

Tipps zum Üben

Sinnvoll üben will gelernt sein

Sicher berücksichtigst du von den folgenden 18 Tipps schon einige. Markiere sie grün. Nimm jeden Tag einen neuen dazu, dann bist du bald ein Meister im Üben.

Tipp 1: Erledige deine Hausaufgaben an einem Arbeitsplatz, an dem du ungestört bist.

Tipp 2: Sorge für Ruhe! Du kannst bei Lärm oder Musik nicht wirklich gut lernen.

Tipp 3: Verabrede dich mit Freunden erst nach den Hausaufgaben.

Tipp 4: Verbanne ablenkende Dinge vom Schreibtisch.

Tipp 5: Richte alle Arbeitsmittel in „Reichweite“ am Arbeitsplatz her. Wer hat Lust zu lernen, wenn er ständig aufstehen und suchen muss?

Tipp 6: Erledige die Hausaufgaben gleich am Nachmittag des Tages, an dem der Stoff behandelt wurde.

Tipp 7: Wiederhole am Nachmittag den in der Schule gelernten Stoff. Damit verhinderst du, dass die „Vergessenskurve“ massiv absinkt.

Tipp 8: Lege nach 45 Minuten Konzentration eine Pause von 5 bis 10 Minuten ein. Ein geöffnetes Fenster ist ein optimales Pausenprogramm.

Tipp 9: Nimm dir eine feste Startzeit vor. Du schiebst sonst das Lernen immer weiter auf.

Tipp 10: „Ein voller Bauch studiert nicht gern.“ Iss deshalb vor dem Lernen nicht zu viel.

Tipp 11: Beteilige möglichst viele Sinne am Lernprozess. Lerne Gedichte z. B. laut und benutze PC-Übungsprogramme, bei denen du die Sprache auch hörst.

Tipp 12: Teile den gesamten Lernstoff in „Lernportionen“ ein. Das kommt deinem Gedächtnis entgegen, denn man kann immer nur ein kleines Bündel von Informationen behalten. Außerdem hilft es, die Übersicht zu bewahren. Du siehst zudem bereits nach kurzer Zeit Erfolge, das ermutigt.

Tipp 13: Belohne dich selbst, sobald du eine Lernportion hinter dir hast, indem du dir etwas Gutes gönnst. – Aber beginne keinesfalls ein PC-Spiel. Das lässt dich nicht mehr los.

Tipp 14: Lerne möglichst keine ähnlichen Stoffgebiete nacheinander. Die Gefahr, dass du dann das Gelernte durcheinanderbringst, ist groß.

Tipp 15: Lerne niemals zu viel an einem Tag, z. B. vor der Klassenarbeit. Verteile das Lernen vielmehr auf mehrere Tage. Übe lieber jeden Tag 2 Stunden als an einem Tag bis tief in die Nacht. Die Behaltensteistung ist bei verteiltem Lernen viel höher.

Tipp 16: Dein Lernerfolg hängt auch davon ab, was du im Unterricht mitgeschrieben hast. Gestatte deine Hefteinträge übersichtlich und genau. Wenn du im Unterricht nicht fertig geworden bist, schreibe sie von einem Mitschüler ab oder nutze die Zeit nach dem Unterricht.

Tipp 17: Bewahre alte Hefte übersichtlich auf. Oft musst du die Grundlagen aus einer früheren Klasse noch einmal nachschauen.

Tipp 18: Spiele Lehrer und überlege dir Fragen oder Aufgaben, die du stellen würdest.