

SO WIRST DU ERFOLG
IN DER SCHULE
HABEN



4 STRATEGIEN
DIE DICH ZUM ZIEL BRINGEN

Haus der Nachhilfe

So wirst du Erfolg in der Schule haben

von

M. Mohsen

-2-

Copyright 2015 bei Haus der Nachhilfe - Mehr Infos auf www.haus-der-nachhilfe.de

Herzlichen Glückwunsch

Mit dem Herunterladen dieses eBooks hast du das Recht erworben,
dieses eBook zu vervielfältigen und kostenlos zu verteilen.

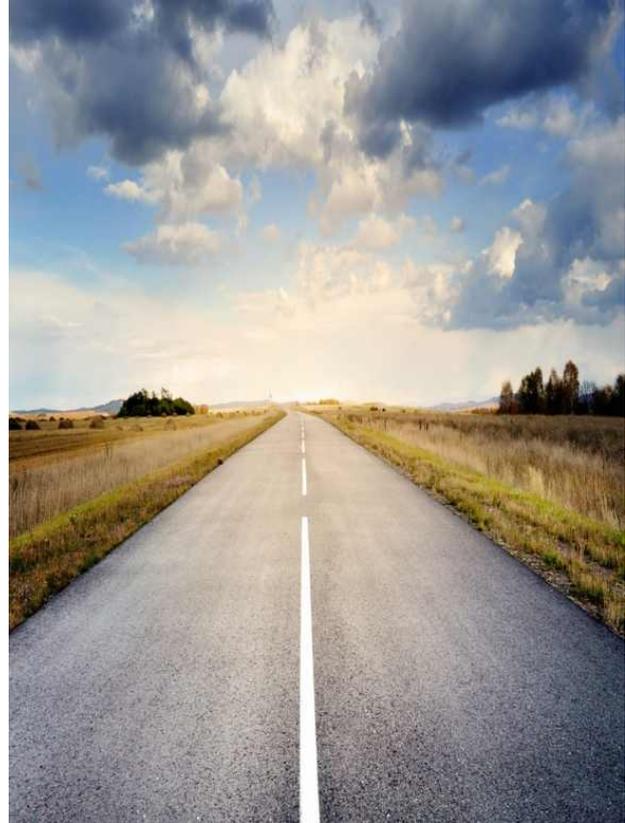
Einzigste Voraussetzung: Inhalt und Links dürfen nicht verändert werden.

Viel Spaß beim Lesen und Anwenden.

Kapitel 1

Einführung

Erste Schritte zum Ziel – Was dich hier erwartet



-4-

Weißt du eigentlich wie viele Stunden du als Schüler insgesamt mit Lernen verbringst?

Lass uns dies gemeinsam berechnen.

Du gehst von Montag bis Freitag circa sechs Stunden täglich zur Schule. Das sind 30 Stunden in der Woche. Ein Schuljahr hat 52 Wochen. Davon sind 12 Wochen Ferien. Also hast du 40 Wochen Schule. Somit sitzt du etwa 1200 Stunden jedes Schuljahr im Unterricht und lernst.

Nun kommt noch die Zeit hinzu, die du für deine Hausaufgaben, für das Vorbereiten auf Klassenarbeiten oder das Lernen von Vokabeln daheim benötigst. Gehen wir mal großzügig von einer Stunde täglich aus (Ferien sind nicht mitgerechnet). So kommen zusätzlich ungefähr

200 Stunden Lernen hinzu.

Also $1200 + 200 = 1400$ Stunden – das ist eine Menge Zeit, die du mindestens pro Schuljahr mit „Lernen“ verbringst. Meinst du nicht auch?

Wenn du nun 9, 10, 11, 12 oder 13 Jahre zur Schule gehst, wirst du sicherlich schnell erkennen, dass du dich sehr lange mit dem Lernen beschäftigen musst. Und wir reden hier nur von Schulzeit. Lernen findet schließlich auch nach der Schule statt, ob nun im alltäglichen Leben, in der Ausbildung, im Studium oder im Beruf.

Beantworte dir mal selbst die Frage, ob es dann nicht doch Sinn macht, sich näher mit dem Thema Lernen auseinanderzusetzen und sich zu

überlegen, wie man sein eigenes Lernen verbessern kann.

Zu den größten Herausforderungen im Schulalltag gehört es, die komplexe Menge an Lernstoff zu bewältigen. Das schafft nur, wer konzentriert und organisiert lernt.

Aber wie lernt man das Lernen?

In diesem kleinen E-Book stelle ich dir vier wichtige Lerntechniken vor, um dein eigenes Lernen zu optimieren und langfristig zu verbessern. Probiere sie aus und du wirst sehen, dass dir mit etwas Geduld das Lernen mit Hilfe einiger dieser Techniken leichter fällt und sogar Spaß machen kann.

Kapitel 2

Dein optimaler Arbeitsplatz

*Ordnung auf dem Schreibtisch schafft mehr Platz
im Kopf*



-7-

Copyright 2015 bei Haus der Nachhilfe - Mehr Infos auf www.haus-der-nachhilfe.de

Ob bei den Hausaufgaben, in Mathe oder beim Vokabel lernen – am Schreibtisch verbringst du viele Stunden deiner Schullaufbahn.

Deshalb ist es wichtig darauf zu achten, dass dein Arbeitsplatz ordentlich und übersichtlich gestaltet ist. Denn wer Ordnung hält, der schafft auch Ordnung im Kopf wodurch wiederum das Lernen viel schneller funktionieren kann. Nun zeige ich dir, wie du deinen perfekten Arbeitsplatz einrichten kannst.

Deine Ausstattung

Wenn der Zahnarzt keinen guten Bohrer oder der Frisör keine scharfe Schere besitzt, können beide auch keine guten Ergebnisse erzielen. Das gilt für jeden, auch für dich. Wenn Stifte und das Geodreieck fehlen, kannst du die Hausaufgaben

nicht erledigen. Hast du weder ein Lexikon noch Zugang zum Internet, wirst du dein Referat nicht gut vorbereiten können.

Sorge zuerst dafür, dass Nachschlagewerke (z.B. Duden, Lexika, etc.), Schreibutensilien (z.B. Füller, Bleistifte, Farbliner, Holzstifte, Radiergummi, Geodreieck, Zirkel), Locher, Tacker, Ordner und Lernmaterial (z.B. Karteikarten) vorhanden sind.

Arbeitsumgebung

Emotionen sind mit unseren Gehirnleistungen eng miteinander verbunden. Das heißt, je wohler du dich an deinem Arbeitsplatz fühlst, umso besser lernst du. Das bedeutet aber nicht, dass du den TV in deinem Zimmer anmachen oder die Musikanlage laut aufdrehen sollst.

Motivierende Poster/ Bilder können das Lernen fördern.

Viele Schüler hören neben den Hausaufgaben oder beim Lernen Musik. Musik kann motivierend wirken. KANN! - heißt in dem Fall Musik ohne Gesang. Radio oder Musik mit Gesang verwirren dich nur beim Lernen.

G i b S t ö r e n f r i e d e k e i n e C h a n c e !

Computerspiele, Essensreste vom Vortag, Comics, die Konsole liegen auf dem Tisch. Erkennst du deinen Schreibtisch wieder!?

So mancher Schreibtisch sieht eher nach einem Spiel-Tisch aus. Diese Störenfriede lenken dich nur ab. Dein Arbeitsplatz ist zum Arbeiten

gedacht, alles andere hat darauf nichts zu suchen. **Räume auf!**

Lärm ist ein weiterer Lernablenker: Musik aus dem Nebenzimmer, tobende Geschwister, der Fernseher aus dem Wohnzimmer etc. Sage deiner Familie, wann du lernen möchtest. Ich bin mir sicher, dass sie dann Rücksicht auf dich nehmen werden.

Du solltest dich von Anfang an gewisse Abläufe gewöhnen. Wenn du mit dem Lernen fertig bist, räume auf.

Wenn du vor dem Lernen immer große Aufräumaktionen starten musst, dann hast du schon viel Zeit und Energie verschwendet.

Kapitel 3

Deine Zeiteinteilung

*„Es ist nicht zu wenig Zeit, die wir haben,
sondern es ist zu viel Zeit, die wir nicht nutzen“*



-10-

Copyright 2015 bei Haus der Nachhilfe - Mehr Infos auf www.haus-der-nachhilfe.de

Deine Zeiteinteilung ist beim Lernen das A und O. Kennst du folgende Situationen:

Situation 1

Du sitzt am Schreibtisch, blätterst in deinem Heft, morgen steht eine wichtige Klassenarbeit an und du schaust auf die Uhr und denkst, ich werde nicht fertig und die Angst vor der Klassenarbeit steigt.

Situation 2

Du stehst morgens auf, schnelles oder gar kein Frühstück, auf zur Schule, Schulschluss um 13.00 Uhr, manchmal auch erst um 15.00 Uhr oder noch später, nach Hause, Essen, dann schnell Sachen für den Sportverein oder die Musikschule packen. Nach Hause, 20.00 Uhr und keine Lust etwas für die Schule zu tun.

Wenn diese Situation dir öfters bekannt ist dann empfehle ich dir, damit aufzuhören und deine Nerven und die deiner Mitmenschen nicht auf diese Weise zu strapazieren :-).

Nun zeige ich dir, wie du dich selbst am besten aufs Lernen vorbereiten kannst.

1. Schritt: Die Vorbereitung

Wie sieht dein Arbeitsplatz aus? Hast du Geodreieck, Zirkel und Stifte? Liegt dein Essen vom Vortag noch auf deinem Schreibtisch? Pfeift dein Whatsapp? Lies dir den Abschnitt über den „optimalen Arbeitsplatz“ durch.

2. Schritt: Die Aufgabeneinteilung

Den größten Fehler den du nun machen kannst ist, ohne Planung und ohne einen Überblick über den Lernstoff „darauf loszulernen“. Hier läufst du Gefahr, den Lernstoff in deiner verbleibenden Zeit nicht richtig zu überblicken oder zu meistern.

Verschaffe dir einen Überblick über den Lernstoff, schau in dein Schulheft und in deine Bücher und überlege, was du noch nicht so gut kannst und auch, was du schon verstanden hast.

Achte auch genau darauf, was der Lehrer sagt. Oft geben sie ja bereits Hinweise, die dir verraten was abgefragt wird. Überlege nun, was von all diesen Dingen am wichtigsten ist.

Erstelle dir einen Wochenplan. So hast du immer

einen Überblick über deine Ziele und kannst stets überprüfen, was du bereits geschafft hast und was noch zu tun ist. Mit so einem Plan kannst du die verbleibende Zeit viel besser einschätzen und planen.

Beispiel: Woche 23 (30.06 -06.07)

:-)	Mo	Die	Mi	Do	Fr	Sa So
08-13	Schule	Schule	Schule	Schule	Schule	
13-14	Essen	Essen	Essen	Essen	Essen	
14-15	Freizeit	Schule	Hausi	Freizeit	Hausi	
15-16	Hausi	Schule	Musikverein	Hausi	Problemfach z.B.M.	
16-16.30	Pause	Freizeit	Frz-Vokabeln	E-Vokabeln	Sport	
16.30-17	E-Vokabel	Problemfach z.B. M.	Freizeit	Freizeit		

Wie bereits erwähnt, ist dieser Plan nur ein Beispiel. Nicht jeder kommt um 13.00 Uhr von der Schule nach Hause und nicht jeder hat in Mathe oder Latein seine Schwierigkeiten. Du musst dir deinen eigenen Plan erstellen und diesen auf deinen Tag/Woche abstimmen.

3. Schritt: Finde deine Lernzeit

Wissenschaftler haben herausgefunden, dass unser Gehirn zwischen 8.00 und 12.00 Uhr morgens und dann wieder zwischen 16.00 und 19.00 Uhr am fittesten ist.

Ab 12.00 bis ca. 16.00 Uhr benötigt dein Gehirn eine kleine Pause, besonders nach dem Mittagessen, denn die Leistung zum Lernen nimmt während dieser Zeit ab.

Von ca. 16.00 bis 19.00 Uhr geht es dann wieder bergauf und das Gehirn kann nochmals richtig gut arbeiten.

Ab 21.00 Uhr kann man bei den meisten Menschen beobachten, dass die Lernfähigkeit nicht mehr so hoch ist wie zuvor.

Nun ist allerdings jeder Mensch anders. Viele lernen am liebsten und besser am späten Abend oder in der Nacht und können sich morgens oftmals nur schwer konzentrieren, während andere wiederum morgens besser lernen können.

Du musst nun selbst herausfinden, wann du am besten lernen kannst. Dazu solltest du dir einige Tage lang notieren, wann du lernst und

wie du deinen Lernerfolg dabei einschätzt.

Merkst du zum Beispiel selbst, dass du stets um 13.30 Uhr etwas müde wirst und dir nicht mehr viel merken kannst, so mache diese Zeit einfach zu deiner Pausenzeit.

4. Schritt: Pausen sind wichtig!

Vergiss nicht, dass du dir selbst auch Pausen gönnen musst! Ohne Pausen wirst du viel schneller müde und unaufmerksam. Plane kurze Pausen von ca. 3-5 Minuten, längere Pausen von 5-15 Minuten und auch Pausen, die bis zu einer Stunde dauern ein.

In den kurzen Pausen kannst du mal aufstehen, dir die Beine vertreten und darüber nachdenken, ob du den Stoff der letzten Stunden überhaupt

verstanden hast. Öffne kurz das Fenster – gönne deinem Gehirn etwas Sauerstoff.

Als Lernzeit kannst du dir merken:

Nach 30 min.: 5 min. Pause

Nach 1 Std.: 10 min. Pause

Nach 1,5 Std.: 15 min. Pause

Nach 2 Std.: mindestens 30 min. Pause

Kapitel 3

Die Lerntechniken

Das „Lernen“ lernen



Die Loci-Methode

Hast du dich schon einmal gefragt, wie Gedächtniskünstler es schaffen sich so viel auf einmal zu merken? Viele von ihnen nutzen die Loci Methode - und du kannst das auch!

Diese uralte, schon im antiken Griechenland verwendete Methode macht Sinn, wenn du dir Informationen in einer bestimmten Reihenfolge merken musst wie zum Beispiel für einen freien Vortrag.

Dazu brauchst du zuerst eine feste Route: Der Weg zur Schule, ein Gang durch die Wohnung - du kannst sogar deine Körperteile von oben nach unten benutzen. Wichtig ist, dass du die Reihenfolge der Routenpunkte genau kennst. Nun ordnest du der Reihe nach jede Information

einem der Routenpunkte zu. Versuche dabei, die Informationen zu visualisieren. Wenn du nun im Geist die Route abläufst, fallen dir die Informationen in der richtigen Reihenfolge ein.

Aufgabe: Du musst dir folgende Begriffe in der richtigen Reihenfolge merken:

Fußball, Füller, Schokoriegel, Kerze, Seife, Handtuch, Fotoapparat, Flasche, Zeugnis

Schritte 1: Lege deine Route fest

a) Schulweg-Route

Deine Route lautet beispielsweise:

- Haustür
- Gartentor
- Brücke
- Ampel

- Kirche
- Schule

Schritt 2: Verbinde deine Route mit den Begriffen

Haustür = Fußball

Gartentor = Füller

Brücke = Schokoriegel

Kiosk = Kerze

Ampel = Seife

Schule = Handtuch

Schritt 3: Erfinde eine lustige Geschichte

Ich öffne meine Haustür und da liegt ein Fußball.

Ich nehme den Ball mit und laufe zum Gartentor, plötzlich fällt mein Füller auf den Boden. Ich hebe ihn wieder auf und mach mich auf den Weg zur Schule. Auf der Brücke entdecke ich ein

neues Plakat von einem Schokoriegel. Am Kiosk angekommen, frage ich mich seit wann die denn Kerzen verkaufen. Bestimmt weil bald Weihnachten ist. An der Ampel merke ich wie meine Hände wieder anfangen zu jucken – ich muss mir eine andere Seife kaufen. In der Schule angekommen, gehe ich erst mal in das WC und wasche mir die Hände. Danach trockne ich mit dem Handtuch meine Hände ab.

b) Körperroute

Deine Route lautet beispielsweise: (kannst du auch kürzen oder verlängern)

- Kopf
- Hals
- Schulter
- Bauch

- Hüfte
- Po
- Schenkel
- Knie
- Fuß

Aufgabe: Nenne die neun Planeten unseres Sonnensystems

Lösung: *Merkur, Venus, Erde, Mars, Jupiter, Saturn, Uranus, Neptun und Pluto*

Mögliche Körperroute:

Fuß = Merkur

Knie = Venus

Schenkel = Erde

Po = Mars

Hüfte = Jupiter

Bauch = Saturn

Schulter = Uranus

Hals = Neptun

Kopf = Pluto

So könnte eine Geschichte aussehen:

Ich sitze am Strand und gönne meinen Füßen eine Meeres-Kur. Dann gehe ich in die Knie um eine Venusmuschel aufzuheben. Etwas Erde :-) fiel dabei auf meine Schenkel. Ich hocke mich auf meinen Po und merkte dass ich noch in der Tasche ein Mars – Riegel hatte. Yuppie, ich war so glücklich über den Riegel und lies meine Hüften vor Freude kreisen.....

Jetzt seid ihr dran :-) Erzählt die Geschichte weiter.

Karteikarten

Das Lernen mit Karteikarten ist besonders effektiv, da du beim Schreiben der Karten schon eine ganze Menge lernst. Das liegt daran, dass du dich für das Ausfüllen einer Karteikarte umfassend mit dem Lernstoff beschäftigen musst.

Nützlich sind sie vor allem, um sich Vokabeln, Begriffsdefinitionen, Formeln oder Daten einzuprägen. Notiere auf der Vorderseite eine Fragestellung, auf der Rückseite die Antwort.

Gehe den Stapel durch, beantworte die Fragen gedanklich (und schriftlich bei Vokabeln) und vergleiche sie mit der Rückseite. Falsch beantwortete Karten kommen zurück in den Stapel, richtig beantwortete werden abgelegt und erst zwei bis fünf Tage später wiederholt.

Beispiele:

a) Sprachen

Vorderseite	Rückseite
Auto	car
Schule	school
Straße	la rue

b) Geschichte

Vorderseite	Rückseite
Wann endete der zweite Weltkrieg?	08.05.45

c) Biologie

Vorderseite	Rückseite
Wie heißt der Träger der Erbinformation?	DNA bzw. DNS Desoxyribo

Die Mind-Map-Methode

Mindmaps gehören zu meiner Lieblingstechnik. Warum? Weil ich mithilfe von Mind Maps wichtige Begriffe und Zusammenhänge eines Themas auf einen Blick gut erkennen kann.

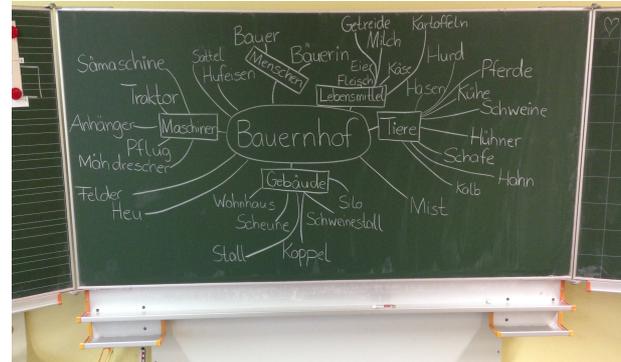
Arbeitsschritte:

- 1. Schritt:** Das Papier wird in Querformat auf den Tisch gelegt.
- 2. Schritt:** Schreibe das Thema (z.B. Bauernhof) in die Mitte des Blattes und kreise es ein (Tipp: Du kannst auch das Thema als Bild in die Mitte zeichnen).

3. Schritt: Zeichne von der Mitte aus Linien und schreibe an jede Linie ein Stichwort: In meinem Beispiel passen folgende Stichwörter: Tiere,

Menschen, Lebensmittel, Maschinen und Maschinen.

4. Schritt: Von einigen Stichworten aus kannst du neue Linien zeichnen. Zu „Tiere“ passen Kühe, Pferde und Hühner. Zu „Lebensmittel“ gehören beispielsweise Milch und Käse.



Wissen, das du bildlich vor Augen hast, also nicht wie gewohnt als Text, kann dein Gehirn sich leichter merken. Mit anderen Worten: Zeit für die eine oder andere kleine Mind Map. 😊

Eselsbrücken

Esel sind sehr wasserscheu und gehen ungern durch das Wasser, darum muss man ihnen Brücken bauen – Eselsbrücken :-).

Dauert etwas länger, aber man kommt so leichter ans Ziel. Genau das Selbe gilt für die Eselsbrücke als Lerntechnik. Denn unser Kopf ist so stur wie ein Esel und kann sich reine Zahlen und Vokabeln nur schwer merken. Wir denken viel lieber in Geschichten und Bildern.

Und so funktionieren viele Eselsbrücken: Man überlegt sich zu einer Sache einen passenden Spruch, eine Geschichte oder einen Reim und

muss sich dies dann nur noch merken.

Sicherlich kennst du schon einige Eselsbrücken wie beispielsweise „**N**ie **o**hne **S**eife **w**aschen“, der für unsere Himmelsrichtungen **Norden**, **Osten**, **Süden** und **Westen** steht.

„Mein Vater erklärt mir jeden Samstag unseren Nachthimmel“ steht für **Merkur**, **Venus**, **Erde**, **Mars**, **Jupiter**, **Saturn**, **Uranus**, **Neptun** und **Pluto**

Gründungsjahr der Stadt Rom: "7-5-3: Rom schlüpft aus dem Ei."

Weißt du woher der Begriff „UFO“ kommt?
UFO = **U**n**e**rbekanntes **F**lugobjekt

Jetzt fragst du dich sicherlich, wo du für deinen
Lernstoff, deine Regeln oder Sätze eine
Eselsbrücke herbekommst.
Ganz einfach – Bastel dir deinen eigenen Spruch

Aufgabe: Du musst die vier wichtigsten
Sozialversicherungen kennen, also
Krankenversicherung, Unfallversicherung,
Rentenversicherung, Arbeitslosenversicherung

Eselsbrücke: Merk dir KURA (oder RUKA...)
oder bilde einen lustigen Satz wie z.B.
Renn auf keiner Untertasse

Das wäre natürlich nur eine Variante – ihr seid
bestimmt kreativer - deshalb los geht's.

Kapitel 4

Das Wichtigste kommt zum Schluss...

Durchhalten = Erfolgreich werden



Starte jetzt durch!

Du willst gute Noten!

Du willst die Klasse nicht wiederholen!

Du willst mehr Freizeit!

Du willst kein schlechtes Gefühl an jedem Morgen!

Du willst mit dir selbst zufrieden sein!

Du willst Erfolg in der Schule haben!?!

Mit dem Wissen aus diesem Buch, etwas Geduld und Disziplin hast du alles was du benötigst, um noch heute deinem Ziel ein Stück näher zu kommen. Nur durch das Lesen dieses Buches ist kein Schüler besser geworden. Nicht Wissen ist Macht, sondern nur angewandtes Wissen. Schiebe nicht wieder alles auf die lange Bank, sondern fange einfach jetzt an.

Zur Motivation: Erfolgsstory eines Schülers

Im Jahr 2008 war ich während meines Studiums noch als Förderlehrer an einer Realschule tätig. In meiner kleinen Gruppe saß der 15-Jährige Tim. Er war begeistert über die Lerntechniken, die ich meinen Schülern versucht habe näher zu bringen, besonders von der Loci-Methode. Er fragte damals höflich, ob er mir nach meinem Umzug schreiben darf und weitere Lerntipps von mir haben dürfe. Obwohl er früher nie ein besonders guter Schüler war, konnte er damit eine gute Realschulabschlussnote von 2,4 erreichen und den bedeutsamen Sprung aufs Gymnasium schaffen.

Durch seine starke Verbesserung, seiner Disziplin nicht aufzugeben, (die gab es des Öfteren) seinem Gedanken sein Lernen zu verbessern, sein gewachsenes Selbstbewusstsein und nicht zuletzt durch die Anerkennung von Schülern und Lehrern war er so motiviert, dass er sich mein Lebensmotto zu eigen machte: Übrigens studiert er nun Medizin.

„Es ist nicht wichtig, besser zu sein, als irgendwer anderer. Es ist wichtig, heute besser zu sein als gestern!“

Regelmäßig schrieb er mir von seinen schulischen Verbesserungen und seinen tollen Noten. Schließlich schaffte er sein Abitur mit der einer Durchschnittsnote von 1,4 – wodurch er mit weitem Abstand der beste Schüler seines Jahrgangs war.



Über den Autor

Muhammad Mohsen – Realschullehrer, Dozent und Firmencoach

Seine berufliche Laufbahn begann er mit dem Lehramtsstudium zum Realschullehrer in den Fächern Mathematik und Wirtschaftslehre sowie einem Zusatzstudium in Pädagogik und Psychologie. Daran schloss er nach dem Staatsexamen die pädagogische Ausbildung an und war als Realschullehrer im Beamtenamt tätig. Darüber hinaus war er als Lehrer im Namen der Stiftung „Mercator“ mit dem Schwerpunkt der Sprachförderung in Deutsch und Englisch als Zweitsprache an Hauptschulen und Realschulen tätig.

Sein Anliegen ist es, fachliche Themen, ob nun in Mathematik, Englisch oder Französisch verständlich, praxisnah und anschaulich zu vermitteln. Daher freut es ihn immer wieder, wenn Schülerinnen und Schüler in seinem Unterricht überrascht sind, dass Lernen nicht nur verständlich, sondern auch unterhaltsam sein kann.

Seit 2014 ist er Leiter der Realschul- und Gymnasiallehrer-Vereinigung „Haus der Nachhilfe“ für den Ostalbkreis.

Hast du Fragen, Kritik oder Lob. Schreib uns eine Email:

info@haus-der-nachhilfe.de

Du willst mehr über uns erfahren oder brauchst weitere **Tipps zum Lernen**.

Besuche uns auf der Homepage:

www.haus-der-nachhilfe.de

Du findest das Ebook gut – Lass ein Like zurück:

<https://www.facebook.com/hausdernachhilfe>

Weiterführende Bücher folgen in Kürze

Ich lerne und schreibe trotzdem schlechte Noten – was mache ich falsch?

Wie lerne ich erfolgreich eine Sprache?!

Die 10 besten Tipps für mehr Konzentration

Mathe – ich hasse dich!!!

15 Lerntipps – selbstständig und erfolgreich lernen!

Hilfe ich vergesse alles – 10 Schritte zum perfekten Gedächtnis!



Gutschein

1 Stunde Nachhilfe
+ Lernanalyse
GRATIS



(Dieser Gutschein gilt nicht für Schüler von Haus der Nachhilfe)