

# Mathematik leicht gemacht mit Mentalem AktivierungsTraining

„Wir können es ja mal in einer Klasse versuchen“, war die Resonanz auf meinen Vortrag vor Fachberatern der Regelschulen im Wartburgkreis im Frühjahr 2008.

Nach Gesprächen mit Schulamt, Fachberaterin für Mathematik und dem Schulleiter sollte das Training mit einer Hauptschulklasse 7 an der Staatlichen Regelschule Merkers/Thüringen durchgeführt werden. „Schlechter können



Dr. Petra Frank beim Training mit den Schülern

die Noten durch das Training auch nicht werden!“ so der Tenor seitens der Schule. Und so war es auch. Die Schüler starteten in das neue Schuljahr mit den Mathenoten 5, vereinzelt auch 4. Von Freude an der Mathematik konnte da keine Rede sein.

Nach den Herbstferien ging es los. Die Klasse war überschaubar – nur 10 Schüler. Der Schulleiter unterrichtete in dieser Klasse Mathematik und führte auch nach Einarbeitung das Training durch.

Die Schüler wurden über das Projekt informiert, die Trainingsprinzipien eingeübt und Arbeitsspeicher- sowie Konzentrationsleistungen vor Trainingsbeginn ermittelt. Und dann startete jede Mathematikstunde mit einer MAT-Aktivierungseinheit. In der Regel wurde eine Durchstreichaufgabe zum Training der Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit sowie Zahlenübungen zur Steigerung der Merkspanne gewählt. In der darauffolgenden Unterrichtseinheit arbeiteten die Schüler konzentriert und auch motiviert. Die Unterrichtsstunde wurde bewusst mit einer kleinen Entspannungsübung (Bewegung, Atmung, Massage oder auch nur Musik) beendet.

In regelmäßigen Abständen konsultierte ich persönlich die Klasse, informierte über hirngerechtes Lernen und hirngerechte Ernährung, trainierte ein Gedächtnishilfssystem, das Zahlen-Bilder-System. Die Schüler hatten viel Spaß dabei und staunten, dass ihr Gedächtnis gar nicht so schlecht ist.

Auch die Mathematiknoten verbesserten sich stark. Auf dem Halbjahreszeugnis verschwand die Note 5, es gab sogar „3“ und auch „2“. Objektiv konnten diese Leistungen an den stark positiv veränderten Arbeitsspeicher- und Konzentrationsleistungen festgemacht werden. Denn natürlich wurde kurz vor den Winterferien noch einmal getestet. Die Schüler und auch Lehrer äußerten sich sehr

positiv über dieses Programm und könnten es sich auch für andere Fächer gut vorstellen.

Die ausführliche Trainingsbeschreibung mit den Resultaten liegt als Untersuchungsbericht vor und kann abgefordert werden.

Dr. Petra Frank,  
Frauenberg 9, 99817 Eisenach  
info@frank-coaching.de  
www.frank-coaching.de