

Lerntipps

Schaffe dir einen eigenen **Arbeitsplatz**, mit großer Platte, passendem Sessel und gutem Licht! Räume ihn vor dem Lernen auf! Lege vor der Arbeit alle dafür **nötigen Dinge** bereit, entferne unnötige Dinge!

Trage **Notizen zum Lernstoff** bei dir, um auch **unverhoffte Gelegenheiten** zum Lernen nützen zu können (Zug, Straßenbahn, Wartezimmer beim Arzt ...)!

Stelle einen **Lernplan** für eine Woche auf und teile den Lernstoff in Portionen auf. Die festgelegten Zeiten müssen eingehalten werden. Nicht nur vor Tests oder Schularbeiten lernen, sondern den durchgemachten Lehrstoff **täglich lernen**. Gut geplant ist halb gelernt!

Das Heft **in mehreren Schritten lesen**: Übersichtslesen um einen Gesamteindruck zu bekommen (Lesen der unterstrichenen Worte), Fragelesen (genaues Lesen, wobei überlegt werden soll, welche Fragen zum Stoff gestellt werden könnten). Lies nicht nur Wörter, sondern zusammenhängende Gedanken!

Überlege, was **Fachausdrücke** bedeuten: Erosion, Osmose, Veto ... Errate die Bedeutung nicht, schau in Nachschlagwerken nach oder frag andere! Lerne nicht nur aus Schulbüchern! Mancher Lernstoff wird anderswo interessanter und anschaulicher vermittelt. Z.B. Hobby- oder Sachbücher, Fachzeitschriften, Filme

Wenn beim Lernen Zuhause **Fragen** auftauchen, die man nicht beantworten kann, den Lehrer in der nächsten Stunde in der Schule fragen. Wenn in der Schule etwas nicht verstanden wird, sofort fragen!

Lerntyp beachten: Der eine lernt am meisten, wenn er etwas sieht; der andere, wenn er etwas hört, also beim Lernen laut liest; ein Dritter, wenn er etwas tut, also bspw. sofort niederschreibt, was er lernt. Am besten lernt man, wenn alle drei Kanäle (Auge, Ohr und Hand) zum Lernen eingesetzt werden. Unterstreiche Wichtiges! Schreib Wichtiges heraus! Fasse zusammen! Fertige Zeichnungen und Skizzen an!

Beim Lernen das Heft nicht nur durchlesen, sondern immer auch **Notizen machen**. Angewandte Mathematik oder Rechnungswesen lernt man, indem man den Text der in der Schule besprochenen Beispiele abschreibt und diese dann ohne im Heft nachzuschauen rechnet (außer man kommt nicht mehr weiter).

Rechne bei einer **Textaufgabe** nicht einfach drauflos! Lies den Text genau durch! Überlege: Was ist gegeben, was ist gesucht? Schreib die Angaben heraus! Denke den Lösungsweg durch! Zeichne, was du dir vorstellen kannst! Trenne Haupt- und Nebenrechnungen! Kontrolliere schon Zwischenergebnisse, nicht erst das Endergebnis! Vergleiche das Ergebnis mit der Wirklichkeit! Kann das sein?

Zu lange Konzentration auf ein Fach stumpft ab. Für **ein Fach durchgehend nicht mehr als zwei Stunden** verwenden! Lerne ähnliche Fächer nicht hintereinander! Auch der **Wechsel des Lernortes** kann manchmal helfen die Merkfähigkeit zu steigern.

Verständnis ist für das Lernen wichtig, aber auch Auswendiglernen ist manchmal erforderlich. Eventuell eine **Lernkartei mit Frage- und Antwortzettel** anlegen. **Fragen**, die man sich selbst **zum Lernstoff** stellt, erhöhen das Interesse; die Fragen müssen aber auch beantwortet werden.

Wiederholungen und Übungen verankern den Lernstoff im Gedächtnis. Die erste Wiederholung sollte kurz nach dem Lernen (nach einer Viertelstunde) stattfinden. Weitere Wiederholungen sind nur sinnvoll, wenn eine gewisse Zeitspanne verstrichen ist (mehrere Stunden).

Achte auf deinen **Körper**! Er braucht auch **Ruhe und Schlaf. Pausen** beim Lernen einlegen! **Nach dem Lernen möglichst passiv** sein, damit der gelernte Stoff nicht von neuen Eindrücken überlagert wird!

Lernfortschritte gehen nicht gleichmäßig vor sich, die **Kurve steigt schubweise an (Lernplateaus)**. Falls du einmal nicht weiterkommst überprüfe deine Arbeitstechnik und denke darüber nach, ob du alle zum Thema gehörigen Grundkenntnisse hast!

Ein gutes Training für einen angekündigten Test ist die einfache Frage: „Was könnte gefragt werden?“ Du stellst die Frage und gibst dir gleichzeitig die Antwort. Du bist Lehrer und Schüler gleichzeitig und lernst dabei noch.

Sprich über das Gelernte mit deinen Kollegen!

Prüfungsangst baut man ab, indem man die **Prüfungssituation in Gedanken mehrere Male durchspielt**. Bei der Prüfung selbst sollte man laut sprechen und auch Details, die vielleicht nicht direkt gefragt werden, erwähnen.

"Richtiges" Lernen und Üben

Neben frühzeitigem und regelmäßigem Wiederholen spielen auch die Lernmenge und die Lernzeit für den Lernerfolg eine entscheidende Rolle. Zunehmende Lernzeit führt nur begrenzt zu zunehmendem Lernertrag. Bereits nach etwa einer Stunde wird ein "Lernplateau"

(Sättigungshemmung) erreicht, d.h., trotz verstärkter Übung bleibt die aufgenommene Lernmenge gleich. Danach sinkt der Lernertrag rapide ab und nähert sich nach ca. drei Stunden dem Nullpunkt.

Dementsprechend erfordert auch die **Vorbereitung einer schriftlichen Arbeit** die richtige Lernstrategie.

Verteiltes, aktives Lernen mit entsprechender Arbeits- und Zeitplanung ist der erste (und wichtigste) Schritt zum Erfolg. Beginne frühzeitig damit! Stress in der Lern- und Prüfungsphase ist oft ein großes Hindernis.

So erreichst du sicher in dein Lernziel:

1. Die „Startaufstellung“

Ordne den Stoff und die Unterlagen!
Verschaffe dir einen Überblick! Um was geht es?
Welche Hilfen habe ich (Heft, ...)?
Wie will ich vorgehen?

2. Die „Aufwärmrunde“:

Aufgaben durchgehen!
Auszüge machen!
Regeln aufschreiben!

3. Jetzt geht es an die Einzelheiten!

Gründlich üben!
Alles in strenger Folge durchgehen!
Still lernen!
Sich abfragen lassen!

4. Die „Auslaufrunde“ gibt dir Sicherheit!

Locker wiederholen!
Einzelne Inhalte (Unsicherheiten) abermals durchgehen!
Noch einmal einen Überblick verschaffen!

Kurz vor und während der Prüfungsarbeit:

→ Diskutiere kurz vor der Arbeit nicht mehr mit deinen Mitschülern!

→ Konzentriere dich (Ich hab' mich so gut wie möglich vorbereitet - also wird' ich es schaffen!)

→ Lies die Aufgaben sorgfältig durch! Frag den Lehrer bei Unklarheiten!

→ Achte auf die Reihenfolge der Beantwortung (leichte vor schwierigeren Aufgaben)!

→ Gönn dir kleine Entspannungspausen!

→ Schwindelzettel helfen dir bei der Vorbereitung auf die Prüfung, die Benützung bei der Prüfung bringt aber Stress mit sich, der größer sein kann als der Nutzen des Spickzettels.