

campus

Christiane Stenger

Das Gummibärchen im Spinat

Gedächtnistraining
für Kinder



Inhalt

Vorwort	7
E infache Gedächtnistechniken	9
Fahrerflucht!	9
Übungen: Einfache Gedächtnistechniken	20
D ie Geschichtentechnik	35
Bedrohung auf der Bühne	35
Übungen: Die Geschichtentechnik	47
D ie Routentechnik	56
Tigeralarm im Zirkus	56
Übungen: Die Routentechnik	70

D ie Zahlenmethode	83
Tatort Fußballplatz	83
Übungen: Die Zahlenmethode	98
W iederholung	110
Die verschwundenen Juwelen	110
Übungen: Wiederholung	123

Vorwort

Liebe Eltern,

Ihre Kinder sind in der heutigen Zeit schon vielfältigen Reizen, etwa durch die Medien, ausgesetzt. Diese Reizüberflutung hat zur Folge, dass viele Kinder Schwierigkeiten haben, sich zu konzentrieren. Gleichzeitig müssen sie aber die gestiegenen Anforderungen in der Schule bewältigen. Mit den Detektivgeschichten, die die »Peperonis« erleben, und den ergänzenden Übungen in diesem Band lernen Kinder gezielt ihr Gedächtnis und damit auch ihre Konzentrationsfähigkeit zu schulen. Die in den einzelnen Geschichten erfolgreich angewendeten Techniken sollen die Kinder anregen, sich weiter mit dieser Thematik zu beschäftigen. So können sie sich in der Schule und in der Freizeit leichter schwierige Informationen merken.

Im ersten Kapitel werden die Kinder mit dem Grundprinzip aller Gedächtnistechniken vertraut gemacht: mit der Visualisierung. Bilder können das Lernen unterstützen, weil sie uns leicht in Erinnerung bleiben. So

lernt man viel besser, wenn man Merkinhalte nicht nur mit etwas Bekanntem verknüpft, sondern sich diese bildlich vorstellt. Darauf beruht auch die Eselsbrücke, der wohl bekannteste Gedächtnistrick. Das Visualisieren von Buchstaben hilft den Kindern zum Beispiel, sich die Schreibweisen schwieriger Wörter besser zu merken und so beim Diktat sicherer zu werden.

Im Mittelpunkt des zweiten Kapitels steht die Geschichtentechnik, die man nutzen kann, um umfangreichere Informationen besser zu behalten, zum Beispiel ein Gedicht auswendig zu lernen.

Eine Verfeinerung der Geschichtentechnik ist die Routentechnik, die im dritten Kapitel vorgestellt wird. Ist die Reihenfolge oder die Vollständigkeit der zu lernenden Informationen wichtig, empfiehlt es sich, die Bilder mit einer Route (etwa durch das Klassen- oder das Kinderzimmer) zu verknüpfen. So fällt es Ihrem Kind zum Beispiel leicht, sich zu merken, was es in die Schule mitnehmen muss.

Wie Ihr Kind sich leichter Zahlen merken kann, von der Telefonnummer bis zu Geschichtszahlen, lernt es im vierten Kapitel. Auch an Zahlen kann man sich besser erinnern, wenn man jede Zahl mit einem lustigen Bild verbindet.

Im letzten Kapitel werden alle Techniken noch einmal kurz wiederholt. So wird jedes Kind zu einem Gedächtniskünstler. Und das Tollste ist: Gedächtnistraining macht auch noch viel Spaß.

Christiane Stenger

Übungen: Einfache Gedächtnis- techniken

Hallo, ich bin Christiane, die Freundin von Amelie.

Früher hat sie direkt neben mir gewohnt, aber vor Kurzem ist sie weggezogen. Ich habe ihr ein paar Gedächtnistricks beigebracht, die ihr nicht nur in der Schule, sondern auch bei der Sache mit der Fahrerflucht weitergeholfen haben. Sie ist danach sogar in den Detektivclub der *Peperonis* aufgenommen worden. Schön, dass sie in der neuen Stadt schon nette Freunde gefunden hat. Wenn du auch ein Super-Detektiv wie Amelie werden willst, verrate ich dir gern ein paar Übungen und Tipps. Vielleicht wirst du so auch bald ein *Peperonis*-Mitglied.



1.

Ein Jaguar springt vom Dach

Es ist gar nicht so schwer. Versuche einmal, wie Amelie Buchstaben in Bilder zu verwandeln. Denke bei den einzelnen Buchstaben des Alphabets an ein Tier oder eine Sache, die mit diesem Buchstaben beginnt. Dabei entsteht zu jedem Buchstaben automatisch ein Bild in deinem Kopf. Beim Buchstaben J kannst du zum Beispiel an eine Jacke denken. Wenn du dir eine Buchstabenfolge merken willst, so stellst du dir zunächst zu jedem Buchstaben ein Bild vor. Diese Bilder verbindest du dann zu einer kleinen Bilder-Geschichte.

Wie kannst du dir zum Beispiel die Buchstaben-Kombination **J-D-T** vorstellen? Etwa so:

- Ein **J**aguar springt vom **D**ach und fällt weich auf eine **T**asche.
- Auf der **J**acke sitzt ein **D**ackel und trinkt **T**ee.
- Der **J**agdhund und der **D**achs springen in den **T**eich.
- Auf der **J**acht liegt ein **D**inosaurier und isst eine **T**orte.
- Ein **J**oghurt steht in der **D**usche und tanzt auf einem **T**opf.



Dir werden sicher noch ganz andere Bilder und Bilder-Geschichten einfallen. Du siehst, es gibt sehr viele Möglichkeiten, um sich diese drei Buchstaben zu merken. Deine Bilder dürfen ruhig ein bisschen verrückt sein, dann behältst du sie umso besser im Gedächtnis.

Schreibe hier deine eigenen Ideen zu **J-D-T** auf:

Four horizontal writing lines for notes, each consisting of a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line.