**Achtsamkeit Sprache**

**Hörverständnis**

**Ziel:**

Hörverständnis trainieren

**Rahmen:**

Kursraum

**Ablauf:**

Der/die TrainerIn liest einen Text vor, in dem zuvor vom Trainer/von der Trainerin Fehler eingebaut werden. Der Text kann von dem/der TrainerIn individuell geändert werden. Je nach Sprachniveau der Teilnehmenden kann angepasst werden, welche Fehler im Text erkannt werden sollen.

Die Teilnehmenden sollen Fehler erkennen und notieren.

Auflösung im Plenum.

Ein Beispieltext findet sich im Anhang

**Reflexion:**

Wie ist es den TeilnehmerInnen mit dieser Übung gegangen? Wo sehen sie noch Aufhol-/Übungsbedarf? Der/die TrainerIn sieht anhand dieser Übung und der Selbsteinschätzung der TeilnehmerInnen, wo es noch Übungsbedarf gibt und kann weitere Übungen einbauen.

**Text für Hörverständnis:**

**Fehler werden von der/von dem TrainerIn zuvor eingebaut.**

**z.B: Worte auslassen, die aber wichtig sind für die grammatikalische Korrektheit des Textes; Endungen ändern z.B. falsche Pluralendungen einbauen.**

Das Lesen eines Textes braucht Aufmerksamkeit, Sprachkenntnisse und Wortschatz. Und genau das Lesen fördert regelmäßiges Lesen - Aufmerksamkeit, Sprachkenntnisse und Wortschatz.

Viele Vokabeln sollte man kennen. Nicht jeder Text ist gleich. Manche Texte oder Artikel sind schwer zu verstehen, weil sie sehr lange Sätze beinhalten. Was kann helfen?

**Übung macht den Meister! Übung macht die Meisterin!**

Es gibt viele Männer und Frauen, die Schwierigkeiten haben beim Lesen. Aber das kann sich ändern! Wenn Sie jeden Tag ein bisschen lesen, lesen sie schneller und verstehen jeden Tag mehr. Vielleicht versteht man nicht jedes Wort, aber das jeweilige Wort kann man ganz einfach im Internet suchen und herausfinden, was es bedeutet.

Übrigens, wussten Sie, dass Lesen Stress verringert? Ja, so ist es tatsächlich!

Dies ist das Ergebnis einer Studie1. Demnach leben Menschen, die viel lesen länger.

Lesen hat viele positive Auswirkungen auf unseren Körper und Geist.

1. Es fördert die Fantasie.
2. Es hilft uns zu entspannen.
3. Es vermittelt neues Wissen.
4. Lesen trainiert das Gehirn. Es verbessert kognitive Fähigkeiten und verbessert Vokabular und Konzentrationsfähigkeit.
5. Die emotionale Intelligenz verbessert sich.

All das führt laut der Studie zu einem längeren Leben, ganz nach dem Motto "Lesen stärkt die Seele." (Zitat von Voltaire).

1 nachzulesen unter:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0277953616303689>