

10 Tipps zum effektiven Lernen

1. Lerne auf mehreren Lernwegen.

Durch lesen, zuhören, selbständiges Tun. Am besten behält man bildhafte Eindrücke und was man selber geschrieben, gezeichnet, unterstrichen und gestaltet hat.

2. Dein Gedächtnis braucht Stützen.

Verknüpfe schwierige, unbekannte Lerninhalte mit dir, bereits bekannten Lerninhalten. Eselsbrücken können Wunder wirken

3. Übe und wiederhole den Lernstoff regelmäßig.

Der Lernstoff wandert dadurch mehr und mehr vom Kurzzeitgedächtnis ins Langzeitgedächtnis. Aus der Gehirnforschung weiß man, dass Gelerntes ca. 20 mal wiederholt werden muss!

4. Lerne in kleinen Etappen.

Hier mal 30, dort mal 30 Minuten. Das ist besser als stundenlang durchzupauken. Pausen sind hier ein ganz wichtiges Thema. Nutze die Pause um dich zu bewegen und frische Luft zu schnappen.

5. Halte deinen Arbeitsplatz in Ordnung.

Achte darauf, dass die wichtigsten Arbeitsmittel immer griffbereit sind. Dinge, die dich ablenken könnten, legst du am besten weg.

6. Mache dir auf einer Pinnwand stichwortartige Notizen.

Hefte entsprechende Zettel übersichtlich an diese Wand. Was du festgehalten hast, musst du dir nicht mehr mühsam merken. Das entlastet dein Gedächtnis und macht den Kopf frei für andere wichtige Dinge, die du lernen kannst.

7. Lerne längere Texte mit System.

Zuerst den Text durchlesen, damit du grob über den Inhalt informiert bist (Hubschrauberperspektive). Dann den Text gründlich durchlesen und die wichtigsten Stellen markieren. Laut jüngster Forschungen am besten mit einem gelben Textliner. Zeichne passende Symbole, Strichzeichnungen, etc. an den Rand und schreibe Fragen zum Text heraus. Am Ende fasse den gesamten Text mündlich oder schriftlich nochmals zusammen.

8. Lerne Vokabeln nicht nur, indem du sie auswendig lernst.

Schreiben hilft enorm dabei. Du kannst auch hier Symbole anwenden oder einfach laut vorsagen. Einen besonders schwierigen Lernstoff kann man mit einer Lernkartei, Eselsbrücken oder Bildern viel, viel leichter lernen.

9. Fehler sind erlaubt.

Merke dir: Aus Fehlern lernt man!

10 Plane deinen Lernstoff.

Damit du bei deiner Lernarbeit jederzeit den Überblick behältst, ist es unbedingt erforderlich, dass du rechtzeitig mit dem Lernen beginnst. Trage also deine Schularbeiten und Tests immer in einen Kalender ein, den du ständig im Auge behältst. Wie heißt es so schon: Gut geplant ist halb gewonnen.