

Skript zum Vortrag "Lernen lernen"

1. Biologische und psychologische Grundlagen des Lernens

Körper und Geist beeinflussen sich gegenseitig. Ist der Körper geschwächt (z. B. wegen Krankheit, Müdigkeit), so kann der Kopf keine optimale Leistung erbringen.

Deshalb sollte man beim Lernen folgende Punkte beachten:

- ➊ Nach dem Essen ca. 30 Minuten Pause machen, bevor es mit den Hausaufgaben losgeht.
- ➋ Das Kind soll sich beim Lernen wohlfühlen (keine Störungen, positive Lernumgebung schaffen,...)
- ➌ Lernen braucht Zeit → Lernstoff mehrmals wiederholen
- ➍ Möglichst viele Lernwege (Hören, Sehen, Schreiben, Sprechen) nutzen
- ➎ Nicht zu Vieles auf einmal lernen
- ➏ Ähnliches mit zeitlichem Abstand lernen, um Codierungsfehler im Gehirn zu umgehen.

2. Hausaufgaben

Die gewissenhafte Erledigung der Hausaufgaben ist wichtig, um langfristig gute Leistungen erzielen zu können.

Hierbei gilt:

- Das Kind sollte die **Hausaufgabe** auf langfristige Sicht **selbstständig** erledigen!
- **Abfragen** des Lernstoffs und Üben auf eine Schulaufgabe in **Zusammenarbeit mit Eltern**.

Beim Bearbeiten der Hausaufgabe sollte beachtet werden...

- a) eine **Angenehme Lernumgebung zu schaffen** (geeigneter Lernort, keine Störungen, keine Elektrogeräte, kein Essen am Arbeitsplatz, nur benötigte Materialien auf dem Schreibtisch,...)
- b) einen **Arbeitsplan** zu erstellen, wobei erledigte HA abgehakt werden

Beispiel

Dienstag, den ...	
Unterrichtsfach und Aufgabe	Uhrzeit:
Englisch - Vokabeln lernen ✓	14.30 - 15.00 Uhr
Mathe - Schriftliche Hausaufgabe	15.15 - 15.45 Uhr
Deutsch - Schriftliche Hausaufgabe	15.50 - 16.10 Uhr

- c) **Eltern** sollen erledigte Hausaufgaben nach Beendigung **durchsehen und besprechen**.
 - Belohnung bei zufriedenstellender Arbeit!
 - Langfristiges Ziel: Kind soll immer selbstständiger arbeiten!
- d) Hausaufgaben sinnvoll aufteilen und hierbei folgende Phasen beachten:
 - ➊ **Aufwärmphase:** Erledigung von Aufgaben, die Spaß machen (z. B. einfache Rechenaufgaben)

- ② **Konzentrationsphase:** Phase höchster Konzentration (z. B. Vokabeln lernen)
- ③ **Les- und Wiederholungsphase:** Routiniertes Wiederholen
- ④ **Pausen beachten:** Nach jeweils ca. 30 Minuten eine Lernpause (5-10 Minuten) einlegen und...
 - etwas trinken
 - Zimmer lüften
 - körperliche Entspannung

**Während der Pause NICHT
Fernsehen oder Computer spielen!!!**

3. Vokabeln lernen

Sinnvolle Vorgehensweise beim Lernen von Vokabeln...

1. Vokabeln laut lesen (mindestens dreimal!).
2. Eine Seite zudecken, die andere Seite durch **schreiben** und **sprechen** kontrollieren.
3. Vorgang so lange wiederholen, bis die Vokabeln „sitzen“.

Variationen:

- Karteikarten schreiben
- Bildchen zu Vokabeln malen
- Vokabeln auf Tonband sprechen und abhören



Weiter sollte beim Lernen von Vokabeln beachtet werden, dass...

- a) Blöcke von maximal 10 Vokabeln gebildet werden sollten
- b) zwischen den Blöcken Pausen eingelegt werden sollten
- c) gelernte Vokabeln am Abend zu wiederholen sind
- d) schwierige Vokabeln gekennzeichnet und ganz oft wiederholt werden sollten

4. Bearbeitung eines Textes

Um einen Text sinnvoll zu bearbeiten und dessen Inhalt langfristig zu behalten, sollten folgende Schritte der Reihe nach durchgeführt werden:

- ① Text lesen (zweimal!)
- ② Unbekannte Wörter im Text klären (Lexikon, ggf. Internet)
- ③ Text in Sinnabschnitte unterteilen und für jeden Abschnitt eine Überschrift finden
- ④ Wichtige Inhalte im Text ...
 1. mit farbigem Stift kennzeichnen
 2. diese dann auf extra Blatt ausschreiben
 3. Strukturieren (z. B. durch Erstellung eines Mind-Maps)
 4. Skizzieren (z. B. ein Bild malen, in dem alle Inhalte visuell veranschaulicht werden)

*Beim bloßen
Durchlesen des Textes
vergisst man noch am
selben Tag 90%!*

- ⑤ Text nochmals lesen
- ⑥ Selbstkontrolle
 1. Stichworte auswendig aufschreiben
 2. Fragen zum Text beantworten
 3. Text in eigenen Worten erzählen

5. Vorbereitung auf eine Schulaufgabe

Um in Schulaufgaben erfolgreich sein, ist eine langfristige Planung erforderlich. Schüler sollten spätestens eine Woche vor der Prüfung mit dem Lernen beginnen.

Eine sinnvolle Einteilung ist hierbei wichtig. Es bietet sich an, einen Vorbereitungsplan zu erstellen und alle zu lernenden Inhalte aufzuführen.

Vorbereitungstage	Stoff	Beurteilung
Donnerstag	Assoziativgesetz, Kommutativgesetz, Aufgaben im Buch S. X Nr. Y	✓
Freitag	Punkt vor Strich, Aufgaben im Buch S. X Nr. Y	?
Samstag	Schriftliche Multiplikation, Arbeitsblatt nochmals rechnen	✓
Sonntag	Schriftliche Division, Buch S. X Nr. Y	✓
...		

Hinweise:

- Bearbeiteter Stoff wird auf dem Plan abgehakt
- Lernstoff, der noch Schwierigkeiten bereitet, wird gekennzeichnet (z. B. mit ? oder ✓)
- Am Tag vor der Prüfung: **GESAMTWIEDERHOLUNG!**

6. Gedächtnistechniken

Gedächtnistechniken sind Techniken, um sich Fakten besser zu merken.

a) Merksätze Die **Anfangsbuchstaben** einzelner Wörter sind auch die Anfangsbuchstaben eines leichter zu merkenden Satzes.

Beispiel: Reihenfolge der Planeten von der Sonne aus.

Merkur - **V**enus - **E**rde - **M**ars - **J**upiter - **S**aturn - **U**ranus - **N**eptun
Mein **V**ater **E**rklärt **M**ir **J**eden **S**onntag **U**nseren **N**achthimmel

b) Akronyme Bei einem Akronym bilden die **Anfangsbuchstaben** aufeinander folgender Wörter oder Sätze ein neues Wort.

Beispiele:

- **M**it freundlichen **G**rüßen → **MfG**
- **P**otenz vor **K**lammer vor **P**unkt vor **S**trich → **PoKlaPS**

c) Reime

Beispiele:

- He, she, it ein "s" muss mit
- 753 - Rom schlüpft aus dem Ei.