

Die Top-Ten-Tipps fürs Lernen!



1. Lernplanung

Lege dir einen Kalender zu, in den du regelmäßig alle Schularbeiten und Prüfungen einträgst. Teile dir den Lernstoff ein und beginne rechtzeitig mit dem Lernen. Lege dafür eine regelmäßige Lernzeit fest.

2. Erholung

Versuche immer, erholt und entspannt zu lernen. Iss nach der Schule erst mal zu Mittag, verbringe dann etwa 20 Minuten an der frischen Luft, erst dann kann es losgehen.



3. Lernunterlagen

Führe deine Unterlagen vollständig und ordentlich. Schreibe leserlich, gliedere deine Mitschrift mit Überschriften, unterstreiche Wichtiges.

4. Arbeitsplatz

Halte deinen Arbeitsplatz stets in Ordnung. Räume Dinge, die dich ablenken zur Seite. Sorge für gutes Licht und stelle ein Glas Wasser bereit.



5. Ruhe

Sorge für eine ruhige Lernatmosphäre. Musik, Fernsehen und Handy haben Pause!

6. Abwechslung

Lerne ähnliche Fächer (etwa Sprachen) grundsätzlich nicht hintereinander.

7. Pause

Lege regelmäßig kurze Lernpausen ein.



8. Wiederholung

Wiederhole den Lernstoff immer wieder und teile ihn dir so ein, dass am Tag vor einer Prüfung nichts Neues mehr dazukommt.

9. Stress

Lerne, mit Stress umzugehen. Setze dir ein Zeitlimit bei Übungsaufgaben.



10. Lernkontrolle

Prüfe immer wieder, ob du das Gelernte noch weißt. Sage es laut auf, lasse dich abfragen, erkläre es deinen Eltern oder Freunden