

Alfred Thieme

Konzentration

Trainingsprogramm

6.-9. Klasse

2. Auflage

Pädagogische Hochschule
Mediathek Stella Maris
Müller-Friedberg-Strasse 34
9400 Rorschach

5130427



Beltz Verlag · Weinheim und Basel

Inhaltsverzeichnis

Einleitung: Alles einsteigen	7
Station 1: Selbstüberprüfung	12
Station 2: Entspannung	19
Station 3: Arbeitsplatz	28
Station 4: Zeitplanung	37
Station 5: Bewusster arbeiten	44
Station 6: Gekonnt entspannen	52
Station 7: Lernphasen	60
Station 8: Schlaue Reime	68
Station 9: Lesen und merken	76
Station 10: Schönschreiben	84
Endstation	90
Lösungen	93