihrem Kind eine kurze Geschichte (zum Beispiel Pixibuch) vor und bitten Sie Ihr Kind danach oder am nächsten Tag, die Geschichte noch einmal zu erzählen.

Spiele mit Worten und Begriffen:

1. Reime finden oder Reimketten wiederholen und weiterführen:
Zum Beispiel: Maus – Klaus – Haus aus.
2. Dinge mit gleichem Anfangsbuchstaben aufzählen:
Zum Beispiel: „Alles, was uns mit A einfällt“ - Ameise, Affe, Afrika, angeln....
3. Einer Reihe zusammenpassender Begriffe (Kategorien) einen weiteren Begriff hinzufügen:
Zum Beispiel: Apfel – Banane – Orange Kiwi.
4. Zählen Sie drei bis vier Obstsorten oder Tiere auf. Ihr Kind soll sie wiederholen und den passenden Oberbegriff nennen.
Zum Beispiel: Apfel – Banane – Orange Obst.
Hund – Pferd – Affe Tiere.
5. Ihr Kind soll aus einer Reihe von Begriffen einen herausfinden, der nicht dazu gehört.
Zum Beispiel: Apfel – Banane – Palme – Orange, oder
rennen – laufen – essen – kriechen.

Spiele mit Sätzen und Texten:

1. Erweitern Sie abwechselnd einen angefangenen Satz. Dabei muss der bisherige Satz immer wiederholt werden.
Zum Beispiel: Der Junge
Der Junge geht
Der Junge geht heute
Der Junge geht heute zum Fußballtraining.
2. Sprechen Sie Ihrem Kind einen Satzanfang vor, lassen Sie ihn wiederholen und eine passende Ergänzung finden.
Zum Beispiel: Das Baby trinkt Milch.
3. Geben Sie Ihrem Kind eine Reihe von Aufträgen, die es nacheinander ausführen soll:
Zum Beispiel: „Geh in die Küche, hole zwei Teller, ein Messer und stelle sie im Wohnzimmer auf den runden Tisch“. ...oder... „Leg den Schuh unter den Stuhl, das Buch hinter die Tür und den Ball auf den Tisch.“
4. Geben Sie Ihrem Kind Aufträge beim Einkaufen:
Denk Du bitte an Milch, Taschentücher und Nudeln.
5. Legen Sie viele Gegenstände oder Bilder auf dem Tisch. Nennen Sie Ihrem Kind drei bis vier Begriffe und lassen Sie es diese heraussuchen und benennen.
6. Spielen Sie mit Ihrem Kind „Kofferpacken“.
Der Kettensatz wird mit einem oder mehreren Mitspielern immer weiter verlängert. Jeder Mitspieler soll immer den vollständigen Kofferinhalt aufsagen.
Zum Beispiel: Ich packe meinen Koffer und nehme einen Pullover mit.
Ich packe meinen Koffer und nehme einen Pullover und eine Jacke mit
Ich packe meinen Koffer und nehme einen Pullover, eine Jacke und einen Hut mit

Loben Sie Ihr Kind immer wieder für alle seine Bemühungen „Prima, wie Du mitmachst!“