



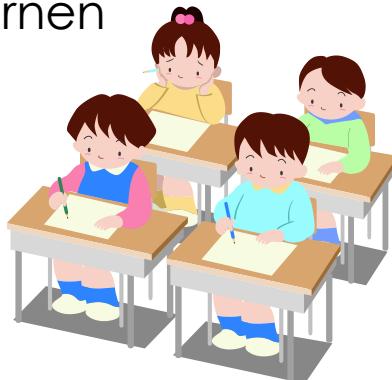
Lernen lernen

Elternabend am 22.1.2026



Themen des Abends

1. Ziele des Lernen Lernens
2. Grundlagen für das Lernen
3. Störungen beim Lernen
4. Planung des Lernens
5. Pausen
6. Hilfe zur Selbstständigkeit
7. Tipps zum mündlichen Lernen
8. Vokabellernen
9. Vorbereitung auf Schulaufgaben
10. Angst und Blockaden
11. Motivation
12. Lerntyp (von Schülern)
13. Elterntyp (Test von Eltern)
14. Handy und Co





1. Ziele des Lernen Lernens

- langfristigeres und effektiveres Lernen
- entspanntere Vor- und Nachmittel
- bessere Noten
- weniger Stress zu Hause
- Kinder, die zeigen, was sie können
- Strukturierter und zufriedenstellender Schulalltag





2. Grundlagen für das Lernen

- Zuversicht und Entspannung wichtig
- Grundbedürfnisse befriedigt
- Zuckerkonsum einschränken!
- richtige Planung des Lernens/der Hausaufgabe (Leistungskurve)
- angenehme Atmosphäre
- keine störenden Medien!!!





3. Störungen beim Lernen

Störungen haben Vorrang! Zuerst müssen diese beseitigt werden, um ein gutes Lernen zu ermöglichen. Zum Beispiel:

Störung	Mögliche Lösung
Medien	Weg während der Hausaufgaben
Streit/schlechtes Gewissen	Möglichst klären
Lärm durch Geschwister o.ä.	Stille Zeit vereinbaren
Zeitdruck	Wochenplan



4. Planung des Lernens

Beispiel:



Hausaufgabenplan für
31.01.



Fach/Pause	Aufgabe bzw. Pause	Dauer	Erledigt
ERDKUNDE	Karte zeichnen	10	✓
MATHE	Seite 14, Aufgabe 4 a-d	15	✓
PAUSE	frische Luft schnappen	5	✓
MATHE	Seite 14, Aufgabe 4 e	5	
DEUTSCH	Ideen für Aufsatz sammeln und strukturieren	10	
ENGLISCH	7 Vokabeln lernen	10	
PAUSE	Musikstück hören	5	
DEUTSCH	Aufsatz schreiben	25	
PAUSE	mit Hund Gassi gehen	10	
BIOLOGIE	Text Seite 47 lesen	5	
ENGLISCH	8 Vokabeln lernen und die vorherigen 7 Vokabeln wiederholen	15	



5. Pausen und Ausgleich

Allgemeines:

- Effektiveres Arbeiten nach Pausen und Erholung
- Lieber viele kleine Pausen als eine große

Unbedingt einplanen:

- Zeitpunkt, Dauer, Art der Pause

Tipps:

- Arbeit nach der Pause sollte schon „warten“
- Kontraproduktiv: Computer, Fernsehen, Handy...
- Bewegung, frische Luft, Trinken, Essen





6. Hilfen zur Selbstständigkeit

- Schrittweise Reduktion von Kontrolle und Hilfe
- Wahlmöglichkeiten anbieten
- Ideen und Vorschläge der Kinder einholen und berücksichtigen
- Erfolgserlebnisse möglich machen
- Lob und Bestätigung (auch schon für kleine Schritte)



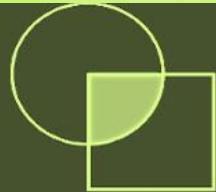
7. Tipps für mündliches Lernen.

Grundprinzip: ernst nehmen!

- a. Wiederholen
 - Wiederholen
 - wiederholen



- b. Denksysteme
- c. Lernkanäle



7 Tipps für mündliches Lernen

b) Denksysteme

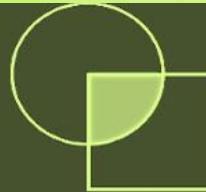
Ein Lutscher kostet 1 €
weniger als
ein Eis, beides zusammen
kostet 1,10 €.
Was kostet d...

Lutscher: 0,05 €
Eis: 1,05 €
zusammen: 1,10 €

$$3 + 2 = \dots$$

Morgenstund hat
...

STEUER-
ERKIÄR
UNG
§§§



7 Tipps für mündliches Lernen

b) Denksysteme

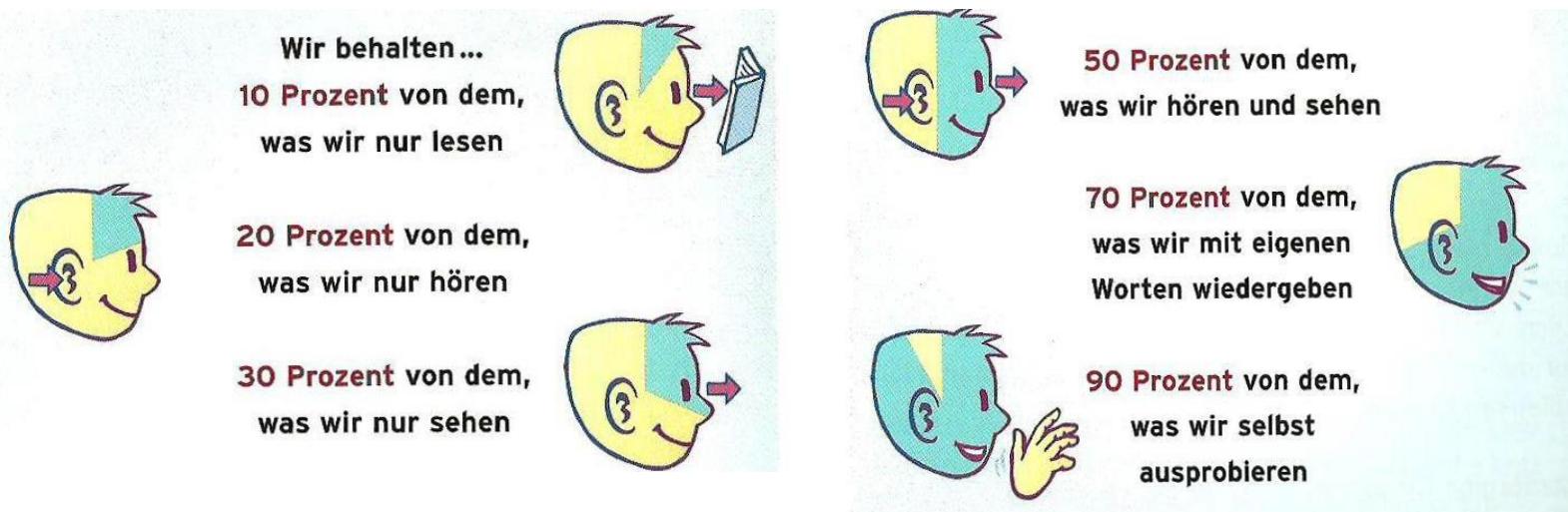
Denksystem 1	Denksystem 2
<ul style="list-style-type: none">• Schnell ($2 + 2 = \dots$)• Instinktiv• Emotional• Ohne Aufwand• Nicht willentlich	<ul style="list-style-type: none">• Langsam• Aufmerksamkeitfordernd• Kopf-gesteuert• Anstrengend• bewusst

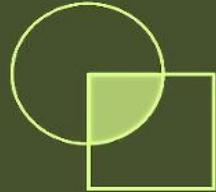
Fazit: Kinder brauchen oft Unterstützung, um das langsame Denken „anzuschalten“



7. Tipps für mündliches Lernen

c) Lernkanäle

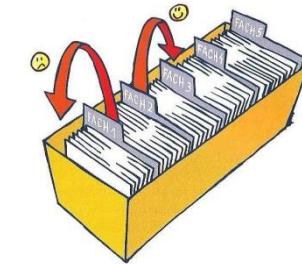


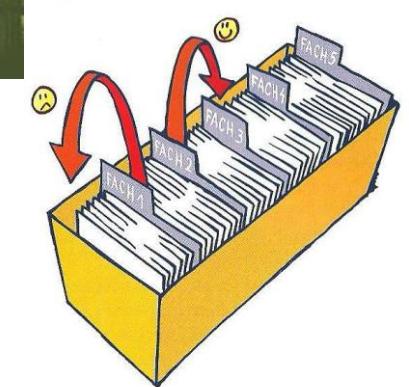


7 Tipps für mündliches Lernen

d) Wie lernt man aktiv?

- Selbst erklären (Kurzreferat)
- Aufgaben bearbeiten
- Karteikarten (auch Computerprogramm)
- Spickzettel
- Zusammenfassen
- Quiz
- Lückentext





8. Vokabellernen

Allgemein beachten:

- Immer nur ca. 7 Vokabeln auf einmal neu lernen
- Viele Lernkanäle nutzen (mündlich und schriftlich lernen)
- Handschriftlich aufschreiben (Vokabelheft, Karteikarten)
- Unterschiedliche Sprachen nicht direkt nacheinander lernen

Tipps

- Sätze bilden (auch unsinnige)
- Eselsbrücken/Merkhilfen bilden (oder aus dem Buch nutzen)
- Bilder
- Aus Vokabeln eine Geschichte schreiben
- Post-its an häufig besuchten Orten
- Digitale Möglichkeiten nutzen (z. B. Phase 6, Quizlet, cabuu)





9. Schulaufgaben-Vorbereitung

1. Stoffgebiet	2. Lernportionen	3. Unklarheiten	4. Zeit	5. Lernmethoden	6. Wochenplan
	• • •				
	• • •				
Wiederholen?	• • •				



9. Vorbereitung/Wiederholung

Beispiel Englisch

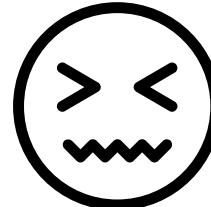
1. Stoffgebiet	2. Lernportionen	3. Unklarheiten	4. Zeit	5. Lernmethoden	6. Wochenplan
Unit 1	<ul style="list-style-type: none"> • Vokabeln • simple present • Text S. 12 	unregelmäßige Verben	<ul style="list-style-type: none"> • 30 min • 30 min • 20 min 	<ul style="list-style-type: none"> • Karteikarten • Heft und Übungen im Buch • Lesen, schreiben, Lückentext 	<ul style="list-style-type: none"> • Je 25 min am Sa Vor- und Nachmittag • je 35 min am Mo/ Di Nachmittag • 20 min am Do Nachmittag
Unit 2	<ul style="list-style-type: none"> • Vokabeln • going to future • Text S. 22 u. 37 	going to	<ul style="list-style-type: none"> • 30 min • 40 min • 20 min 	<ul style="list-style-type: none"> • Karteikarten • Schulaufgabentrainer • Abfragen lassen 	<ul style="list-style-type: none"> • 40 min am So Vor- und Nachmittag • 10 Min jeden Abend • 20 min am Do Nachmittag



10. Angst und Blockaden

Tipps für die Vorbereitung:

- Rechtzeitig anfangen / Plan erstellen
- Erfolgserlebnisse schaffen, z. B. durch Lernen des Hefteintrags vor der Hausaufgabe
- Wiederholung/ Übungsaufgaben mit Lösung zur Sicherheit und für das Selbstvertrauen
- Keinen Erfolgsdruck aufbauen, auch implizite Vor-/Einstellungen berücksichtigen (Eltern und Kind)
- Material am Abend zuvor zurechtlegen
- Entspannungsübungen



In der Schulaufgabe:

- Entspannung durch Atmen, Powersatz
- Glücksbringer / "richtige" Kleidung...
- Genau lesen und markieren
- Mit Leichtem anfangen

Grundlegendes:

- Ggf. Ursachen der Angst klären
- Schwerpunkt auf Lernen statt auf Noten setzen



11. Motivation

- Ggf. Ursachenforschung: Über-/Unterforderung? Erlebnisse/Erfahrungen?
- Planung
- Lernen mit „Spaß“: Unter welchen äußereren Umständen ist Lernen zumindest okay? → Rituale, positive Arbeitsatmosphäre
- Lernen mit Sinn und Bedeutung – aber es geht auch ohne (Akzeptanz)!
- Vertrag, klare Absprachen, Mitbestimmung
- Erreichbare Lernziele setzen, ggf. kleine „Belohnungen“
- „Was möchtest du mit dem Lernen bezwecken?“
- Fokus auf das legen, was schon geschafft wurde; Fortschritte anerkennen
- Ergebnisse spürbar machen (abfragen, herzeigen), Erfolge möglich machen (vgl. Ziele)
- Abwechslung
- Lob und Zuwendung
- Positive Kommunikation

12. Lerntypen

- Ihre Kinder haben alle in den letzten zwei Wochen einen Test gemacht
- Ergebnis: vier verschiedene Lerntypen (die meisten Kinder sind Mischtypen)
- Ziel: neue Ideen, kritische Betrachtung des eigenen Lernens, neue Vorsätze
- Stärken, Schwächen, Tipps auf Arbeitsblättern

12. Lerntypen

Das Ergebnis orientierte Kind



Stärken

- selbstbewusst
- unabhängig

Schwächen

- eigensinnig
- arbeitet zu oberflächlich

Unterstützung für mehr

- Kooperationsfähigkeit
- Geduld und Planung

Was können Sie tun?

- Gespräch suchen
- Regeln durchsetzen
- Lernvertrag

12. Lerntypen

Das ideenreiche Kind



Stärken

- begeisterungsfähig
- offen

Schwächen

- chaotisch
- „multitasking“

Notwendigkeit

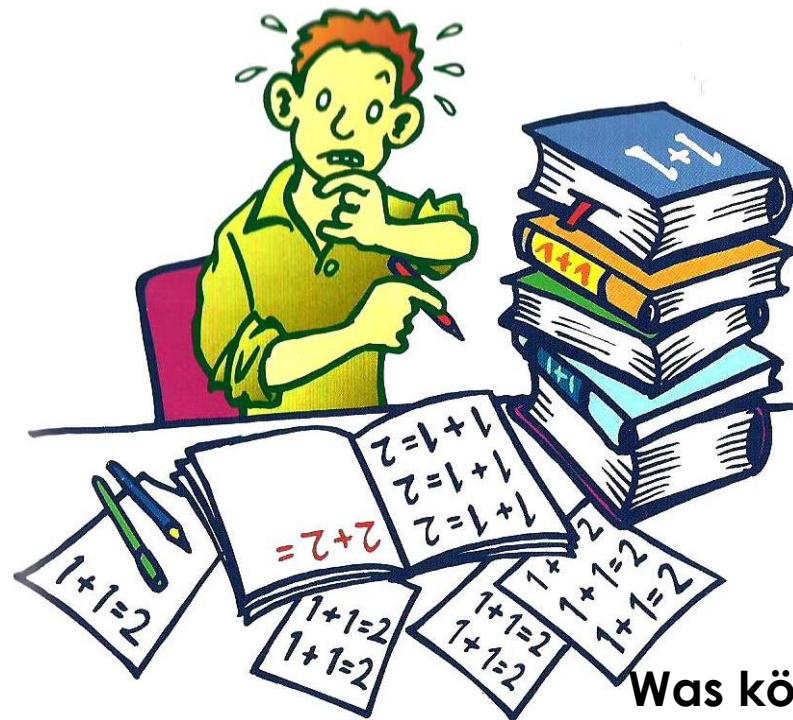
- Disziplin
- Konzentration (auf eine Sache)

Was können Sie tun?

- Toleranz, Lob und echtes Interesse
- Hilfe bei Planung und Zielsetzung

12. Lerntypen

Das zuverlässige Kind



Stärken

- ausdauernd
- kooperativ

Schwächen

- wenig belastbar
- unsicher und unflexibel

Notwendigkeit

- Vertrauen
- Mut und Offenheit

Was können sie tun

- Lob und ehrliche Anerkennung geben
- Verlässlichkeit zeigen
- Veränderungen meiden

12. Lerntypen

Das perfekte Kind



Stärken

- diszipliniert
- genau

Schwächen

- langsam
- zu „pingelig“

Notwendigkeit

- Gelassenheit
- „Mut zur Lücke“

Außerschulisches

- oft keine Hobbies
- sollte gefördert werden



13. Elterntypen

- Test liegt auf Homepage, Ausdrucken nicht nötig
- Ziel: eigene Reflexion
- Vier mögliche Verhaltenstypen
- Auswertungen enthalten mögliche Stärken, mögliche Schwächen und Tipps

Die
Zuverlässige



Der Ergebnisorientierte



Die Ideenreiche



Der Perfekte



12. Elterntypen

Der Ergebnisorientierte



Die Ideenreiche



Die
Zuverlässige



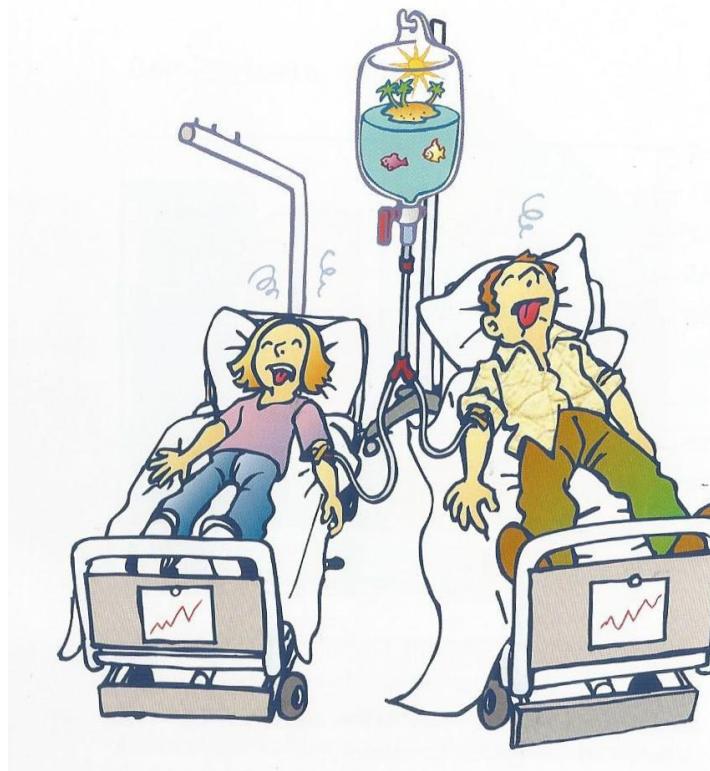
Der Perfekte





13. Elterntyp

schlechte Kombis möglich...





14. Handy: Infos von Schülern

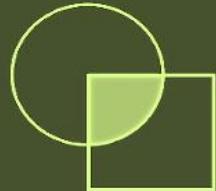
- Die meisten besitzen ein Smartphone
- Ca. $\frac{3}{4}$ sind in WhatsApp-Gruppen o.ä.
- 300 Nachrichten/Tag für viele normal
- Fotos erledigter Hausaufgaben
- Videos, die keiner sehen will
- Auch Nachrichten über Nacht
- Fast alle Nachrichten „überflüssig + nervend“
- Info aus der Oberstufe: das hört nicht auf!!





14. Handy: Tipps

- Anschaffung eines Smartphones bringt Verantwortung mit sich
- Kritische Überlegung: Handy in der Schule notwendig?
- Hausaufgaben: Handy-Abgabe
- Vor der Schule: Spiele-/ Video-Verbot
- Schlafenszeit: Handy-Abgabe
- Medienzeit begrenzen (zum Beispiel max. 30 Min)
- Mit dem Kind über Inhalte reden, Stichproben



14. TikTok

- Videos in Endlos-Schleife
- Programm „lernt“, was gefällt
- Daten können genutzt werden
- Erst ab 13 legal
- Großes Sucht-Potential
- Mögliche Negativ-Spirale
- „Challenges“, die zu Verletzungen/Verunreinigungen/Sachschaden führen können



14. Spiele

- Gespielt wird oft vor der ersten Stunde
- Schüler erzählen selbst, dass Strategien während der Unterrichtszeit weiterüberlegt werden.
- Manche Spiele werden mit Fremden gespielt, weiterer Kontakt möglich
- Soziale Kontakte, Sport, Schlaf und Schule können vernachlässigt werden!
- <https://www.mind.uni-kiel.de/de/faq/computerspiele-und-kindliche-entwicklung>



Lernen lernen

Viel Kraft,
Geduld, Liebe
und Erfolg mit
Ihrem Kind/
Ihren Kindern!