

# Schülerlernregeln

## ➤ **Plane dein Lernen**

Du sparst dir damit Zeit, denn gut geplant, ist halb gelernt!  
Schau auf deinen Wochen-/ Tagesplan und schon kann's losgehen.

## ➤ **Beginne jeden Tag zur gleichen Zeit mit dem Lernen**

Dein Körper gewöhnt sich daran, und dein Gehirn schaltet leichter auf konzentriertes Arbeiten.

## ➤ **Beginne das Lernen mit leichten Aufgaben**

Wie ein Motor braucht auch dein Gehirn eine Aufwärmphase bis es Höchstleistungen bringt.

## ➤ **Vermeide ähnliche Lernstoffe hintereinander zu lernen**

Dadurch überlistest du dein Gedächtnis und verhinderst, dass du viel und schnell vergisst.

## ➤ **Verwende möglichst viele unterschiedliche Lernwege**

Lesen, Hören, Sehen sind die verschiedenen Lernwege; je häufiger du beim Lernen damit wechselst, je weniger ermüdest du. Wenn du sie beim Lernen für ein Fach alle einsetzen kannst, umso mehr freut sich dein Gedächtnis.

## ➤ **Wechsle zwischen schriftlicher und mündlicher Arbeit ab**

So kannst du noch länger konzentriert arbeiten.

## ➤ **Vermeide zu viel auf einmal zu lernen**

Wenn du zu viel auf einmal lernst, vergisst du doppelt so schnell.

## ➤ **Wiederhole am Anfang öfters**

Dadurch prägt sich das Gelernte schneller und besser ein.

## ➤ **Versuche den Lernstoff sinnvoll zu lernen**

Versuche die Lerninhalte in Sinnzusammenhänge zu bringen, so lernst du sie leichter. Ist das nicht möglich, so gebrauche Gedächtnisstützen.

## ➤ **Vergiss die Pausen nicht!**

Sie sind zur Erholung wichtig. Für die erste Stunde reichen zweimal 5 Minuten, damit du auch wieder den Einstieg findest.