

# Wie lerne ich?

Wer weiss, wie er oder sie lernt, weiss schon viel! Je mehr Du über Dein Lernverhalten weißt, desto leichter fällt es Dir, es zu verbessern. Überlege, was Du im nächsten Halbjahr verbessern kannst – und wiederhole diese Selbstkontrolle regelmässig.

Darauf kommt es an:	Das mache ich:	Das könnte ich verbessern:
Ein <b>Hausaufgabenheft</b> führen (selbstständig, regelmässig).		
Meinen <b>Arbeitsplatz</b> einrichten (ein guter Ort, alles Wichtige ist vorhanden).		
<b>Wochenplan:</b> Ich weiss, was ich an welchem Tag zu tun habe und fange frühzeitig mit Prüfungsvorbereitung an. (Ich plane auch Freizeit und Pausen!)		
Ich schütze meine <b>Konzentration</b> (Störer ausschalten; Handy aus dem Lernraum!) oder mache eine Konzentrationsübung vor dem Lernen.		
Ich halte <b>Ordnung</b> in Heften, Arbeitsblättern.		
Ich lerne möglichst <b>abwechslungsreich</b> und kenne <b>gute Lernmethoden</b> .		
Ich übe mich in <b>Ausdauer</b> und kann auch mal Unlust überwinden (5-Minuten-Trick!*)		

\*5-Minuten-Trick: Stell einen Küchenwecker auf fünf Minuten und fang einfach mal an zu lernen. Vielleicht macht es ja plötzlich Spass oder ist zumindest erträglich nach fünf Minuten? Wenn es mal gar nicht geht, hörst Du halt auf und fängst etwas später noch einmal an. Fortgeschrittene wenden den 10-Minuten-Trick an.