

# Übungsbeschreibung



## Glossar

**AB** = Anfangsbuchstabe

**BuSt** = Buchstabe; **BuStn** = Buchstaben

**DA** = Denkathletin, Denkatlet

**Fleckkant** = Summe der Flächen, Ecken und Kanten eines geometrischen Körpers

**ÜL** = Übungsleitung

**ZG** = Zahlengruppe

**1!** = Für jede Aufgabe der Übung gibt es **nur eine einzige richtige** Lösung oder Antwort.

**2!+** = Für jede Aufgabe der Übung gibt es **mehr als eine richtige** Lösung oder Antwort.

## Quellenangaben

Das Prinzip, das den **Reihum-Übungen 1 bis 3** und den Übungen **potzblitz** und **Kal.kulus oZ** zugrunde liegt, habe ich bei meiner Ausbildung zum Gedächtnistrainer durch den BVGT e.V. kennengelernt; die einzelnen Aufgabenstellungen auf den Denkathlon® TO GO – Karten und in den Audio-Versionen habe ich allerdings selbst entwickelt, beschrieben und dargestellt.

**Alle anderen Denkathlon® TO GO - Übungen wurden von mir selbst entwickelt, beschrieben und grafisch dargestellt.**

# Uhr?ZEIT!

1!



## Die Spiel-Idee

Eine (Ausgangs-)Uhrzeit und eine zeitliche Veränderung sollen miteinander kombiniert werden zu einer „neuen“ Uhrzeit.

Die zeitlichen Veränderungen – die Uhr wird vorgestellt oder zurückgestellt - werden in Stunden oder Minuten oder Stunden und Minuten angegeben, und man muss dann - möglichst im Kopf - ermitteln, wie die neue Uhrzeit ist.

Es gibt drei Schwierigkeitsgrade. Die meisten der leichten Aufgaben können auch von Menschen mit leichten kognitiven Beeinträchtigungen gelöst werden.

Bei den schwierigen Aufgaben muss man die genannten Minuten erst in Stunden und Minuten umrechnen. Sich diese Einzelheiten zu merken und sie dann von der Ausgangsuhrzeit abzuziehen oder sie zur Ausgangsuhrzeit dazu zu geben beansprucht das Arbeitsgedächtnis ganz ordentlich!

## Beispiele

### 1. (leichte Aufgabe = L)

„Es ist 05:00 Uhr. Wie spät ist es in 3 Stunden?“

### 2. (mittelschwere Aufgabe = M)

„Es ist 06:15 Uhr. Wie spät ist es in 75 Minuten?“

### 3. (schwierige Aufgabe = S)

„Es ist 16:55 Uhr. Wie spät ist es in 220 Minuten?“

**Was wird trainiert?** Merkfähigkeit, Konzentration, logisches Denken