

10 TIPPS FÜR DEINEN LERNERFOLG

1 Setze dir Ziele, vertraue auf dich selbst und gib nicht auf, bis du dein Ziel erreicht hast.

Dazu eine kleine Geschichte:

Die Geschichte von den Fröschen

Es war einmal eine Gruppe von Fröschen, die einen Wettlauf veranstalteten. Ihr Ziel war es, die Spitze eines hohen Berges zu erreichen. Viele Zuschauer und Zuschauerinnen hatten sich bereits versammelt, um diesen Wettlauf zu sehen. Sie waren besonders neugierig, denn von ihnen glaubte niemand so recht, dass es von den Fröschen auch nur einer schaffen könnte, den hohen Berg zu bezwingen. Dann endlich – der Wettlauf begann.

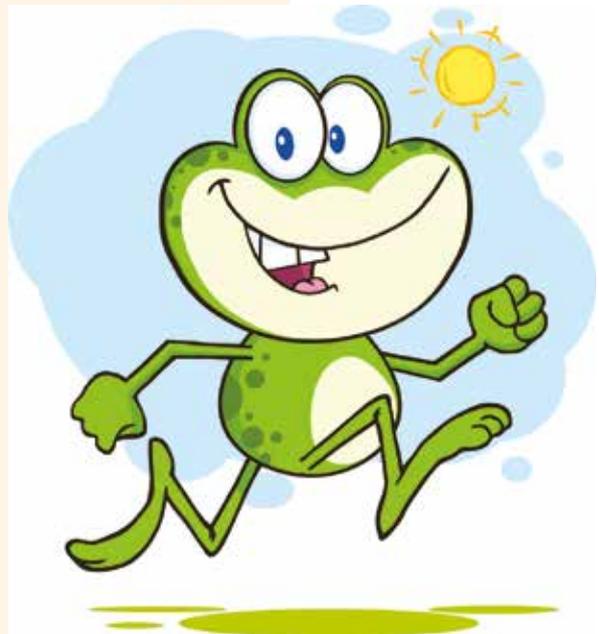
Die Zuschauer und Zuschauerinnen beobachteten die Frösche eine Weile, doch bald schon schüttelten sie die Köpfe und riefen: „Ach, das schaffen die doch nie! Das ist doch viel zu anstrengend! Sicher erreicht kein einziger Frosch das Ziel! Das werden die NIE schaffen!“

Die Frösche hörten die Zurufe und begannen an sich selbst zu zweifeln. Bald gaben die ersten auf. Und je länger die Zusehenden riefen: „Diese armen Frösche, niemals werden sie auf dem Berg ankommen! Die Anforderungen sind viel zu hoch! Das ist UNMÖGLICH!“, desto mehr Frösche gaben auf. Bald waren nur noch wenige auf dem Weg.

„Gebt doch lieber auf!“, schrie das Publikum immer lauter und schließlich gaben auch die letzten auf, außer einem, der sich nicht beirren ließ. Er lief und hüpfte so lange, bis er schließlich am Ziel ankam.

Das Publikum konnte es kaum fassen, dass es ein Frosch geschafft hatte und alle wollten mit dem Sieger reden. Doch da stellte sich heraus, dass der Frosch taub war.

Quelle: Überliefertes Volksgut, frei nacherzählt.



Nenne die Gründe, warum manche Frösche aufgegeben haben und einer nicht. Überlege, welche Bedeutung diese Geschichte hat. Tauscht euch in der Klasse aus.

digi.schule/
GDLL156A1

1 Welche Ziele setzt du dir in diesem Schuljahr?

Ich passe im Unterricht auf.

Ich mache meine Hausübungen.

Ich räume den Schreibtisch auf.

Ich schaffe Ordnung in meiner Schultasche.

Ich behalte meine Termine im Auge.

digi.schule/
GDLL156A2

2 Wie sehr vertraust du darauf, dass du es auch schaffen kannst? Hake an.

- Ich schaffe es sicher nicht.
- Ich schaffe es wahrscheinlich nicht.
- Ich kann es schaffen.
- Ich schaffe es ganz sicher.

2 Motiviere und belohne dich.

Wenn du einmal keine Lust zum Lernen hast und doch lernen musst, dann setze dir eine Belohnung aus, auf die du dich freuen kannst, wenn du mit dem Lernen fertig bist. Mache Bewegung oder Sport in deinen Lernpausen, das kann sehr motivierend sein und regt die Gedächtnisleistung an. Oder freue dich auf deinen Lieblingssong in der Pause. Auch das Lernen mit Freunden und Freundinnen macht das Lernen oft viel spannender.

*Überlege, was deine Lernlust wecken könnte. Was motiviert dich?
Schreibe in die Luftballons jene Faktoren, die dich beim Lernen motivieren.*



3
 Denke positiv vor Prüfungen und Tests, denn Angst hilft nicht und Jammern hilft auch nicht.

Dazu wieder eine kleine Geschichte:

Jammern vor der Schularbeit

Es war einmal eine Schulklasse, in der hatten die Mädchen und die Buben große Angst vor Schularbeiten. An Tagen, an denen ein Test oder eine Mitarbeitüberprüfung geschrieben wurde, herrschte eine sehr bedrückte Stimmung in der Klasse. Alle jammerten und klagten: „Oh, ich kann das bestimmt nicht!“, hörte man eines der Mädchen. „Bestimmt kommt wieder etwas, was ich nicht gelernt habe!“, meinte ein Bub. „Es ist alles so schwierig und ich kenne mich überhaupt nicht aus“, jammerte ein anderes Mädchen. „Oh, ich bin ja so nervös! Bestimmt fällt mir gar nichts ein“, meinten andere wieder. „Ich konnte gar nicht schlafen!“, sagte ein schüchterner Bub und ein Mädchen meinte darauf: „Und mir ist ganz schlecht!“ Und so ging das die ganze Zeit.



Ein Mädchen beobachtete eine Zeit lang das Treiben der Schüler und Schülerinnen und fasste dann einen Entschluss. Beim nächsten Test packte diese Schülerin große, rote Ohrenstöpsel aus ihrer Schultasche aus und stopfte sich die Ohren zu.

digi.schule/
GDLL1S8A1

1 Jetzt die Frage an dich: Warum hat sie das wohl getan? Hake die richtige Antwort an.

- Sie hatte Ohrenschmerzen.
- Sie wollte ihre neuen Ohrenstöpsel herzeigen.
- Sie wollte sich besser konzentrieren und das Gejammere der anderen nicht hören.
- Sie wollte positiv denken und die anderen störten sie dabei.

Gedanken erschaffen Gefühle. Wenn du vor einer Prüfung positiv denkst, dann fühlst du dich besser und kannst besser denken.

digi.schule/
GDLL1S8A2

2 Hake nun die positiven Gedanken an.

- Ich kann das nicht.
- Ich schaffe es.
- Es ist so schwer.
- Ich kann es.
- Ich bin ruhig und gelassen.
- Ich bin gut vorbereitet.
- Bestimmt fällt mir nichts ein.

LÖSUNG | Seite 2

Wie willst du in Zukunft vor einer Schularbeit denken? Gestalte drei Kärtchen mit positiven Gedanken, die dich vor der Schularbeit motivieren können.

4 Fehler gehören zum Lernen dazu. Jeder darf Fehler machen.

Was zählt, sind nicht die Fehler, sondern das, was wir daraus lernen. Aus Fehlern wird man klug, drum ist einer nicht genug.

Also lerne aus deinen Fehlern und vergiss sie dann.



5 Stelle Fragen, denn wer fragt, lernt dazu und wird klüger.

Wer Fragen stellt, bekommt auch Antworten und somit Klarheit. Denn was du nicht verstanden hast, das kannst du dir auch nicht merken.

Wenn du eine Frage stellst, dann bringt dir das folgende Vorteile:

- Die Antworten auf deine eigenen Fragen prägen sich besonders gut ein. Schließlich willst du es ja wissen.
- Fragen helfen dir zu verstehen.
- Fragen machen den Unterricht interessanter.
- Fragen bedeuten Interesse und das freut jeden Lehrer und jede Lehrerin.





6 Lerne nicht alles auf einmal. Teile deine Lernstoff in Lernportionen ein und teile auch deine Zeit richtig ein.

Teile deinen Lernstoff in kleine Lernportionen ein und erstelle dir einen Zeitplan.



Beobachte dich selbst.

- Wie lange brauchst du, um den Lernstoff von einer A4-Seite zu lernen?
- Wie viele Seiten musst du lernen?
- Wann solltest du mit dem Lernen beginnen?
- Zu welcher Tageszeit kannst du gut lernen?
- Wann ist deine Konzentration am besten?

7 Stress verhindert Lernerfolg.

Sorge dafür, dass du rechtzeitig zu lernen beginnst und nicht unter Zeitdruck gerätst. Auch wenn du dich müde oder krank fühlst, kannst du nicht gut lernen.

Also gehe rechtzeitig schlafen und lerne, wenn du fit bist. Nur wer sich wohlfühlt, kann sich gut konzentrieren. Wenn du Probleme oder Streit hattest, dann versuche eine Lösung herbeizuführen, bevor du lernst.

Sorge auch für Ruhe beim Lernen und wenn du die Hausübung machst. Lärm und laute Musik lenken dich nur unnötig ab. Ein Türschild mit „Bitte nicht stören“ kann schon helfen.

