

## Lerntipps

### Wie lerne ich am besten?

- Hausaufgaben im Wochenplan **einplanen**
- vor dem Lernen **Pult abräumen** oder aufräumen
- Maximal **30 Minuten** am Stück, mehr hat keinen Sinn
- Besser **wiederholtes Lernen** (3 bis 5x) statt alles auf einmal
- **Bewegung** beim Lernen kann hilfreich sein (1x1 auf Trampolin...)
- „**Museums-Lernen**“: wichtige Einzelheiten auf Blätter schreiben, im Zimmer/Wohnung aufhängen, wie im Museum von einem zum andern wandern und einprägen
- **Pausen** machen (Wasser trinken, Bewegung)
- Lernen bei absoluter **Ruhe**, keine Störung, keine Ablenkung
- **Kein Medienkonsum** (TV/Computer/Hörbücher/Games) in den Lernpausen
- nach dem Lernen 30 Minuten **kein Medienkonsum** (macht Lernaufwand zunichte)
- nach **Medienkonsum** 30 Minuten **Pause** bis zum (Wieder-) Beginn des Lernens
- Ermutigung, Lernfortschritte aufzeigen (keine Vergleiche mit anderen Kindern)