

Modul 6: Ich informiere alle über die Sprache der Bildung.

Arbeitsaufträge:

1. Arbeiten Sie in Ihrer Gruppe. Lesen Sie den untenstehenden Text arbeitsteilig durch und informieren Sie sich gegenseitig!
2. Wählen Sie einen der heute beobachteten Schüler als Grundlage für die folgende Erarbeitung aus.
3. Ziel ist es, ein Lernentwicklungsgespräch bzw. ein Schüler-Eltern-Beratungsgespräch zu führen. Bereiten Sie sich mit ihren Schülerbeobachtungen, den Beobachtungen aus der heutigen Unterrichtsstunde und den heute erfahrenen wissenschaftlichen Erkenntnissen auf das Gespräch vor.
4. Simulieren Sie das Gespräch und stellen Sie es im Seminar vor.
5. Wo lagen Probleme, was lief gut, worauf gilt es (im Vorfeld) zu achten?

Der folgende Textauszug ist eine Zusammenfassung ohne Anspruch auf Vollständigkeit.

Urheber ist das scoyo Eltern! Magazin. Abdruck mit freundlicher Genehmigung.

<https://www-de.scoyo.com/eltern/lernen/lerntipps-lernmotivation/lernen-lernen-wie-lernt-man-richtig>, aufgerufen am 28.10.2019.

Lernen lernen: Wie lernt man richtig?

Stundenlang gepaukt und der Kopf ist immer noch leer? Vielleicht hapert's an der Lernmethode! Wir geben Tipps zum Lernen lernen und klären falsche Mythen auf – für mehr Lernspaß und -erfolg.

Während Kleinkinder ganz ohne Anstrengung Tag für Tag Neues entdecken, scheint bei manchen Schülern die Lust am Lernen oft irgendwie auf der Strecke zu bleiben. Lernen ist auf einmal nicht mehr Spaß, sondern Arbeit. Weiß man, was beim Lernen im Gehirn passiert und wie man richtig lernt, kommt der Lernspaß aber bald zurück. Lernen lernen ist hier das Stichwort!

[...]

Lernen lernen – so geht's

[...]

1. Ruhe und Wohlfühlatmosphäre

Kennen Sie das "**Flow**"-Gefühl? Ein Zustand, der sich einstellt, wenn man vollkommen konzentriert ist, nichts mehr um sich herum mitbekommt und so produktiv ist wie nie. Ein tolles Gefühl. Das kann man auch beim Lernen haben! Dafür brauchen Schüler vor allem einen Lernplatz, an dem sie sich wohl fühlen und an dem nichts ablenkt. Das heißt: Handy, Fernseher und Radio aus, am PC nur die nötigen Programme öffnen, höchstens leise Musik ohne Gesang im Hintergrund laufen lassen.

Routinen machen vieles leichter: **Feste Lernzeiten**, die das Kind mitbestimmen darf, und schöne Rituale, wie eine Tasse Kakao, helfen gegen die fehlende Lernmotivation. Das Gehirn schaltet so schneller in den Lernmodus.

2. Die Welt durch Worte ändern

Denken Sie nicht an einen Elefanten! Jetzt denken Sie an einen Elefanten, richtig? Der Grund: Wir können nicht Nichts denken. Sätze wie "Ich kann das sowieso nicht" oder "Das Fach liegt mir einfach nicht" prägen sich deshalb schnell im Unterbewusstsein ein und bleiben sitzen.

Versuchen Sie doch mal, mit Ihrem Kind negative Sätze auszutauschen gegen "Das ist schwierig, aber ich stelle mich der Herausforderung" oder "Ich werde für das Problem eine Lösung entdecken".

Versuchen Sie gemeinsam, **Schwierigkeiten als Chancen zu sehen**. *Tipp:* Eltern sind das wichtigste Vorbild für ihre Kinder. Wenn sie Dinge positiv angehen, machen Kinder es nach.

Leider hilft es genauso wenig, das Kind mit Komplimenten zu überhäufen, wie bei Misserfolgen hart zu kritisieren. Loben Sie Ihr Kind vor allem, wenn es sich angestrengt hat, ein Problem selbstständig angegangen ist (auch wenn es Fehler macht) oder besonders sozial gehandelt hat. Darüber hinaus kann konstruktive Kritik motivieren – wenn sie nicht verletzt, sondern anspornt.

3. Unser Gehirn braucht Schlaf

Wir lernen überhaupt nicht gut, wenn wir unter großem Stress stehen. Wer **genug Zeit fürs Lernen** einplant, auf einen **gesunden Schlaf** achtet und generell **gut** zu seinem Körper ist (Bewegung, Ernährung), lernt viel besser. Das gilt für Groß und Klein.

[...]

5. Wir brauchen einen Plan!

Unser Gehirn braucht Zeit und Struktur, den Lernstoff zu bewältigen. Fünf Tage für eine Klassenarbeit einzuplanen, ist ein guter Richtwert. Am Anfang steht die **Vorbereitung im Fokus**, erst dann kommt die Lernphase, danach die Wiederholungsphase und am Ende die Überprüfungsphase.

[...]

6. Eine gute Vorbereitung ist die halbe Miete

Schon mal was vom **Paretoprinzip** gehört? Es besagt, dass 80 Prozent des Gesamtergebnisses mit 20 Prozent des Gesamtaufwandes erreicht werden. Übertragen auf das Lernen bedeutet das: Das, womit wir eigentlich die wenigste Zeit beim Lernen verbringen, macht den größten Teil des Lernerfolges aus. Und das ist die Vorbereitung.

So kann man das Lernen gut vorbereiten:

- Unterlagen konzentriert durchlesen.
- Inhalte in eigenen Worten wiedergeben – laut, schriftlich oder skizzieren (Malen wir Lernzettel, basteln Karteikarten und gestalten MindMaps, regen wir beide Gehirnhälften ordentlich an und legen dabei ein starkes Fundament für die nächsten Lernschritte).
- Eigene Beispiele für das zu lernende Thema erfinden.
- Freunden oder Familienmitgliedern das Thema erklären.

7. Trainieren

Beim Aufbereiten des Lernstoffes bilden sich Trampelpfade im Gehirn, die, wenn sie nicht genutzt werden, verwuchern. Der Lernstoff sollte also in **regelmäßigen Abständen** wiederholt werden. So bilden sich richtige Autobahnen im Gehirn.

[...]

Lernen lernen – so geht's nicht

Leider ranken sich so manche Mythen um das Lernen. In diese fünf Fallen tappen wir gerne:

1. Belohnung mit Fernsehen

Haben wir uns auf den Hintern gesetzt, haben wir eine Belohnung verdient – stimmt! Aber aufregende Filme direkt nach dem Lernen können den Erfolg zunichtemachen. Denn: Dramatische und emotionale Reize überfluten das Gehirn und verdrängen das Gelernte. Wichtige Informationen wie Vokabeln und Co. werden überschrieben und können nicht ins Langzeitgedächtnis wandern. Dagegen sind Spielen, Entspannung und **Bewegung nach dem Lernen** genau richtig.

2. Ganz viel auf einmal lernen

Wer an Aufschieberitis leidet, hat kurz vor der Klassenarbeit meist viel zu lernen – zu viel, als dass das Gehirn alles nachhaltig speichern könnte. Die Anzahl an Informationen, die unser Gehirn auf einmal aufnehmen kann, ist begrenzt. Alle 30 bis 45 Minuten sollten Schüler eine Pause von 5 bis 15 Minuten einlegen. Außerdem teilen sie ihren Lernstoff am besten auf mehrere Tage auf.

[...]

4. Lernen zur falschen Zeit

Hausaufgaben macht man direkt nach der Schule – diese Weisheit ist in den meisten Köpfen verankert. Dabei hat **jeder seine eigene Zeit**, zu der er am besten lernt. Für manche ist das direkt nach der Schule, andere brauchen dann erst einmal eine Pause. Finden Sie heraus, wann Ihr Kind am besten lernt.

5. Alles abschreiben

Was man aufgeschrieben hat, behält man im Kopf – noch so eine Weisheit, die leider nicht für jeden stimmt. Stumpfes **Abschreiben hilft meist gar nichts**. Besser: Texte handschriftlich und in eigenen Worten zusammenfassen. [...]

© scoyo Eltern! Magazin, Abdruck mit freundlicher Genehmigung.

