

**Vortrag zum Thema „Lernen lernen“
am 22.10.25 um 19.00 Uhr**

1 Aktuelle Situation

2 Wie funktioniert Lernen?

**3 Wie können Eltern ihr Kind
unterstützen?**

4 Fragen?

Meinungen von Schülerinnen und Schülern zum Lernen:

„Man muss sehr intelligent sein, um erfolgreich zu lernen.“

„Lernen kann keinen Spaß machen.“

„Man kann nicht alle Fächer gleich gut lernen.“

Elternmeinungen zum Lernen:

„Er sitzt den ganzen Tag am Schreibtisch.“

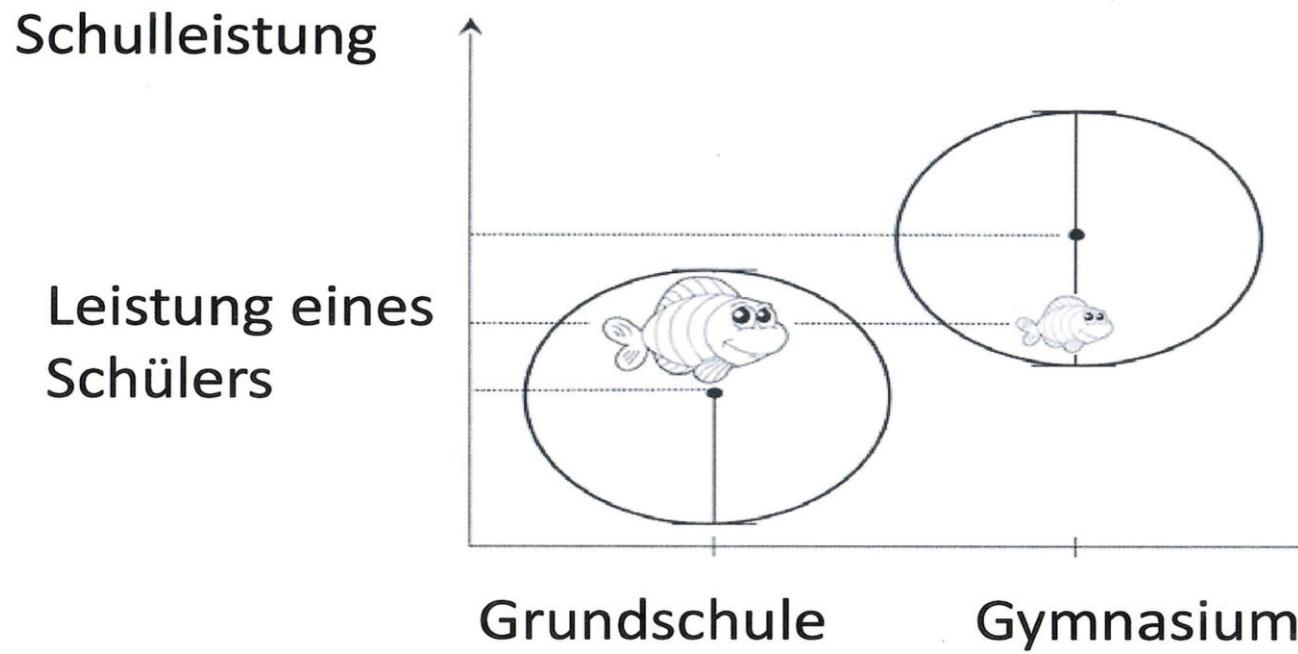
„Wir kriegen uns jeden Tag wegen der Hausaufgaben in die Haare.“

„Kein Wunder, dass meine Tochter kein Mathe kann, in Mathe war ich in der Schule auch immer schlecht.“

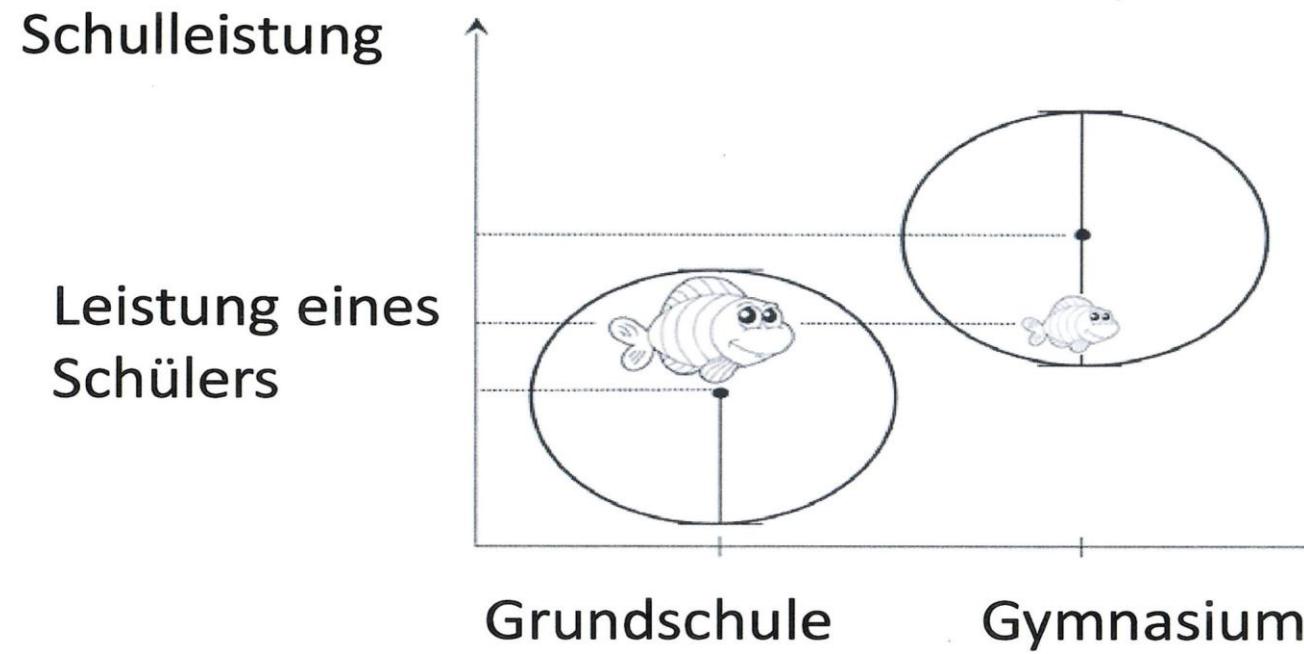
1 Aktuelle Situation

Studie der Uni Würzburg (2021)

Der Mangel an Lern- und metakognitiven Strategien (Überwachung und Steuerung des eigenen Lernprozesses) ist eine Ursache für die Entwicklung von Underachievement bei (hoch)begabten Jugendlichen



Big Fish Little Pond - Effekt



Little Fish Big Pond - Effekt

2 Wie funktioniert Lernen?

- Struktur (innere und äußere)
- Zeitmanagement
- Wiederholungen

3 Arten von Lernstrategien:

- Stützstrategien
- Kognitive Strategien
- Metakognitive Strategien

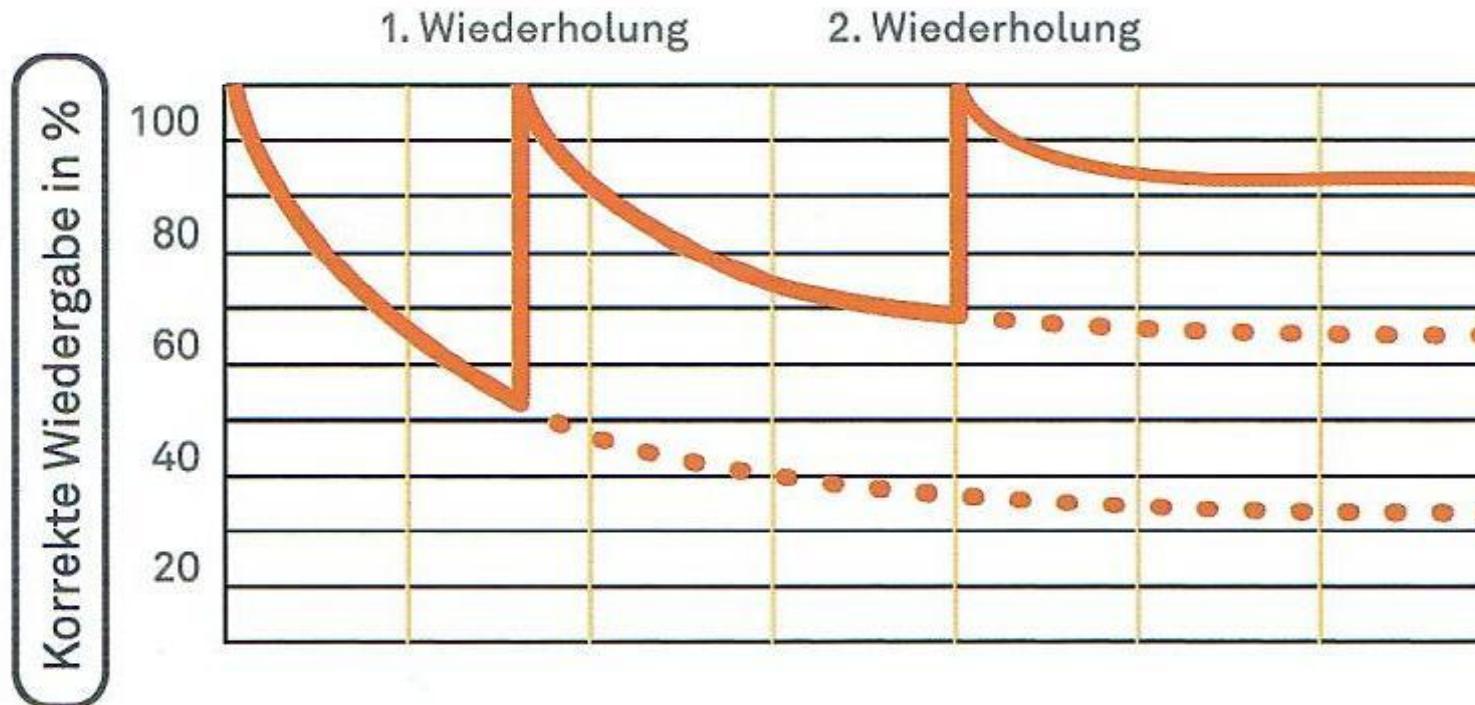
Stützstrategien (um gute Voraussetzungen für das Lernen zu schaffen):

- Ruhiger, aufgeräumter Arbeitsplatz
- Keine Ablenkung
- Fester Zeitplan (mit Pausen!)

Kognitive Strategien (um Wissen zu erarbeiten und zu strukturieren):

- Texterschließen (z.B. PQ4R-Methode)
- Vokabellernen (Wortfelder, Verknüpfung, Wiederholung)
- Hausaufgaben (Zeitplan, Reihenfolge)
- Schulaufgabenvorbereitung (Zeitplan => metakognitive Strategien)

Vergessenskurve nach Ebbinghaus (1885):



Metakognitive Strategien (um das eigene Lernen zu überwachen):

- sich abfragen lassen
- jemand anderem den Stoff erklären
- sich den Lernstoff selbst vorsagen
- Übungsaufgaben dazu lösen
- eine Mindmap oder ähnliches erstellen
- Beispiele suchen
- ...

Außerdem:

Lernen ist mit Emotionen verknüpft

- ⇒ Steuerung der Motivation
- ⇒ Ideal: positive Einstellung zum Lernen
- ⇒ NEUGIER!

3 Wie unterstütze ich mein Kind?

Stützstrategien:

- Gemeinsam Arbeitsplatz herrichten
- Keine Ablenkung => seien Sie ein **HIRTE**:
kein Handy, Internet, Radio, TV, Elektronisches Spielzeug
- Gemeinsam mit Kind festen Zeitplan für die Hausaufgaben und das Lernen erstellen, genügend Pausen (mit Bewegung) einplanen!
- Genug Schlaf

Kognitive Strategien:

- Texterschließen:

Viel mit dem Kind lesen, sich Gelesenes nacherzählen bzw. zusammenfassen lassen, Fragen stellen und beantworten, echtes Interesse zeigen

- Vokabellernen:

ca. 8-10 neue Vokabeln pro Tag lernen (und 10 wiederholen), Verknüpfungen zu den Vokabeln suchen, Vokabeln auch schreiben, bis zu 5mal wiederholen, visualisieren, mit Bewegung verbinden

Kognitive Strategien:

- Hausaufgaben:

Wochenplan, Reihenfolge festlegen, abwechselnd leichte und schwere HA, schriftliche zuerst, keine 2 Fremdsprachen hintereinander, günstige Arbeitszeit finden, Pausen mit Bewegung dazwischen

in der 5. Klasse: maximal 1,5 h pro Tag

Am Ende immer:

Büchertasche für den nächsten Tag packen (Spind?)

Kognitive Strategien:

- Schulaufgabenvorbereitung:

1 Woche vorher beginnen, Zeitplan, Stoff zum Wiederholen und Üben gleichmäßig verteilen, letzten Tag vor SA frei lassen, Lernzeit max. 1,5 h pro Tag, nicht am Stück, Stoff verknüpfen, mit metakognitiven Strategien überwachen

ABER NICHT VERGESSEN!

Lernen für die Schule ist nicht alles im
Leben ihres Kindes.

Beratungsteam:

- Beratungslehrer Herr Becker
marcus.becker@schulen.nuernberg.de
- Schulpsychologin Frau Schlögl
sabine.schloegl@schulen.nuernberg.de
- Schulpsychologin Frau Hofweller
kathrin.hofweller@schulen.nuernberg.de

Ansprechpartner für alle Schülerinnen und Schüler und deren Eltern z.B. bei:

- Fragen zur Schullaufbahn
- Lern-, Leistungs- und Verhaltensschwierigkeiten
- Anwendung von Arbeitsmethoden
- Probleme bei Konzentration und Motivation
- Prüfungsangst
- Lese- und/oder Rechtschreibstörung
- Familiäre und erzieherische Fragen ...

Alle Gespräche beim Beratungsteam sind

- kostenfrei
- freiwillig
- neutral
- vertraulich

Coaching

- Klasse 5a: Frau Engel
- Klasse 5b: Frau Metzger
- Klasse 5c: Herr Schreiner
- Klasse 5d: Frau Andrä
- Klasse 5m: Frau Asbach

=> Zweimal pro Woche Gruppencoaching

Inhalt des Coachings in der 5. Klasse:

- Ankommen am Gymnasium
- Ressourcenorientiertes Coaching
- Kompetenzspinne (Feedback von Lehrkräften)
- Lerncoaching
- jederzeit: Besprechen von Problemen

Wichtig:

Coaching ist ...

- keine Nachhilfe!
- freiwillig!

**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**

Quellen:

- S. Rietzler, F. Grolimund: Clever Lernen, Hogrefe-Verlag, Bern 2018
- M. Krengel: Bestnote, Eazybooks-Verlag, Berlin, 2019
- H. Hardeland: Lerncoaching und Lernberatung, Schneider-Verlag, Baltmannsweiler, 2017
- A. Woolfolk: Pädagogische Psychologie, Pearson-Verlag, Hallbergmoos, 2014
- M. Hasselhorn, A. Gold: Pädagogische Psychologie, Kohlhammer-Verlag, Stuttgart, 2013