

Die 10 wichtigsten Lernregeln

1. Lerne möglichst immer am selben Platz

Gestalte deinen Arbeitsplatz so, dass du möglichst wenig abgelenkt wirst.
Auf der Schreibfläche sollte nur das liegen, was du gerade brauchst.
Achte darauf, dass beim Lösen kniffliger Aufgaben leise ist.
Lüfte regelmäßig.
Hefte Mitschriften und Arbeitsblätter sofort an der richtigen Stelle ab.

2. Beginne jeden Tag zur gleichen Zeit mit dem Lernen

Dein Körper gewöhnt sich daran und dein Gehirn stellt sich leichter auf konzentriertes Arbeiten.

3. Plane dein Lernen

Du sparst damit Zeit-gut geplant ist halb gelernt! Schau zuerst auf deinen Wochen-oder Tagesplan

4. Beginne das Lernen mit leichten Aufgaben

Wie ein Motor muss auch dein Gehirn warm werden, bis es seine Höchstleistung bringt.

5. Vermeide ähnliche Lernstoffe hintereinander zu lernen

So behältst du das Gelernte besser

6. Verwende möglichst viele unterschiedliche Lernwege

Lesen, Hören, Sehen und Schreiben sind die verschiedenen Lernwege.
Je häufiger du beim Lernen damit abwechselst, desto weniger ermüdest du und dein Gedächtnis freut sich.

7. Vermeide zu viel auf einmal zu lernen

Wenn du zu viel auf einmal lernst, vergisst du vieles schnell wieder. Dies gilt besonders für die Vorbereitung auf Klassenarbeiten.

8. Wiederhole am Anfang öfter

Dadurch prägst du dir das Gelernte schneller und besser ein.

9. Versuche den Lernstoff sinnvoll zu lernen

Wenn du den Sinn der Lerninhalte erfasst, lernst du sie leichter. Versuche zumindest die Kerngedanken in einen Zusammenhang zu bringen.
Gebrauche Eselsbrücken als Gedächtnisstützen, zB. Reime, Bilder oder Abkürzungen.

10. Vergiss die Pausen nicht

Sie sind zur Erholung wichtig.
Für die erste Stunde reichen zweimal 5 Minuten, damit du auch wieder den Einstieg findest.
Nach 1 1/2 Stunden brauchst du dann schon ca. 20 Minuten Pause, damit du nachher wieder konzentriert weiterarbeiten kannst.