
Inhaltsverzeichnis

	Seite
1. Vorwort	1
2. Festlegung von Lernzielen	2
<i>Ziele und Lernen</i>	3
<i>Meine Ziele setze ich mir selbst</i>	4
3. Strategien, die das lernen erleichtern	5
<i>Lesen lernen: Die 5-Schritte-Technik</i>	7
<i>Welcher Lerntyp bin ich?</i>	9
4. Organisation des Lernens	11
<i>Mein Arbeitsplatz</i>	12
<i>Zeitplanung</i>	13
<i>Zeitfresser</i>	17
5. Die Motivation	18
<i>Test: Wie gut motiviere ich mich selbst?</i>	19
6. Die Konzentration	20
<i>Kann ich mich gut konzentrieren?</i>	21
7. Gedächtnisförderung	22
<i>Einsatz von Gedächtnistraining im Unterricht</i>	24
<i>Zahlen- und Telefonnummerngedächtnis</i>	28
<i>Personengedächtnis</i>	30
<i>Schulung des Merkvermögens</i>	33
<i>Erinnern und behalten</i>	34
<i>Geschichtengedächtnis</i>	36
<i>Wahrnehmungstraining</i>	38
<i>Sorgfältiges Vergleichen</i>	40
<i>Geschwindigkeit und Wahrnehmung</i>	42
<i>Übungen zur Konzentration</i>	44
<i>Visuelle Konzentration</i>	46
<i>Wahrnehmung komplexer Materialien: a) Zahlenmatrix</i>	48
<i>Wahrnehmung komplexer Materialien: b) Adressenvergleich</i>	50
<i>Wahrnehmung komplexer Materialien: c) Exaktes Beobachten</i>	52
<i>Systematisches Betrachten und gründliches Suchen</i>	54
<i>Beobachtung und Eindruck</i>	56
<i>Unser Bild von der Wirklichkeit</i>	58
8. Fachspezifische Lern- und Arbeitstechniken	
<i>Arbeiten mit Oberbegriffen und dazugehörigen Stichwörtern</i>	61
<i>Fragen an das zu bearbeitende Themengebiet stellen</i>	64
<i>Eselsbrücken als Gedächtnisstützen</i>	66
<i>Fremdsprachen</i>	68
<i>Deutsch</i>	71
<i>Mathematik</i>	73
9. Die Prüfungsvorbereitung	75
<i>Die schriftliche Prüfung</i>	76
<i>Die mündliche Prüfung</i>	77
<i>Prüfungsvorbereitung</i>	79
10. Literaturtipps	80

Kopiervorlage © CARE-LINE Verlag GmbH

Für die so gekennzeichneten Seiten räumt der Verlag ein Vervielfältigungsrecht durch Fotokopie und Thermokopie ein – ausdrücklich aber nur für den jeweiligen Unterrichtsgebrauch

Lernen lernen

Gut sein durch richtige lerntechniken

Autoren: Birgit Kleiner, MA, Claudia Hirmer, Petra Paul, Thomas Paul, Dipl. Päd.

3. Auflage

© 1996 CARE-LINE Verlag GmbH, 82061 Neuried

ISBN 3-9803821-1-7

Welcher Lerntyp bin ich?

Ein Fragebogen zur Selbsterkenntnis

Wie reagierst du in folgenden Situationen? Entscheide dich für eine der drei Möglichkeiten!

	meist	manchmal	nie
1. Erst wenn ich Texte selbst gelesen habe, kann ich den Inhalt wiedergeben. (L)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Liedertexte lerne ich schnell auswendig. (H)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ich lerne leichter, wenn ich mir den Unterrichtsablauf ins Gedächtnis rufe. (S)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. An Dinge (Themen), die ich gelesen habe, kann ich mich leicht erinnern. (L)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Was ich schon gehört habe, kann ich gut behalten. (H)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Schwierige Zusammenhänge merke ich mir besser, wenn ich eine Skizze anfertige. (S)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Wenn ich ein Thema gründlich gelesen habe, kann ich mir auch die Zusammenhänge vorstellen und erarbeiten. (L)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Gereimte Texte kann ich mir gut merken. (H)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Gelerntes fällt mir sofort wieder ein, wenn ich mir die Buch-/Heftseite bildlich vorstelle. (S)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Auch wenn Unterrichtseinheiten gründlich besprochen wurden, muss ich zum besseren Verständnis nachlesen. (L)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Inhalte und Zusammenhänge verstehe ich problemlos, wenn man mir den Sachverhalt erklärt. (H)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Nach Stichpunkten lerne ich am besten. (S) oder: Telefonnummern und Jahreszahlen merke ich mir, wenn ich sie mir bildlich vorstelle. (S)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Frage Nr.												
Antwort	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.
meist	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	4	6
manchmal	1	3	5	1	3	5	1	3	5	1	3	5
nie	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Auswertung: Dein Lerntyp liegt eindeutig in folgendem Punktrahmen:

- | | |
|------------------------|---------------------------------------------------|
| 4 – 8 Punkte – Lesen | Alle Punktzahlen dazwischen weisen daraufhin, |
| 12 – 16 Punkte – Hören | dass du eher ein gemischtes Lernverhalten zeigst. |
| 25 – 30 Punkte – Sehen | Das ist ganz normal. |

