



Herzlich willkommen zum ersten Workshop „Lernen lernen“!





- Start in den Schulalltag
 - Gesundes Frühstück, gesunde Jause
- Arbeitsplatz zu Hause
- Konzentration und Merkfähigkeit
 - Ursachen von Konzentrationsschwierigkeiten
- Lernorganisation zu Hause
 - Einstieg
 - Hausübung (Reihenfolge, mündlich – schriftlich, ...)



- Mein Tagesbeginn ...
Spiel und Arbeitsblatt



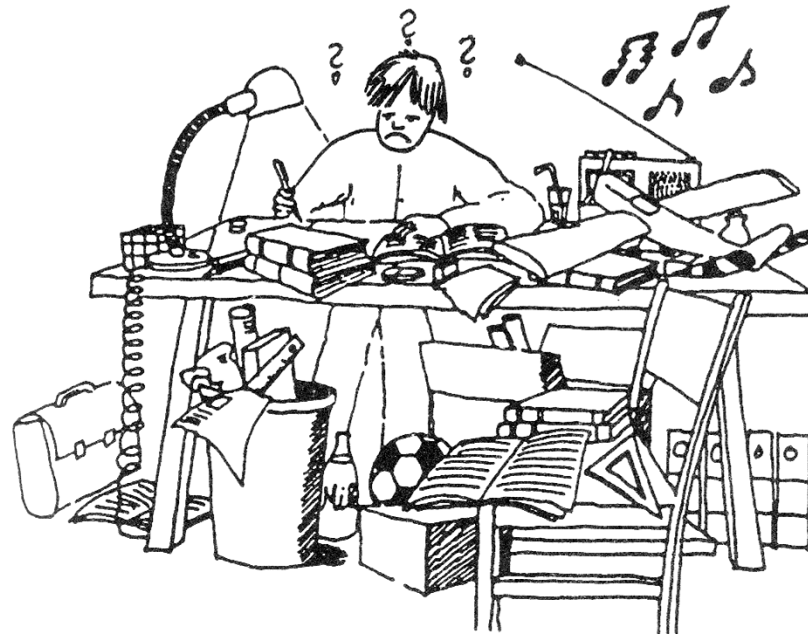


- Ein gesundes Frühstück und eine gesunde Jause gehören dazu



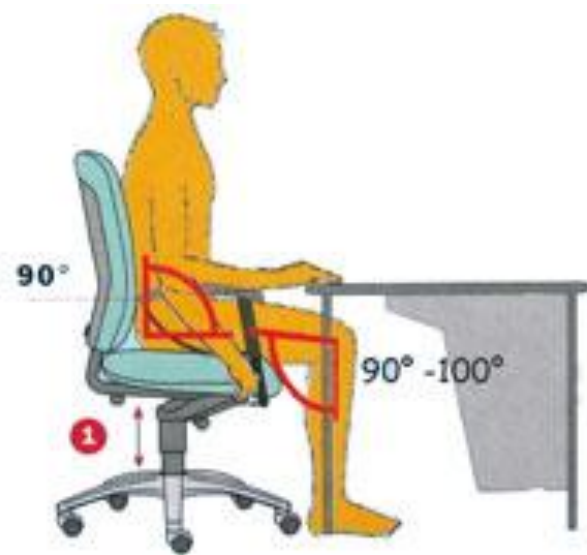


- Wie sieht dein Arbeitsplatz zu Hause aus?





- Sitzposition und richtige Beleuchtung





- Wochen-, Monats- Jahresplaner und Stundenplan, für Schularbeiten, Tests, Referate etc.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1 8:00-8:50	M Kp R 1s	Gwk St R 1s	Sp. Hr H2 Vb Kp H1	Schw. Hl Paed Schw Mk Paed Schw Mo Paed Schw Hr Paed	GtLa. Ga H5 GtLa Kl H5 GtLa Gl H4 GtLa Kp H5 GtLa St H4
2 8:55-9:45	E. Ma R 1s E Sy R 2b	D Do R 1s		E. Ma R 1s E Sy R 2s	Rk. Wa R 1s Re Pl R 1b TaF Sf Aula
3 9:50-10:40	Be Hi Host	E. Ma R 1s E Sy R 1b	Tew. Zh Host Tew Li Host Texw Gt Texw1	E. Ma R 1s E Sy R 2s	E. Ma R 1s E Sy R 1b
4 10:55-11:45		Biu Pt R 1s		M Kp R 1s	
5 11:50-12:40	Rk. Wa R 1s TaL Sf Aula	M Kp R 1s	M Kp R 1s	D Do R 1s	Gwk St R 1s
6 12:40-13:30	At. St H2 At Vo H1	Me Sh R 1s	D Do R 1s	Me Sh Me1	D Do R 1s
7 13:40-14:30	TaE Fn Essen	RisL. Uy R 3a TaE Sn Essen	TaE. Do TaE Ei Essen	TaE Ht Essen	TaE. Wm Essen
8 14:30-15:20	Biu Pt Biu1	TaL. Sn R 1t	TaL. Do R 1t	TaL. Wm R 1t	TaK. Wm Tab
9 15:20-16:10	TaL. Ga R 1t	TaL. Sn R 1t	TaL. Do	TaL. Wm R 1t	TaL. Wm R 1s
10 16:10-17:00	TaL. Fn R 1t	TaK. Gt Edv2 TaK Wb	TaK. Fn Tab	TaF. Wm Tab	

2012											
Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
1. Jan. 1. Sa. 1. So.	1. Feb. 1. Mo. 1. Di.	1. Mär. 1. Mi. 1. Do.	1. Apr. 1. Fr. 1. Sa.	1. Mai 1. So. 1. Jun.	1. Juni 1. Mo. 1. Di.	1. Juli 1. Mi. 1. Do.	1. Aug. 1. Fr. 1. Sa.	1. Sept. 1. So. 1. Okt.	1. Okt. 1. Mo. 1. Di.	1. Nov. 1. Mi. 1. Do.	1. Dez. 1. Fr. 1. Sa.

Der Jahresplaner wird gerollt verschickt als Paket!



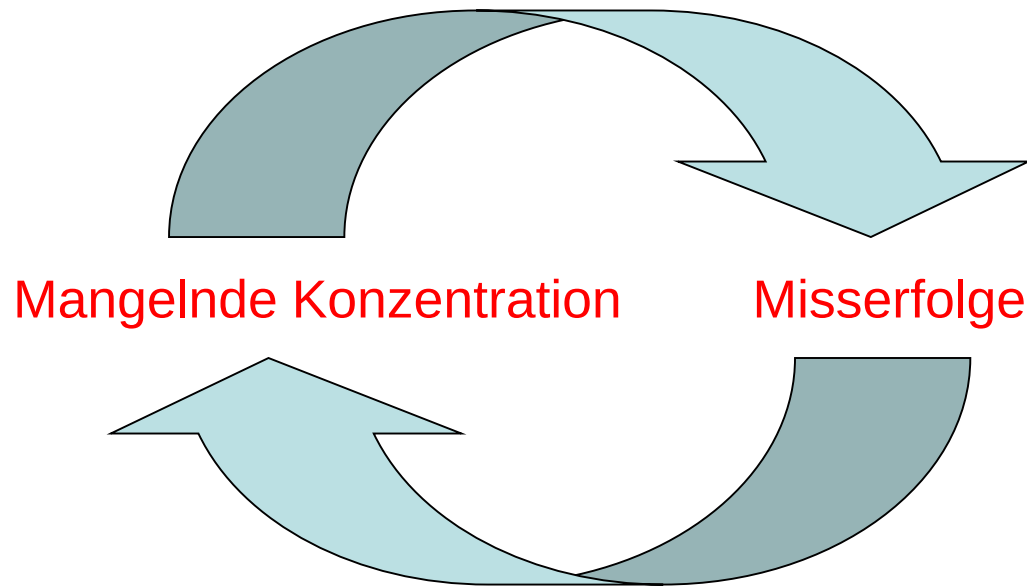
- Konzentrationsfähigkeit

- **Unfähigkeit zur Konzentration** ist bereits ein gesellschaftliches Problem
 - Zu viele Dinge (unter Zeitdruck) gleichzeitig erledigen
- Ursachen bei **jungen Menschen** meist:
 - Haben keine Lust zu auf (**Unlust!**)
 - Sehen den Sinn nicht (**Motivation!**)
 - Aber: Bei Computerspielen bleiben sie über einen langen Zeitraum sehr konzentriert (starker Reiz)!



- Konzentrationsprobleme

– Konzentrationsprobleme führen zu Misserfolg



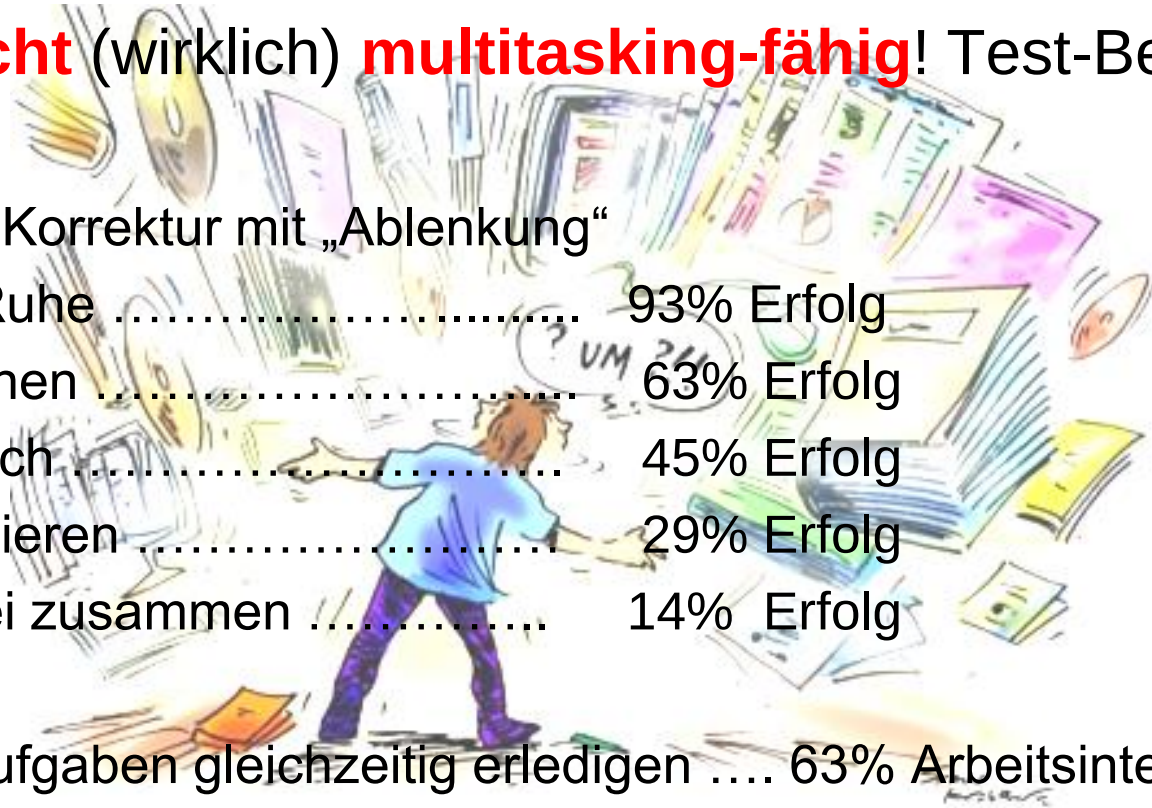


• Konzentrationsfähigkeit & Multitasking

wir sind **nicht** (wirklich) **multitasking-fähig**! Test-Beispiel:

Aufgabe Text-Korrektur mit „Ablenkung“

- totale Ruhe 93% Erfolg
- Fernsehen 63% Erfolg
- Gespräch 45% Erfolg
- Telefonieren 29% Erfolg
- Alle drei zusammen 14% Erfolg
- Zwei Aufgaben gleichzeitig erledigen 63% Arbeitsintensität





- Konzentrationsfähigkeit:
 - 2 x Lebensalter z. B.: 10 jähriger ca. 20 min
 - Ist ein Lernprozess und kann unterstützt werden:
 - Selbstdisziplin:
geregelter Tagesablauf, Aufgaben im Haushalt übernehmen
 - Angenehme Lernumgebung und Atmosphäre
 - Keine Störungen und Ablenkungen (!)
 - Ausreichend Schlaf, gesunde Ernährung
 - Regelmäßige Pausen etc.



• Ziel: Lernlust statt Lernfrust

- **Tipps:** im Heftchen S. 6
- **Steigerung der Konzentrationsfähigkeit:**



online z.B. <http://user.eduhi.at/teacher/Dokumente/deutsch/Microsoft%20Word%20-%20Konzentrationsuebungen.pdf> , oder gedruckte Ratgeber

Lückentext

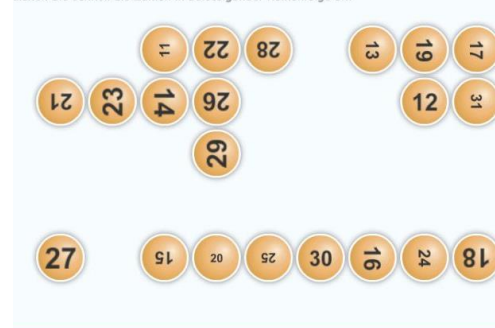
_ER D_S MO_G_NS _FÖ_LI_H SCH_UN_E_T, MI_
AGS _IC_T D_E ST_NE RU_Z_LT, AB_ND_ SI_G_
D_S_ AL_ES S_HAL_T, DE_W_RD H_ND_T
J_H_E _LT.

J_D_N _A_ M__T _U_L D_E S__U_E GE_
_N, _M_Z _ER_N. K_N_ST D_ D_R_ A_H
M_CHM_L _A_H_N?

V__L_EI__T M__HT D__ _IE_ER LÜ__NTE_T
sp_R__DE.

C _Ü__CH_ _I_ V_E_ S__SS __IM
K_OB__N

Klicken Sie schnell die Zahlen in aufsteigender Reihenfolge an:



Lies genau!

- 1) Ergänze das fehlende 4. Wort so, dass es sich zum 3. Wort verhält, wie das zweite zum ersten.

Bsp: *Mensch – Mund, Vogel – Schnabel*

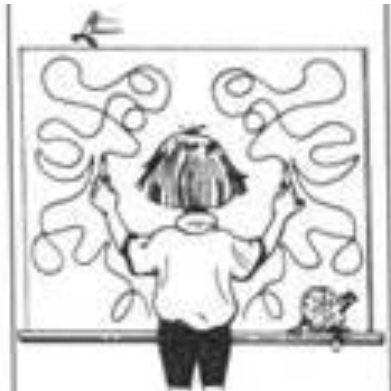
- | | |
|------------------------|-----------------|
| a) Nelke – Blume | Amsel – _____ |
| b) Block – Blatt | Haus – _____ |
| c) Lampe – Licht | Ofen – _____ |
| d) Vogel – Flügel | Mensch – _____ |
| e) Wärme – Thermometer | Zeit – _____ |
| f) Buch – Seite | Garten – _____ |
| g) Wort – Satz | Münze – _____ |
| h) Mensch – Nase | Elefant – _____ |



- Ziel: Lernlust statt Lernfrust

- Brain Gym® - Übungen (nach Dennison)

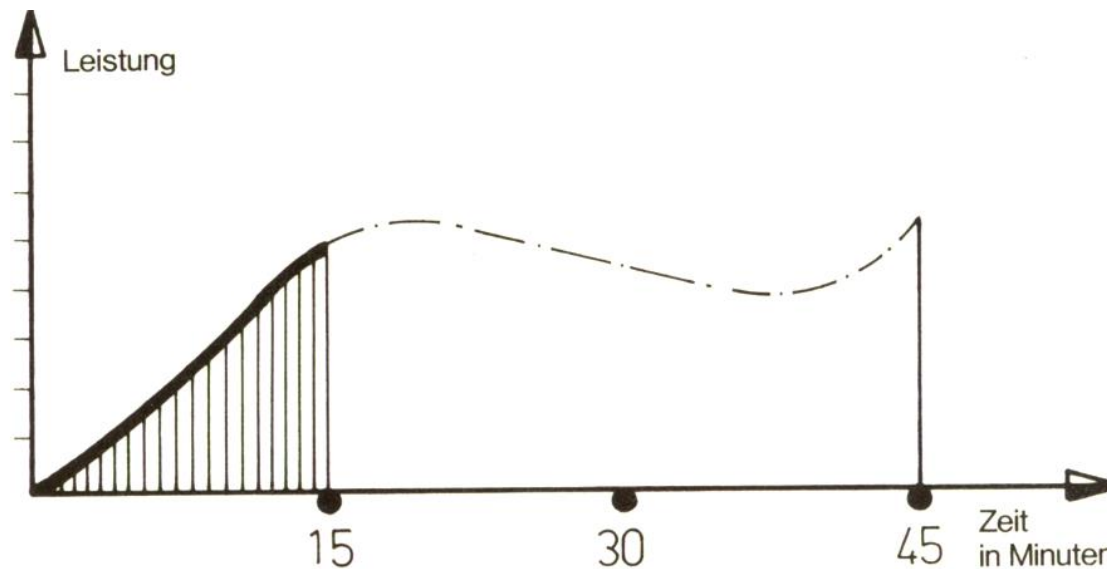
z. B. <http://www.hochweber.ch/kinesiologie/BG1.pdf>





• Lerneinstieg

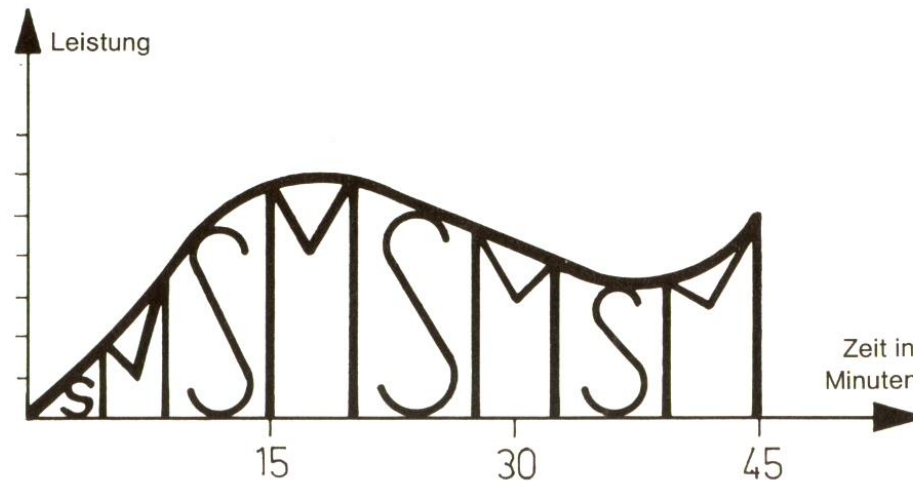
- Anfangs geringe Leistungsfähigkeit
- Aufwärmphase - Mit Leichtem beginnen





• Hausübungen

- Einteilung in „Portionen“ zu 15-30 min
- Reihenfolge: Leichtes u. Schwieriges und mündliche u. schriftliche Aufgaben abwechseln





- Zeiteinteilung:**
AUFGABENHEFT!

Nach Kopinitsch K.: Durchstarten. Lerntipps. In fünf Schritten zum Schulerfolg. Linz. 2007

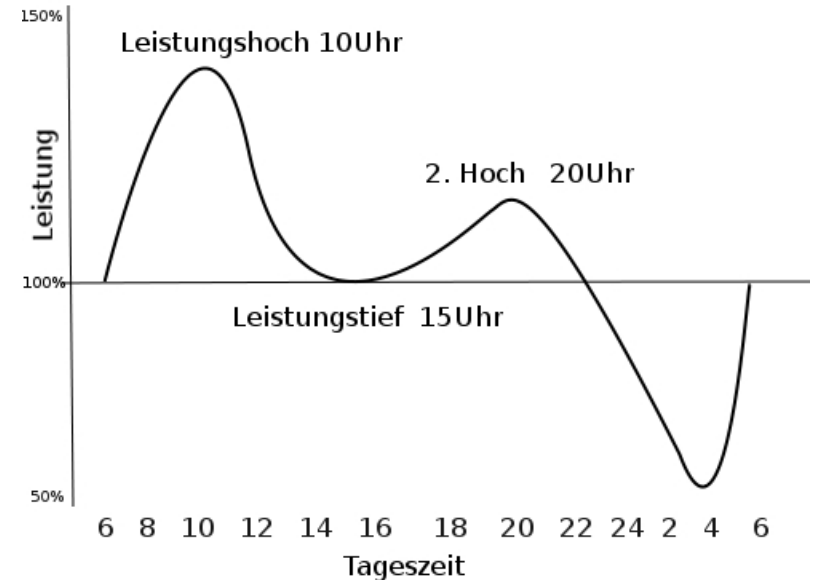
Wichtigkeit	Geplante Zeit	Aufgabe	Erledigt in
A	30	Mathematik Aufgaben 413 - 419	20 ✓
B Donnerstag	10	Engl. Vokabeln herausschreiben	10 ✓
C	20	Geographie Karte beschriften	

A: Sehr wichtig (heute zu erledigen) – **B:** bis $\Rightarrow$ **C:** - hat noch Zeit



• Tagesleistungskurve

- Arbeitszeit anpassen
- Feststehende Lernzeiten angewöhnen
- Lernen am Abend???
- "Plenus venter non studet libenter." (deutsch: "*Ein voller Bauch studiert nicht gern.*")





- **Pausen**

- **Arbeitszeit ist Lernzeit + Pausen**

- Formel: **Hausaufgabenzeit = 2/3 Arbeit + 1/3 Pause**

- Pausen bewirken Leistungssteigerung

- Pausen gleichmäßig verteilen



Wir danken
für Ihre
Aufmerksamkeit!