



Lernen, wie wir lernen

Maria Eduarda Marino Viriato
Inga Thao My Bui



WIE LERNT IHR?

M-Kurs:

- Ca. 8 Std p Tag: jeweiligen Pausen (1-2 Std) für Mittag-/Abendessen
- Sparziergehen

T-Kurs:

- Jeden Tag in der Bib ca 4 Std.
- Spaziergehen

W-Kurs:

- Jeder zweite Tag ca. 2 bis 3 Std.

S/G-Kurs:

- Fast jeden Tag Paar Std.
- Sparziergehen
- Bruder vom Stoff erzählen





Effektives Lernen erfordert eine **Kombination** von **Strategien** und **Ansätzen**, die auf das **jeweilige Thema** und **individuelle Vorlieben** zugeschnitten sind.

Hier ist eine allgemeine Anleitung, wie man **alles** lernen kann:



Unterschiedliche Lernmethoden



Focus: Pomodoro technique (25 Min = 5 Min Pause) or FlowTime (z.B: +1St.=20Min Pause) = Mathe/Physik



Understand: Feynman technique (Review+Teach+Reflect) = Chemie/Geistesw.



Memorize: Leitner System or Blurting = Biologie/Konzepte



Better Notes: Cornell Method



Long-Term Memorize: Spaced practice (alle Fächer)



Understand+Memorize: PQ4R method (Preview, Question, Read, Reflect, Recite, and Review)



Reading comprehension: SQ3R (Survey, Question, Read, Recite, and Review) method

LEITNER SYSTEM

In the Leitner system, correctly answered cards are advanced to the next, less frequent review box, while incorrectly answered cards return to the first box for more aggressive review and repetition.

correctly answered cards

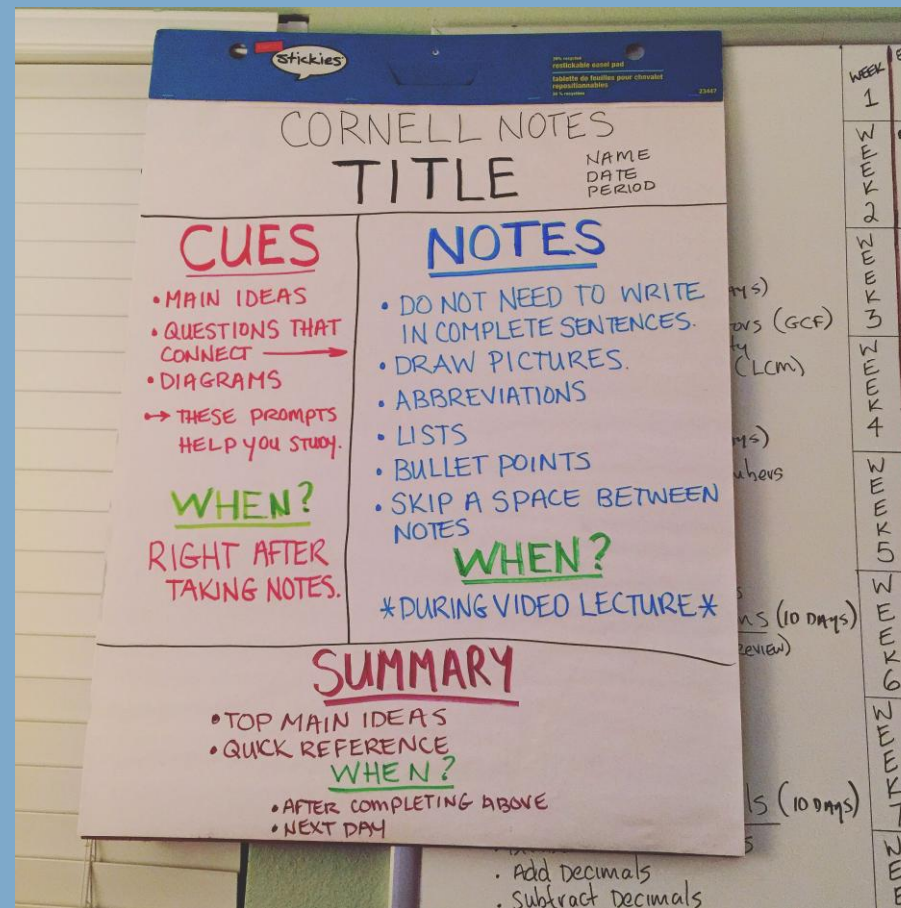


← reviewed at a higher rate

reviewed at a lower rate →



Unterschiedliche Lernmethoden



Unterschiedliche Lernmethoden

Dient der Verbesserung photographisches Gedächtnis, mit Übung der Vorstellung eines konkreten Raumes oder familiären Ort

LOCI METHODE

Deine ersten Schritte zum Gedächtnispalast

Liste merken

- 1 
- 2 
- 3 



10 markante Orte pro Raum suchen
Merkinhalte bildhaft mit Orten verknüpfen

www.basictools.at 

METHOD OF LOCI TECHNIQUE

DEFINITION

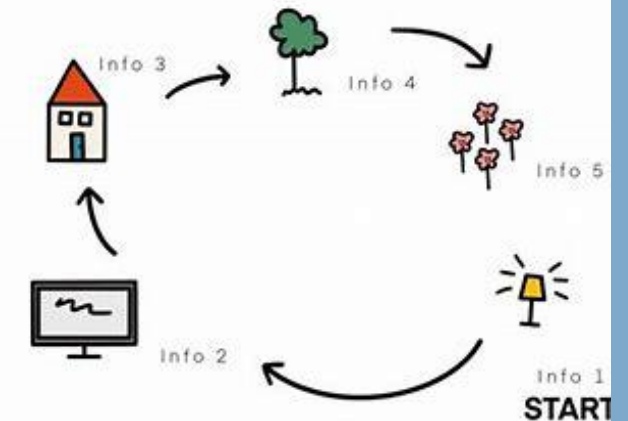
The method of loci is a mnemonic device commonly used for improving memory and learning. It involves picturing objects within a familiar physical space or mental image and using this to recall information more easily. By leveraging spatial memory's power, this method enables individuals to better remember and access information by connecting it with familiar locations.

EXAMPLE

Remembering speeches or presentations

Picture each phrase or idea along a path from your house, and it will help you deliver it without notes during the presentation. For example, visualize the introduction near the coffee shop, the first argument at the traffic light, etc. Mentally walk through this route to recall the order and content of your speech.

Hier geht's mehr um Klausurinfos zu merken. Entweder Draußen nachdenken beim Spaziergang oder auch zu Hause Definitionen oder Prozessen zuordnen



Immer bei Begriffen oder Formulierungen ist es wichtig zu beachten:

Fachbegriffe und **Formulierungen** sollte man konkret trainieren, um Aufgaben bearbeiten zu können. Dazu kann folgendes nützlich sein:

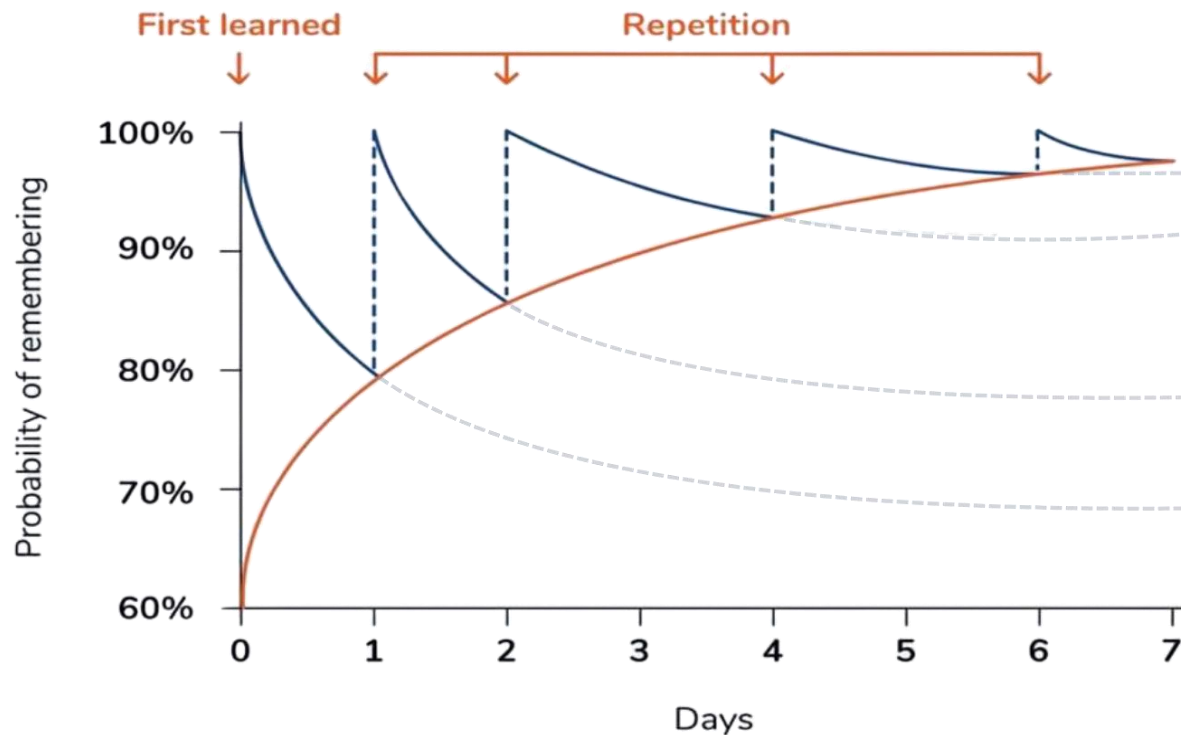
- Texte mit **Informationen laut lesen**, die Inhalte **anderen Personen** in kurzen Sätzen **erklären** (mündlich);
- kurze **Zusammenfassungen** von **Prozessen** und das Erklären/Definieren von Fachbegriffen **schriftlich üben**.

Außerdem:

- Grafiken **auf Papier** zeichnen (zur **Vorbereitung** auf eine **analoge Prüfung**)
- **im Verlauf** des Kurses persönliche Formelsammlung **anlegen**



Unterschiedliche Lernmethoden



Nimm es mit den Tagen nicht so ernst oder genauer.

Viel wichtiger ist sichergehen, dass man den Stoff in der gegebenen Woche lernt.

So kannst du dir sicher sein, dass du voll dabei in dem Unterricht bist! Das hat ferner mit Ziele und Checkpoints zu tun :)



Effektives Lernen in 5 Schritten

- 1 Aufteilen & Strukturieren**

Unterteile das Thema in kleinere, überschaubare Teile, um Überforderung zu vermeiden. Erstelle eine klare Gliederung, um den Lernprozess zu erleichtern.
- 2 Lernstil anpassen**

Identifiziere deinen bevorzugten Lernstil – visuell/schreiben, auditiv und kinästhetisch. Passe deine Lerntechniken entsprechend an, um das Verständnis zu verbessern.
- 3 Notizen machen**

Fasse Schlüsselpunkte und Konzepte in eigenen Worten zusammen, um die Speicherung und das Verständnis zu unterstützen. Halte deine Notizen organisiert und leicht zugänglich. (+FlashCards von Unterricht mit ChatGPT erstellen lassen)
- 4 Regelmäßiges Üben**

Wende das Gelernte durch regelmäßige Übungen oder praktische Anwendungen an. Wiederholung ist entscheidend, um das Gelernte zu festigen und langfristig zu behalten.
- 5 Konsistenz & Reflexion**

Halte einen regelmäßigen Lernplan ein und bleibe konsequent. Überprüfe regelmäßig deinen Fortschritt und reflektiere, was gut funktioniert und was verbessert werden kann. Passe deine Herangehensweise entsprechend an, um dein Lernerlebnis zu optimieren.



Tipps fürs Leben

- 1 Ziele setzen und klären**

Definiere klar, was du lernen möchtest und warum.
- 2 Ressourcen finden & nutzen**

Suche nach hochwertigen Informationsquellen und nutze verschiedene Lernmaterialien wie Bücher, Online-Kurse und Tutorials.
- 3 Feedback einholen**

Hole regelmäßig Feedback von Mitschülern, Lehrern oder Mentoren ein, um deinen Fortschritt zu bewerten und Verbesserungsmöglichkeiten zu identifizieren.
- 4 Sich organisieren**

Halte deine Lernmaterialien und Notizen organisiert, um das spätere Überprüfen und Referenzieren zu erleichtern.
- 5 Konsistent bleiben**

Plane regelmäßige Lernzeiten ein und halte dich konsequent an deinen Zeitplan.
- 6 Neugierig bleiben & Fragen stellen**

Gehe mit einer neugierigen Einstellung ans Lernen heran, stelle Fragen und suche aktiv nach Antworten, um dein Verständnis zu vertiefen.
- 7 Fehler akzeptieren & daraus lernen**

Akzeptiere Fehler als Teil des Lernprozesses und nutze sie als Gelegenheit zum Wachstum und zur Verbesserung deines Verständnisses.





Was bedeutet
Vor- und Nachbereitung?



Anleitung für Montag bis Freitag

1

VORLESUNG

Augen und Ohren auf

Sei voll dabei im Unterricht, pass gut auf den Lehrer und den Stoff auf.



2

ZUSAMMEN- FASSUNG

des Tages - alle davon!

- Für Mathe und ähnliche Fächer schreibst du für jedes Beispiel ein einfaches Rezept.
- Bei Bio/Chemie malst du ein paar Diagramme und ergänzt sie mit einem Rezept.
- Und für Geisteswissenschaften? Mach eine knackige Zusammenfassung, z.B. mit eigenen Gedanken zum Thema oder zeichne

3

HAUSAUFGABEN

machen!

Nutz deine Zusammenfassungen, um deine Hausaufgaben zu rocken



Wichtig: Wenn was nicht klar ist, immer das Buch zurate ziehen! Stell sicher, dass du jeden Stoff am Tag, an dem er dran war, checkst.



Anleitung für Montag bis Freitag

4

ÜBUNGEN

korrigieren

Während des Unterrichts die Aufgaben checken und zu Hause nochmal machen, auch wenn du sie schon vorher richtig gemacht hast!

5

PROGRESSIVES LERNEN

mit zeitlichem Abstand ein Thema wiederholen und das Wissen kumulieren lassen!

- Bevor du mit neuen Themen startest, erstmal die alten Übungen durchgehen.
- Wichtig: So lernst du jeden Stoff, wenn er dran war! Die Aufgaben werden dreimal durchgekaut und dein Verständnis vertieft.



TIPP

Der Trick liegt darin, dich über 'nen längeren Zeitraum so oft wie möglich mit dem Stoff zu beschäftigen. Dadurch wirst du mit verschiedenen Denkprozessen viel schneller vertraut.



Was bedeutet **Vor- und Nachbereitung?**

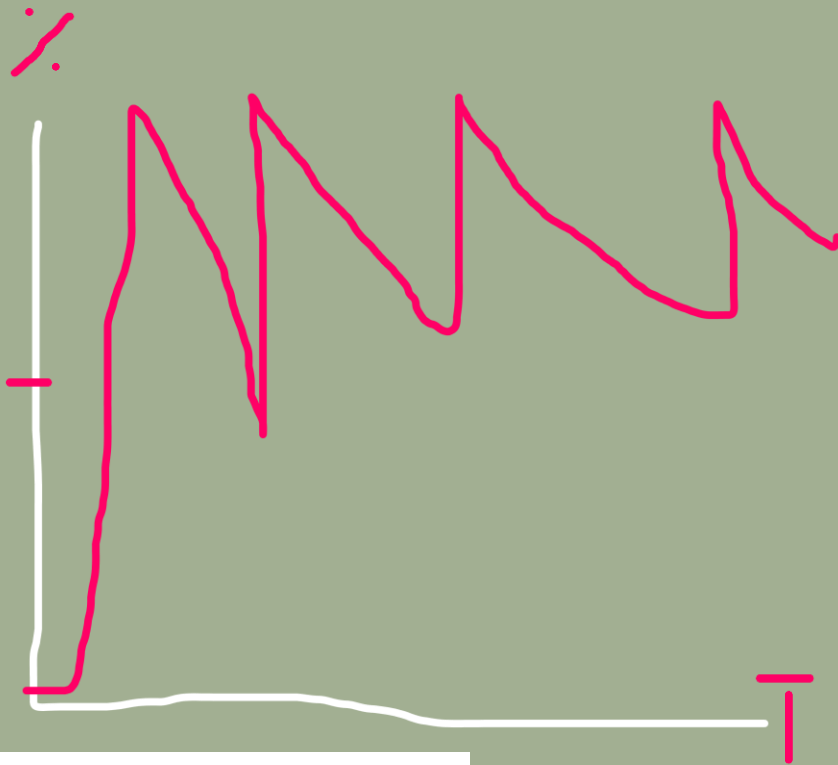
1. Meine persönliche Empfehlung und auch nach der Graphik ist am Tag des Unterrichtes den Stoff kurz lesen. Zum Unterricht gehen und gut aufpassen. Eine Zusammenfassung direkt am selben Tag machen und dann die Übung dazu machen mithilfe deiner Notizen oder Flash-Cards erstellen und dich testen zu lassen. Korrektur oder Recap im Unterricht mitbekommen und verstehen.

Unmittelbar vor einer neuen Zusammenfassung zu erstellen, den Stoff (Übung/Flash-Cards) von dem vergangenen Unterricht wiederholen. Und Punkt 1 komplett dann wiederholen.



Was bedeutet **Vor- und Nachbereitung?**

Abstrakte Beispiele



Nur Nachbereitung



Mit Vor und Nachbereitung



Prüfungsvorbereitung



Prüfungsvorbereitung

1

Übungen in der Reihenfolge des Schwierigkeitsgrads wiederholen oder nach chronologischer Reihenfolge:

- Fang mit den leichten Sachen an und steigere dich zu den schwierigen Übungen.
- Wenn's Extra-Aufgaben im auch gibt, mach die auch.

2

Die schwierigsten Übungen angehen:

- Extrazeit in die kniffligen Übungen investieren.

3

Übungen aus dem Internet holen:

- Lass ChatGPT Fragen für dich formulieren und die Antworten geben, wenn du den Stoff übst (Achtung!!!).
- Online-Übungsaufgaben von anderen Unis nehmen.



1. Folge diesem Plan und kombiniere effektive Lernstrategien mit deiner eigenen Erfahrung. So entfesselst du dein volles Potenzial und holst das Beste aus deinem Studium raus.
2. Vergiss nicht, später anderen davon zu erzählen, wie du geschafft hast.
3. **WENN IHR FRAGEN HABT, STELLE SIE AUF JEDEN FALL!**

