



Wie mache ich mir das Lernen leichter?



<p>1. Aufmerksamkeit und Konzentration</p> <p>Wende dich mit ganzer Aufmerksamkeit einer Aufgabe zu und bleibe dabei. Spiele und Freunde kommen nachher an die Reihe; lass dich während des Lernens nicht davon ablenken.</p>	<p>2. Motivation</p> <p>Mach den Lernstoff möglichst interessant. Denke dir kleine Belohnungen aus, mach dir selbst eine Freude, nachdem du gelernt hast.</p>
<p>3. Wichtiges unterstreichen/herausschreiben</p> <p>Du kannst dir einen Text besser merken, wenn du einige Wörter unterstreichst oder herausschreibst.</p>	<p>4. Lerne auf mehreren Lernwegen</p> <p>Man kann Lernstoff mit den Augen, den Ohren und den Händen erfassen. Lies z. B. laut und schreibe Wörter, Vokabeln mehrmals. Baue dir Eselsbrücken in Form von Reimen, Bildern, Zeichnungen, Landkarten.</p>
<p>5. Abwechslung</p> <p>Dein Hirn braucht Abwechslungen. Lerne deshalb ähnliche Fächer nicht hintereinander. Wechsle auch zwischen Hausaufgaben und Lernen.</p>	<p>6. Pause</p> <p>Gewöhne dich an feste Lernzeiten und mache regelmäßig Pausen. Pausen erhalten frisch und verbessern die Konzentration.</p>
<p>7. Plane deine Lernzeit</p> <p>Teile den Stoff in Portionen auf. Hake ab, was du erledigt hast.</p>	<p>8. Wiederhole regelmäßig</p> <p>Dein Hirn braucht wie ein Sportler ein Fitnesstraining</p>
<p>9. Bergsteigerprinzip</p> <p>Nimm dir kleine Schritte vor, die dir Freude machen, wenn du sie erreicht hast.</p>	<p>10. Prüfe, ob das Gelernte sitzt</p> <p>Halte dir kleine Vorträge zum Lernstoff. Mach dir eine Quizfragensammlung. Erkläre jemanden, was du gelernt hast. Verwende eine Lernkartei.</p>