

# Informationen für deine Lernplanung

---

Wenn du auf Klassenarbeiten und auf den Schulunterricht gut vorbereitet sein willst, ist vielleicht ein Lernplan passend für dich. Mit einem Lernplan strukturierst du dein Lernen, nimmst dir „Lernhäppchen“ vor, kontrollierst und bewertest deine Leistungen.

Wenn du einen Lernplan langfristig, konzentriert und regelmäßig nutzt, werden sich deine Leistungen bestimmt etwas verbessern. In jedem Fall kannst du stolz sein, dass du konsequent daran gearbeitet hast, dich zu verbessern.

Hierbei ist es eine gute Idee, deine Eltern oder andere Lernpartner bei der Erstellung des Lernplans und beim anschließenden Lernen, sozusagen als Unterstützer oder „Motivatoren“ zu nutzen.

## Warum einen Lernplan erstellen und dein Lernen dokumentieren?

Du wiederholst bzw. lernst:

- ... den im Unterricht behandelten Stoff.
- ... regelmäßig und machst dir Gedanken über den Lernprozess (= Reflexion).
- ... dich zu überprüfen. (Was habe ich verstanden, welche Zusammenhänge sind mir nicht ganz klar geworden?)
- ... dich realistisch einzuschätzen.
- ... dein Arbeitsverhalten und deine Leistungsfähigkeit noch besser kennen.
- ... für dich passende (= individuelle) Lern- und Arbeitsmethoden kennen.
- ... dich mit Lernpartnern oder Eltern, die dich beim Lernen unterstützen, auszutauschen.

## Was ist wichtig, wenn du einen Lernplan erstellst?

- **Feste und regelmäßige Lernzeiten festlegen.**
- **Nicht zu lange Lernphasen**
- **Erreichbare Lernziele setzen (also nicht zu viel Lernstoff und nicht zu schwierige Inhalte).**
- **Kleine Pausen oder auch „Belohnungen“ nach einer guten Lernphase einbauen.**

## Wie kannst du starten?

- Arbeitsplatz vorbereiten und „gemütlich einrichten“!
- Benötigte Arbeitsmaterialien vorbereiten/ hinlegen!  
(Buch, Hausaufgabenheft/ Schulplaner, Stift, Lineal, Textmarker, Schreibblock, Karteikarten etc.)
- Arbeitsplanung: Verschaffe dir zunächst einen Überblick!  
Was ist wichtig? Steht eine Klassenarbeit oder ein Test an? Was willst du wiederholen?  
Welchen Lernpartner/ Unterstützer wählst du aus?

- Lese die Lerninhalte zunächst in Ruhe durch und frage dich, was du noch nicht so richtig verstanden hast!

Mach dir eine Notiz oder ein Zeichen (zum Beispiel ein Fragezeichen) an jede Stelle, an der du etwas nicht verstanden hast. Außerdem könntest du wichtige Inhalte mit einem Textmarker markieren. Versuche im Anschluss, die Fragen bzw. die Fragezeichen zu klären (bei Bedarf im Team mit deinem Lernpartner oder deinen Eltern).

- Hilfreich ist es auch, den Lernstoff zusammenzufassen, beispielsweise in Form einer Mind-Map, einer Tabelle, einer Lernkarte oder auf einer Karteikarte (mit Daten, Fakten oder Vokabeln). Gib deinem Lernen gerne viel Kreatives, indem du Farben, Textmarker, Formen, Linien etc. benutzt!

Warum „kreativ“ arbeiten? Damit die Lerninformationen in dein Langzeitgedächtnis gelangen und du sie möglichst lange behältst. Denn, wenn dein Gehirn Informationen mit Farben, Bildern, Geschichten, Formen, „Zusammenfassungen“ und natürlich auch mit Emotionen (z.B. Freude) verknüpft, gelangen die Lerninformationen einfacher in dein Langzeitgedächtnis.

## Information für Eltern

Zeigen Sie möglichst viel Interesse am Lernstoff und am Lernprozess Ihres Kindes. Unterstützen Sie Ihr Kind und versuchen Sie stets, Lernstress und Druck zu reduzieren. „Stress und Druck mindert die Konzentration und letztlich den Lernerfolg!“. Der Lernprozess sollte für Ihr Kind insgesamt ein spannungsfreies und positives Erlebnis sein.

Begleiten Sie ihr Kind beim Lernen, suchen Sie das Gespräch zum Thema Lernen, fragen Sie nach, kontrollieren Sie „nett ohne Druck zu erzeugen“ und lassen Sie sich Lerninhalte von Ihrem Kind erklären. Versuchen Sie nicht immer, in eine Lehrerrolle bzw. „Ich weiß es besser und erkläre es dir-Rolle“ zu gehen. Wenn ihr Kind die Lerninhalte selber erklären muss, merkt es viel besser, ob die Inhalte verstanden sind. Gleichzeitig wird das Selbstbewusstsein gestärkt.

Außerdem: „Echtes Lob schadet nie!“. Motivieren Sie auch bei kleinen Erfolgen und loben Sie den guten Arbeitseinsatz Ihres Kindes!

Überlegen sie auch, womit Sie Ihrem Kind eine Freude machen können, wenn das Lernen gut funktioniert. Hierbei sollte nicht nur die Note im Vordergrund stehen, sondern gerade der Arbeitseinsatz beim regelmäßigen Lernen. Geld kann ein Anreiz für Kinder/ Jugendliche sein, sollte jedoch nicht die einzige Art der Belohnung darstellen (Wichtig ist es auch zu klären, wie das Geld verwendet wird.). Natürlich können einige Euros als Belohnung für eine gute Note in der Klassenarbeit angeboten werden. Aber, ist es nicht wertvoller, mit dem Kind gemeinsam etwas Interessantes einzukaufen oder einen Gutschein zu vergeben?! (Beispiele für Belohnungen: Eine gemeinsame Unternehmung, ein spannendes „kleines“ Gesellschaftsspiel, das am Abend gemeinsam gespielt wird. „Kleine Spiele“ gibt es oft schon für wenige Euros. Etwas zum Basteln oder Tüfteln. Eine interessante Zeitschrift. Einen Gutschein für „Popcorn und einen Filmwunsch für den gemeinsamen Filmabend“). Sicher fällt Ihnen noch einiges „Kreatives“ für ihr Kind ein.

## Links

Ideen für Gutscheine/ Gutscheine erstellen:  
[www.kikisweb.de/ausdrucken/gutscheingenerator/gutscheine.htm](http://www.kikisweb.de/ausdrucken/gutscheingenerator/gutscheine.htm)



# Lernplan erstellen

- **Druck dir den Lernplan aus** und beschrifte ihn mit deinen Daten!
- Lege zunächst **zwei Lerntermine** für die kommenden Wochen fest!

WANN lernst du?  
WIE LANGE lernst du?

- **Plane** dein Lernen!

WAS willst du mit WELCHER Methode (-> durch Wiederholen, Zusammenfassungen erstellen, mit einem Lernpartner offene Fragen durchsprechen, Übungsaufgaben durcharbeiten) erreichen?

- **Bewerte** deine Arbeitsleistung!

WIE zufrieden bist du mit deinem Lernen?

**MEIN LERNPLAN** Name: ..... Zeitraum dieses Lernplans: .....

- Meine grundsätzlichen Ziele für das kommende Schulhalbjahr sind:
- Ich will folgende Fähigkeiten erweitern bzw. mich in folgenden Fächern verbessern:
- Meine Lernzeiten sind an folgenden Tagen zu den folgenden Zeiten:  
Lerntag 1: ..... Lernzeit: .....  
Lerntag 2: ..... Lernzeit: .....

Trage jeweils eines der Zeichen in die Tabelle ein, an denen du dein Lernplanziel erreicht hast!

 Lernziel erreicht	 Lernziel fast erreicht	 Lernziel nicht erreicht
--	--	--

Alternativ kannst du auch eine Note von 1 – 6 notieren, um deine Arbeit einzuschätzen.

Viel Erfolg !