

Dirk Konnertz & Christiane Sauer

**Lernspaß**

**- fit in 30 Minuten**

K i d s a u f d e r Ü b e r h o l s p u r

Die Deutsche Bibliothek - CIP-Einheitsaufnahme

Ein Titeldatensatz für diese Publikation ist bei  
Der Deutschen Bibliothek erhältlich

Herausgeber: Das LernTeam, Marburg

Redaktion: Sandra Klaucke, Astrid Hansel, Frankfurt/Main

Layout, Illustrationen, Titel: Ulf Marckwort, Kassel

Layout, Satz: Frank Werner, Kassel

Druck und Verarbeitung: Salzland Druck, Staßfurt

© 2000: GABAL Verlag GmbH, Offenbach

3. Auflage 2005

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise,  
nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags.

Hinweis:

Dieses Buch ist sorgfältig erarbeitet worden. Dennoch erfolgen  
alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autoren noch Verlag können  
für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch  
gemachten Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.

Printed in Germany

[www.gabal-verlag.de](http://www.gabal-verlag.de)

ISBN 3-89749-072-2

Dieses Buch ist so konzipiert worden, dass du in kurzer Zeit erfährst, wie erfolgreiches Lernen funktioniert.

- Jedes Kapitel beginnt mit drei zentralen Fragen, die im Verlauf des jeweiligen Kapitels beantwortet werden.
- Nach jedem Kapitel werden die wichtigsten Inhalte noch einmal zusammengefasst.
- Am Ende des Buches geben wir dir einen Gesamtüberblick in Form von 7 (plus 1) starken Lerntipps.

Da dieses Buch so klar und deutlich strukturiert ist, kannst du es immer wieder zur Hand nehmen, um schnell die für dich interessanten Teile zu wiederholen. Das Stichwortregister wird dir dabei eine zusätzliche Hilfe sein.

<b>Hallo und herzlich willkommen!</b>	6
<b>1. Wie lerne ich richtig?</b>	8
Der Computer in deinem Kopf	10
Welcher Lerntyp bist du?	13
Strategien für die Lerntypen	17
<b>2. Lernstrategien für schlaue Köpfe</b>	20
Einen Überblick verschaffen	22
Mind Maps gestalten	26
Lernen mit der Lernkartei	30
<b>3. Konzentriert zur Sache</b>	34
Das Gehirn startklar machen	36
Das Arbeitsumfeld gestalten	38
Hausaufgaben locker schaffen	42
Pausen machen und relaxen	45

<b>4. Den Lernerfolg planen</b>	48
Ziele sind wichtig!	50
Der persönliche Zielplan	52
Schließ einen Vertrag mit dir!	55
<b>7 (plus 1) starke Lerntipps</b>	58
Bücher, Spiele, Internet-Adressen	61
Stichwortregister	62



## Hallo und herzlich willkommen!

Misserfolg und Frustration in der Schule entstehen meistens dann, wenn Schüler nicht wissen, wie sie lernen sollen. Auch bei dir werden Motivation und Spaß beim Lernen nur dann entstehen, wenn du weißt, wie du richtig lernen kannst. Findest du deine persönlichen Erfolgsstrategien beim Lernen, sparst du nicht nur Zeit, sondern lernst auch effektiver und damit erfolgreicher. Je mehr Erfolgserlebnisse du hast, umso besser kannst du auch mit Stress, Angst und Frustration umgehen. Das gute Gefühl, auf dem richtigen Weg zu sein, wird dir dabei helfen.

Damit du in Zukunft weißt, wie es besser geht, wollen wir dir helfen, folgende wichtige Fragen zu beantworten:

- Wie kann ich Lernstoff besser verstehen und behalten?
- Wie kann ich das Wichtige aus Texten herausfiltern?
- Wie kann ich mich über einen längeren Zeitraum konzentrieren?
- Zu welcher Zeit und an welchem Ort soll ich lernen?
- Wie erreiche ich das, was ich mir vorgenommen habe?
- Was kann ich gegen „Null Bock“-Stimmung beim Lernen machen?

Dieses Buch soll dir dabei helfen, deine weniger Erfolg bringenden Gewohnheiten beim Lernen abzulegen und durch neue Erfolg bringende Strategien zu ersetzen. Dazu stellen wir dir eine Reihe von Methoden und Techniken vor, die du leicht verstehen und schnell umsetzen kannst.

### **Aufbau des Buches**

- Im *Kapitel 1* erläutern wir dir die Funktionsweise deines Gehirns und deines Gedächtnisses. Du erfährst mit Hilfe eines Tests, welcher Lerntyp du bist und welche Strategien für deinen Lerntyp die besten sind.
- Erfolgreiche Lernstrategien zur Textarbeit, Ideensammlung, Gliederung und Wiederholung stellen wir dir in *Kapitel 2* vor.
- Wie du in Zukunft konzentrierter und zeitsparender lernen kannst, erfährst du in *Kapitel 3*. Dort geht es neben einfachen „Aufwärmübungen“ für dein Gehirn um die Gestaltung deines Arbeitsplatzes und die geschickte und effektive Planung deiner Lernzeit.
- In *Kapitel 4* zeigen wir dir, wie wichtig die Planung deiner schulischen Ziele ist. Denn nur wenn du weißt, was du erreichen möchtest, hast du auch wieder Spaß am Lernen.

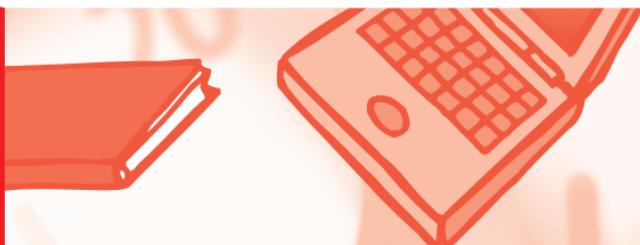
**Viel Erfolg wünschen dir**  
**Dirk Konnertz & Christiane Sauer**  
([www.lernteam.de](http://www.lernteam.de))

# 1. Wie lerne ich

## richtig?



Wie funktioniert dein ganz persönlicher Lerncomputer?



Wie gelangt der Lernstoff in dein Gehirn?



Wie kannst du dir deinen Lernstoff besser und länger merken?



Du nimmst deine Umgebung vorwiegend über deine fünf Sinne wahr, nämlich über das:

- Sehen (visuell),
- Hören (auditiv),
- Fühlen (kinästhetisch),
- Schmecken (gustatorisch) und
- Riechen (olfaktorisch).

Auch am Lernen sind deine Sinne beteiligt. Jüngere Schüler lernen noch sehr stark über das Fühlen bzw. das Gefühl. Ab der 5. Klasse sind jedoch vorwiegend visuelle und auditive Fähigkeiten beim Lernen gefragt. Diese Umstellung ist wichtig, um z. B. mit abstrakten Lerninhalten umgehen zu können, um Tabellen, Diagramme und Schaubilder zu verstehen, um sich schnell einen Überblick über eine bestimmte Sache oder ein Thema zu verschaffen und um den Worten der Lehrer und Mitschüler folgen zu können. Besonders erfolgreich lernst du dann, wenn du möglichst viele Sinne dabei benutzt – darüber sind sich Mediziner, Gehirnforscher, Pädagogen und viele weitere Experten einig. Das Erfolgsrezept besteht also darin, über möglichst viele Zugangskanäle (Sehen, Lesen, Hören, Fühlen, Schreiben etc.) den Lernstoff im Gedächtnis zu verankern.

Wir möchten dir nun zeigen, wie du richtig lernen kannst, dabei Erfolg und obendrein auch noch Spaß haben wirst.

e lerne ich

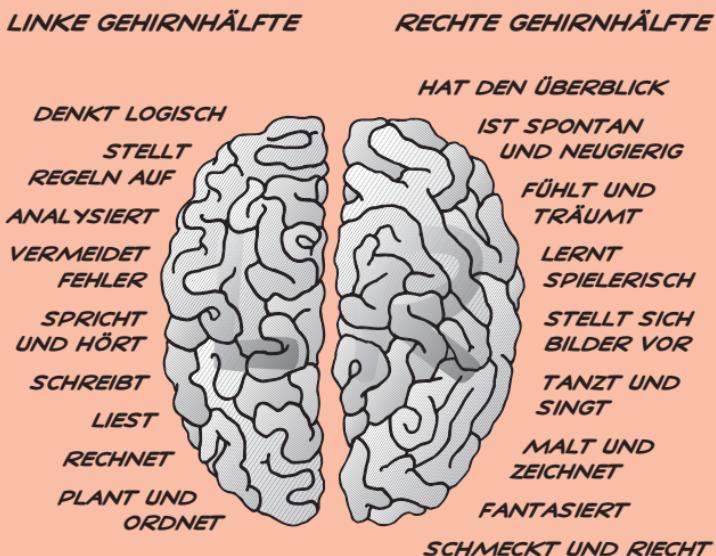
## Der Computer in deinem Kopf

Dass Lernen mit allen Sinnen so effektiv ist, liegt an der Funktionsweise deines persönlichen Lerncomputers – also an deinem Gehirn und deinem Gedächtnis.

### Die Hardware: linke und rechte Gehirnhälften

Dein Großhirn besteht aus zwei Hälften. Jede Gehirnhälfte ist das Steuerungszentrum für bestimmte Fähigkeiten, Wahrnehmungen und Tätigkeiten.

Die folgende kleine Grafik soll dir die Funktionsweise des Gehirns modellhaft verdeutlichen.



Vor allem in den schulischen Hauptfächern wird vorwiegend mit der linken Gehirnhälfte gelernt. Wenn du aber beide Hälften in Anspruch nimmst, dann lernst du mit voller Kraft und somit wesentlich schneller und intensiver.

**Tipp:**

Wenn du deine Vokabeln in dein Vokabelheft schreibst, sie liest, laut sprichst und vielleicht auch noch von Kassette hörst, dann lernst du zwar schon auf vielen Wegen, aber doch noch nicht mit voller Kraft.

Überleg dir zusätzlich Beispielsätze mit den zu lernenden Wörtern, mach dir zu jeder Vokabel ein Bild (beim Wort „table“ kannst du dir z. B. einen ganz bestimmten Tisch vorstellen), zeichne einen Tisch und schreibe darauf „table“, mache eine passende Bewegung (bei „table“ kannst du z. B. auf einen Tisch klopfen), denk dir eine Melodie zu deinem Satz aus etc. So lernst du ganzhirnig. Deshalb ist es übrigens auch einfach, Songtexte zu behalten, denn sie sind immer auch mit einem Rhythmus und einer Melodie (rechte Gehirnhälfte) verbunden.

Lernstoff, der über möglichst viele Wege in dein Gehirn gelangt, kannst du auch besser und länger behalten. Dies hängt mit der Funktionsweise deines Gedächtnisses zusammen.