

Lernen lernen



Lerninhalte strukturieren und ordnen

Sauber geführte Hefte und Ordner sind sehr hilfreich beim Lernen. Was am Papier durcheinander ist, kann auch im Gehirn nicht ordentlich strukturiert abgespeichert werden.

Daher ist **wichtig**:

- **Überblick** über den Lernstoff verschaffen
- Lernthemen **ordnen**
- Mit **Trennlinien** Struktur schaffen
- Wichtiges mit **Farbe** kennzeichnen



Auch beim Lernen ist Struktur möglich:

- Überlege dir, mit welchem Stoff du **starten** willst (lieber schwieriges zuerst erledigen, oder lieber leichtere Kapitel zuerst)
- **Pausen** einplanen
- **Bewegung** zwischen den Lerneinheiten einbauen