

Die wichtigsten **Lerntipps** kurz und bündig

Zeitplanung: Die wichtigsten Termine (z. B. Klassenarbeiten) in einen Terminkalender eintragen. Hausaufgaben (im Aufgabenheft) immer notieren. Klassenarbeiten frühzeitig in Portionen vorbereiten. Vermeide, dass einige Tage überlastet sind, während an anderen Tagen kaum etwas zu tun ist. Dies ist besonders wichtig vor Schulaufgaben.

Hausaufgaben: Nicht gleich nach dem Mittagessen anfangen, sondern zunächst etwa eine halbe Stunde ausruhen. Möglichst zu festen Zeiten lernen. Zuerst die leichteren Aufgaben in Angriff nehmen. Wenn viel zu lernen ist, einen kleinen Tagesplan anfertigen. Abhaken, was erledigt ist. Wichtig: Lasse eine Hausaufgabe niemals mehr als zwei Tage liegen (Vergessenskurve berücksichtigen)

Heftführung: Leserlich schreiben und sauber zeichnen. Überschrift, Datum und evtl. Seitenzahl und Nummer im Buch nicht vergessen. Wichtiges durch Unterstreichen und Markieren hervorheben. Den Hefteintrag abschließend kontrollieren, damit nichts Falsches gelernt wird. Schüler schreiben häufig falsch von der Tafel ab und lernen somit Falsches .

Lernpausen: Lernen nach dem Rhythmus von Anspannung und Entspannung. Nicht zu lange an einem Stück lernen, sondern immer wieder Pausen einlegen. In den Pausen Atem- und Körperübungen, Musik etc.

Lernfördernder Arbeitsplatz: Vor dem Lernen aufräumen, ablenkende Sachen weglegen. Das Musik- und Radiohören bei schwierigem Stoff vermeiden.

Mehrkanaliges Lernen: Nicht nur übers Anschauen und Durchlesen lernen, sondern Wichtiges herausschreiben, unterstreichen, zeichnen, in eigenen Worten zusammenfassen (evtl. riechen, berühren, selbst basteln).

Lernstoffwechsel: Sich nicht zu lange mit demselben Stoff beschäftigen, sondern Pausen machen oder ein anderes Fach dazwischen schieben. Ähnliche Fächer nicht hintereinander lernen. (z. B. statt Erdkunde-Geschichte-Mathe besser Erdkunde-Mathe-Geschichte)

Lernkontrolle: Prüfen, ob das Gelernte sitzt: das Wichtigste in Stichworten wiedergeben, selbst Fragen stellen und beantworten, Übungsaufgaben lösen, sich abhören lassen.

Gedächtnisstützen: Bei schwer einprägsamen Lerninhalten Zeichnungen, innere Vorstellungen Merkverse, Abkürzungen als Stützen verwenden. Beispiel: „333 bei Issus Keilerei.“

Wiederholungslernen: Lücken, die nach Klassenarbeiten sichtbar werden, durch sofortiges Wiederholen und Auffrischen schließen. Wichtigen, schwer merkbaren Lernstoff markieren oder in Lernkarteiform (Vorderseite: Frage — Rückseite: Antwort) bringen und immer mal wiederholen.

Vokabellernen: Vokabeln zunächst laut lesen und dann mehrmals schriftlich kontrollieren, bis sie sitzen. Nach acht bis zehn Vokabeln eine kleine Pause machen, insgesamt nicht mehr als 30 bis 40 pro Tag lernen. Schwer merkbare Vokabeln auf Lernkarten schreiben oder markieren und während des Schuljahres regelmäßig wiederholen. Eventuell Kassetten-Recorder oder Computerprogramme verwenden.

Mathelernen: Das Matheheft sauber und übersichtlich (Datum, Seitenzahl, Nummer der Aufgabe) gestalten. Haupt- und Nebenrechnungen voneinander trennen. Merksätze und Formeln besonders hervorheben. Schwierige Übungsaufgaben zu Hause nochmals schriftlich trainieren. Hausaufgaben an dem Tag machen, an dem sie aufgegeben wurden. Bei der Hausaufgabenverbesserung in der Schule eigene Fehler deutlich kennzeichnen und am selben Nachmittag nochmals rechnen.

Textlernen: Lange Lerntexte nicht auf einmal lernen, sondern Schritt für Schritt: Überfliegen + gründlich lesen + Wichtiges schriftlich zusammenfassen + wiederholen + prüfen, ob wesentliche Textinhalte verstanden und gespeichert sind (sog. Fünf-Gang-Lesetechnik).

Belohnung: Wenn das Ziel erreicht ist sollte man sich mit etwas, das man gerne tut, belohnen (z. B. Fußballspielen, Kino gehen, Lesen, Musik hören).

Wichtig für die Motivation und gut gegen Prüfungsangst: Sag dir: „Ich war fleißig und sehr bemüht, also werde ich es auch können. Wenn ich es dennoch nicht kann, dann ist dies nicht meine Schuld, denn ich habe alles versucht, um es zu verstehen.“

Vor Schulaufgaben (Plan)

Schulaufgabe im Fach		
Stoffübersicht:		
Planung Tag (Datum)	Stoff	Zeit
	Schulaufgabe	

- rechtzeitig anfangen, manche Aufgaben unter Zeitdruck trainieren
- am letzten Tag vor der Schulaufgabe nichts „Neues“ mehr lernen, sondern nur noch wiederholen
- sich positiv beeinflussen; z.B. „Ich habe mich gut vorbereitet!“; „Ich habe den Stoff gut gelernt!“ ; „Ich schaffe es!“
- lass dich nicht kurz vor der Prüfung durch Klassenkameraden verrückt machen
- kurz vor der Schulaufgabe auf keinen Fall mehr lernen, den Stoff auch nicht mehr „überfliegen“

Während der Schulaufgabe:

- lies die Aufgabenstellung (z.B. Aufgabe Nr. 1) ruhig durch, lass dich aber nicht gleich in Panik bringen, du kannst nicht alles auf einmal lösen
- nütze zu Beginn der Arbeit die Gelegenheit, Fragen zu stellen
- Wichtiges unterstreichen, Begriffe klären
- beginne mit der Aufgabe, die du schaffen kannst, diese Punkte sind dir schon einmal sicher
- „beiß“ dich nicht zu lange an einer schwierigen Aufgabe fest, stelle die Aufgabe zurück und gehe zur nächsten Aufgabenstellung
- mache gelegentlich ein kurze Pause, lege das Schreibzeug beiseite (tief durchatmen, Glieder recken, Muskeln anspannen und locker lassen, Hand ausschütteln usw.)
- überprüfe vor der Abgabe des Blattes noch mal die Richtigkeit deiner Lösungen

5- GANG – LESETECHNIK

1. Schritt: Text grob überfliegen
2. Schritt: Fragen stellen, wichtige unbekannte Begriffe (z.B. Fremdwörter klären)
3. Schritt: jetzt erst gründlich lesen, unterstreichen, herausschreiben
4. Schritt: Wichtiges zusammenfassen und notieren
5. Schritt: abschließende Wiederholung, Fragen stellen