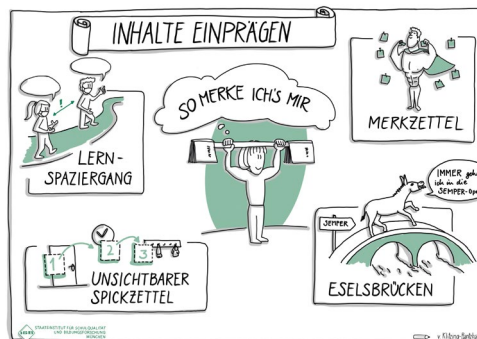
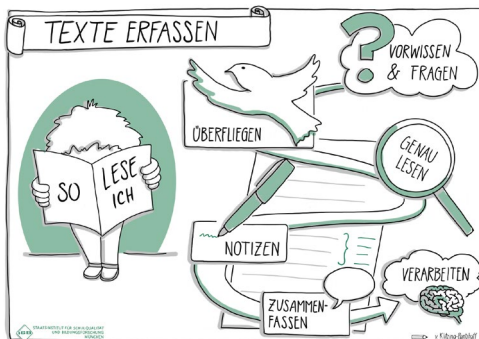
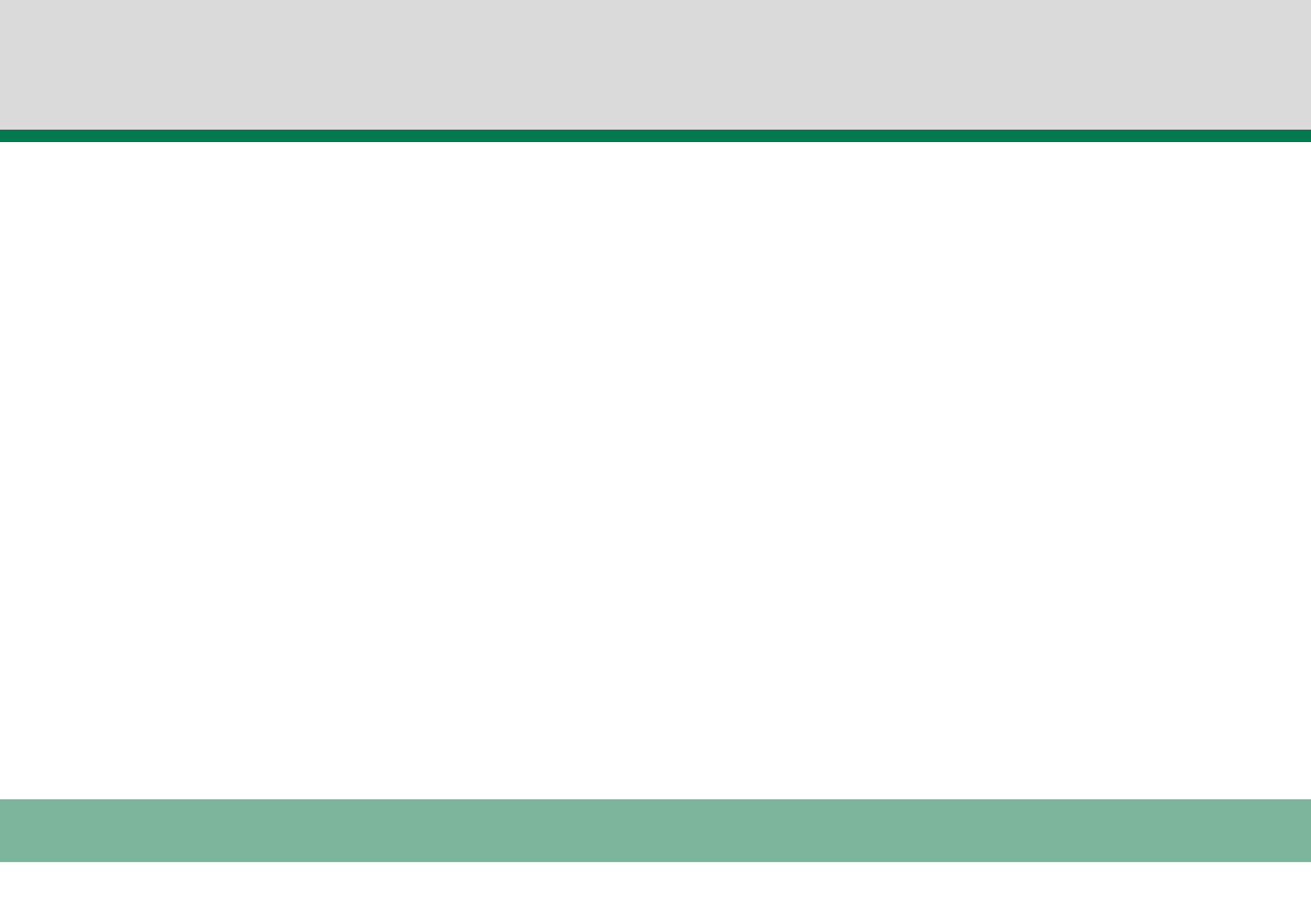


Lernen zu Hause: Tipps für Schülerinnen und Schüler





Vorwort

Liebe Schülerin, lieber Schüler,

innerhalb kürzester Zeit und ohne große Vorbereitung hast du dich in der Situation wiedergefunden, in der du dein Lernen zu Hause selbst organisieren sollst. Für manche ist vielleicht auch das Wort „darfst“ angebracht. Denn du hast nun auch die Chance, ganz nach deinen individuellen Vorlieben, deinem Rhythmus, deiner eigenen Struktur und deinen Strategien zu lernen.

Vielen fällt das Lernen im Austausch mit anderen und mit direkter Unterstützung der Lehrkräfte leichter. Leider macht die momentane Situation diese Gewohnheiten schwerer umsetzbar. Bist du allerdings bereit, dich mit deiner eigenen Kreativität auf den Weg des selbstorganisierten Lernens einzulassen und auch neue Vorgehensweisen zu erproben, hast du Gelegenheit, dein Spektrum der verschiedenen Lernstrategien für dich zu erweitern.

Mit Hilfe dieser Broschüre sollst du Tipps für vielfältige Möglichkeiten des Lernens zu Hause erhalten.

Schaffe Dir Deine
eigene Struktur



Lernen braucht deine eigene Struktur

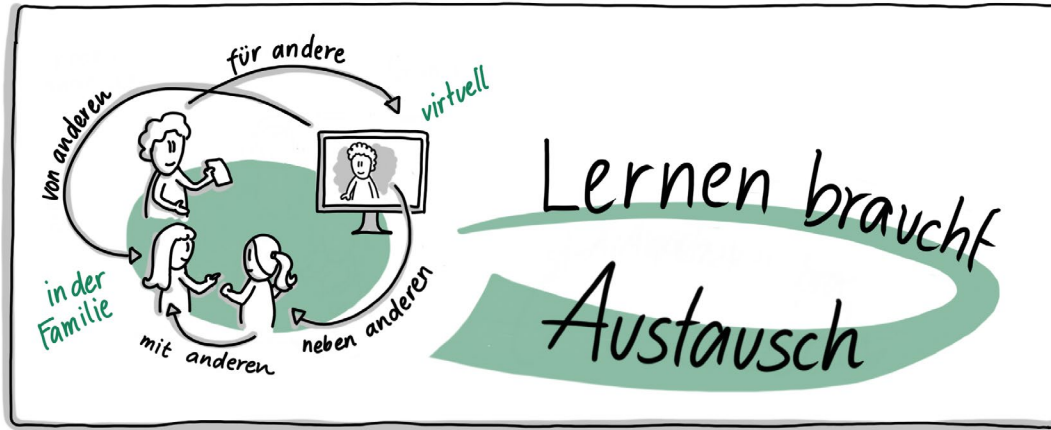


Lernen gelingt am besten, wenn du mit *Leidenschaft* an den Lernstoff herangehst. Denn dann wirst du vom Gehirn mit *Glücksgefühlen* belohnt.

Beim Lernen solltest du daher zunächst überlegen, wie du den Lerninhalt mit dir selbst, *deiner Geschichte, deiner Persönlichkeit, deinen Besonderheiten und deinen Hobbies* in Verbindung bringen kannst.

Wie kannst du den Lernstoff zu deiner „eigenen Sache“ machen? Dabei kannst du *flexibel und erfinderisch* sein: Es gibt verschiedene Arten, Inhalte im Gedächtnis zu ordnen, zum Beispiel nach Fakten, Bedeutungen, Fertigkeiten und Gefühlen.

Von Bedeutung ist, dass die jeweilige Art zu lernen ganz individuell zu dir passt, so dass du dich am Ende als *selbstwirksam erfährst* („das, was ich tue, führt zu etwas“). Eine wichtige Voraussetzung dafür ist auch, dass du dir deine *eigene Struktur* schaffst.



Lernen braucht Austausch

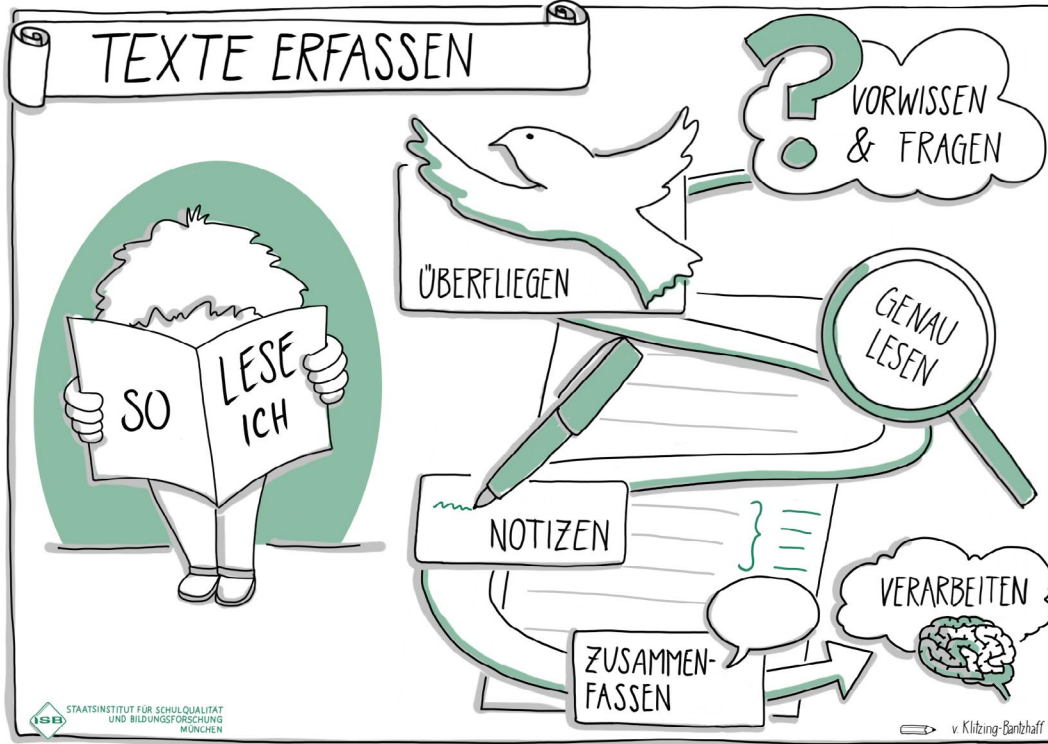


In der momentanen Situation geht das so, wie du es aus der Schule kennst, leider nicht. Aber es gibt auch für das Lernen zu Hause Möglichkeiten mit anderen in Kontakt zu treten und so im Austausch zu lernen.

Du kannst **von anderen lernen**, indem du dir Inhalte von verschiedenen Personen auf unterschiedliche Art und Weise erklären lässt. Über Video- oder Telefonchats z.B. mit deinen Freunden oder deiner Lerngruppe kannst du dir anschauen, wie sie lernen, dir Tipps fürs Lernen holen oder einfach nur ihr Verhalten beim Lernen nachahmen.

Du kannst auch **für andere lernen**, indem du anderen den Lernstoff aus einer ganz anderen Sicht erklärst. Dabei wiederholst du selbst den Lerninhalt nochmal und die anderen profitieren ebenso. Bestimmt freut sich auch z.B. deine Oma oder dein Opa, wenn du übers Telefon einen kleinen Vortrag über ein erarbeitetes Thema hältst. Oder du trägst dein Wissen einfach deiner Familie vor.

Außerdem kannst du über Video auch **mit anderen lernen**. So könnt ihr euch gegenseitig motivieren und gemeinsam viele Facetten des Lernstoffes entdecken.



So lese ich: Texte erfassen



Voraussetzung für sehr viele Aufgaben ist das Lesen und Verstehen von Texten. Sechs einfache Schritte helfen dir dabei:

Vorwissen & Fragen: Werf einen ersten Blick auf den Text, die Überschrift und evtl. Grafiken und Bilder: Worum geht es wohl in dem Text? Was weißt du bereits über das Thema? Welche Fragen interessieren dich?

Überfliegen: Verschaffe dir einen ersten Überblick über Thema und Inhalte des Textes: Notiere dir erste wichtige Informationen zum Text.

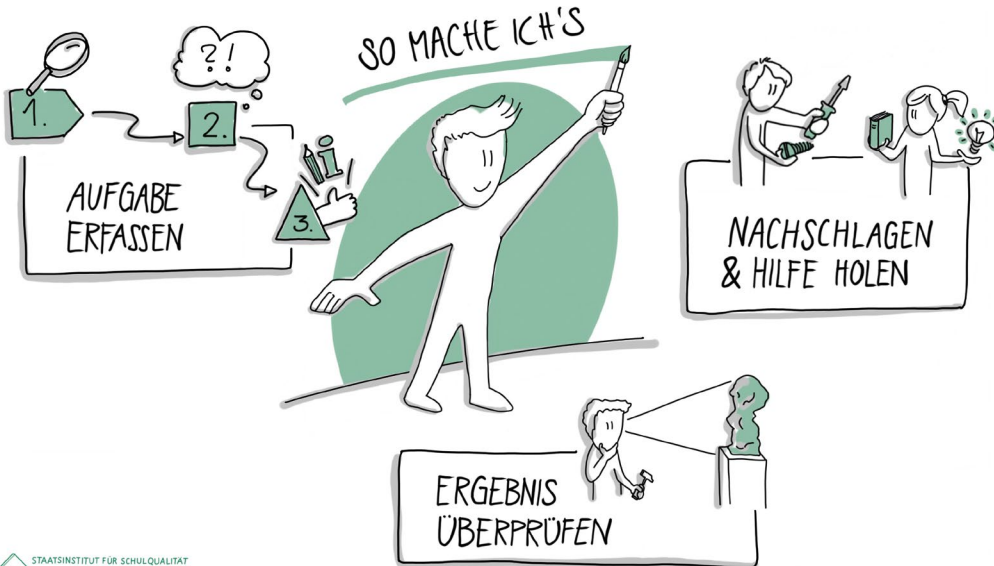
Genaues Lesen: Lies die Abschnitte des Textes nun ganz genau und markiere Schlüsselwörter und wichtige Begriffe.

Notizen: Lies den Text „mit dem Stift“. Schreibe dir Kernaussagen an den Rand und nutze auch Symbole (z. B. ! für wichtig, ? für unklar). Streiche Unklarheiten an und nutze ggf. ein Wörterbuch.

Zusammenfassen: Was hast du gelernt? Welche neuen Informationen hast du gewonnen? Wurden alle deine Fragen beantwortet? Fasse die Kernaussage des Textes in einem Satz zusammen. Fertige ggf. eine Skizze an.

Verarbeiten: War der Text verständlich? Hast du etwas Neues gelernt? Prüfe noch einmal dein Textverständnis.

AUFGABEN LÖSEN



So mache ich`s: Aufgaben lösen



Aufgabe erfassen in 3 Schritten: 1. Lies zuerst die Aufgabenstellung ganz genau durch: Was konkret ist zu tun? 2. Welche wichtigen Informationen enthält die Aufgabenstellung? 3. Was weißt du bereits? Welche ähnlichen Aufgaben hast du schon bearbeitet?

Nachschlagen und Hilfe holen: Falls du Wissenslücken hast oder nicht weißt, wie du an eine Aufgabe herangehen sollst, schlage im Schulheft oder Schulbuch nach und suche nach ähnlichen Aufgaben oder einer Anleitung, die dir Hinweise auf den Lösungsweg geben.

Ergebnis überprüfen: Kontrolliere dich gewissenhaft selbst! Arbeite bei der Verbesserung, z. B. mit einem grünen Stift: Setze hinter Richtiges ein Häkchen, streiche Falsches sauber durch und schreibe die richtige Lösung daneben.

INHALTE EINPRÄGEN



So merke ich`s mir: Inhalte einprägen



Es gibt ein paar Tricks, mit denen du es schaffst, dir auch Schwieriges einzuprägen und bei Bedarf, z.B. in einer Prüfungssituation, wieder abrufen zu können.

Lernspaziergang: Lerne mit und in Bewegung. Mach dich „auf den Weg“. Sprich dir den Lernstoff im Gehen laut vor und überlege dir passende Gesten dazu! So bedienst du mehrere Lernkanäle gleichzeitig.

Unsichtbarer Spickzettel: Verbinde den Lernstoff mit markanten Punkten auf einer Route, z.B. entlang von Gegenständen im Raum oder entlang bestimmter Körperteile. Wenn du dann diese Route in Gedanken abgehst, kannst du dich bei den einzelnen Punkten bestimmt an den Lernstoff erinnern.

Merkzettel: Schreibe dir Lerninhalte auf Post-Its oder große Plakate. Hänge diese überall dort auf, wo du dich oft aufhältst. So wirst du im Vorübergehen quasi an die Inhalte erinnert.

Eselsbrücken: Bei Eselsbrücken gilt: Je verrückter, desto besser! Denn je ungewöhnlicher und kreativer die Eselsbrücke, desto wahrscheinlicher kannst du dich später daran erinnern. Deiner Kreativität sind also keine Grenzen gesetzt. Du kannst auch Reime, Rhythmen, Lautmalerei und Merksprüche nutzen.

ZUSAMMENHÄNGE VERSTEHEN



So kapiere ich`s: Zusammenhänge verstehen



Je besser du etwas gedanklich durchdrungen und wirklich verstanden hast, desto besser wirst du es auch behalten! Die folgenden Methoden können dir helfen, Dinge besser zu verstehen und in größere Zusammenhänge einzuordnen:

Erklären: Fasse das Gelernte sinnvoll geordnet zusammen, veranschauliche es durch konkrete Beispiele und präsentiere es anderen. Idealerweise hast du einen Zuhörer, der interessiert nachfragt oder dich ergänzt, wenn es nötig ist. Hierzu kannst du dich auch mit Freunden in einem Videochat verabreden.

Aufmalen: Veranschauliche den Lernstoff mit Hilfe einer Mindmap, einem Diagramm, einer Tabelle oder anhand von kleinen Bildern und Symbolen.

Szene spielen: Setze schauspielerisch um, was du gelernt hast. Nutze hierbei Mimik, Gestik und Körperhaltung, um Gedanken und Gefühle darzustellen und nimm ein Video auf. Oder stelle Szenen mit Figuren nach.

Aufnehmen & anschauen: Nutze kleine Lehrfilme, wie du sie z.B. im Internet findest. Oder erstelle selbst ein Erklärvideo, z.B. mit Hilfe einer dafür geeigneten App oder der Lege-Technik. Du kannst auch Audioaufnahmen mit deinem Smartphone oder einem Mikrofon produzieren.

Deine Lernzeit zu Hause gestalten

Die momentane Situation ist sicherlich eine große Herausforderung für dich. Du musst dir deine Zeit und deine Aufgaben selbst einteilen und den Überblick über alle Fächer und Themen behalten.

Der folgende (von dir selbst auszufüllende) Wochenplan kann dir dabei helfen:

- deine Woche gut zu planen
- den Überblick über alle deine Aufgaben zu behalten
- deine Lernerfolge sofort zu sehen
- genug Zeit für Pausen, Bewegung und Dinge, die dir Freude bereiten, einzubauen.

Du findest die folgenden Vorlagen zum downloaden auf der Ganztags-Internetseite des ISB:

www.ganztag-isb.bayern.de/unsere-veroeffentlichungen/

Mein Wochen(lern)plan

Uhrzeit	Montag	Dienstag (Trage hier das Fach und die Aufgaben ein)	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:00-09:30 Uhr: 1. Lerneinheit (Du kannst deine Aufmerksamkeit am besten ohne Ablenkung für ca. 20-30 Minuten auf eine Sache konzentrieren)					
Pause (10-15 Minuten) Mit Bewegung und Trinken					
09:45-10:15 Uhr: 2. Lerneinheit					

Mein Wochen(lern)plan

Uhrzeit	Montag	Dienstag (Trage hier das Fach und die Aufgaben ein)	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10-30-11-00 Uhr: 3· Lerneinheit					
11-00-11-30 Uhr: Pause (30 Minuten) Mache etwas, das dir Spaß macht					
11-30-12-45 Uhr: 4· Lerneinheit					

Lern- und Motivationsbausteine

Die folgenden Elemente darfst du jederzeit in deine Pausen oder zusätzlichen Übungszeiten am Nachmittag einbauen. Die leeren Felder darfst du selbst ausfüllen.



Englisch-Vokabeln lernen	Spazieren gehen	Ein Buch lesen	Pläne für die Zeit nach Corona machen	Sport machen
	Den Kleiderschrank ausmisten	Einen Freund anrufen		
Die Großeltern anrufen		Viel Schlafen	Lernposter für ein Fach erstellen	Viel trinken
	Tägliche Knobelaufgabe auf www.mathe-kaenguru.de lösen.		Mandalas zur Entspannung ausmalen	
		Einen Kuchen für die ganze Familie backen		



Ein Angebot des ISB

Kontakt:

Staatsinstitut für Schulqualität
und Bildungsforschung
Grundsatzabteilung
Schellingstr. 155
80797 München
E-Mail: abt.ga@isb.bayern.de