**Grundsätze einer effektiven Lernstrategievermittlung in Unterricht und Elternarbeit**

Lernstrategien:

1. Direkte Lernstrategien
2. Lernstrategien zur Regulation der äußeren Bedingungen
3. Lernstrategien zur Regulation der inneren Bedingungen

Vermittlungsgrundsätze für Lernstrategien:

-         Kontinuierliches Arbeiten

-         Wiederaufgreifen in verschiedenen Lernsituationen

-         Bindung an konkrete Lerninhalte

-         Reflektieren

-         Ermuntern

-         Elternarbeit

-         Individuelle Strategien (be-)achten

-         Eltern einbeziehen

**Elternarbeit**

Eltern benötigen

1. ein grundsätzliches Wissen über Lernstrategien und
2. Wissen darum, wie sie das Lernen ihrer Kinder positiv beeinflussen können.

**Handlungsfelder von Eltern:**

1. Anteilnahme
2. Hilfe
3. Kontrolle
4. Lernanstöße
5. Umgang mit Leistungsbewertungen
6. Einschätzen des Kindes
7. Reflexion der eigenen Rolle

**Konzentrationsübungen:**

**Wasser trinken**Unser ganzer Körper besteht aus Wasser. Alle Zellen des Körpers können nur dann effizient arbeiten, wenn sie ausreichend mit Wasser versorgt sind. Das gilt natürlich auch für das Gehirn. Studien belegen klar, dass die Denkleistung deutlich ansteigt, wenn viel Wasser getrunken wird. Insofern sollte im Unterricht, vor allem während (oder zumindest vor) Leistungserhebungen, das Trinken von Wasser erlaubt sein. Lernförderlich wirkt allerdings nur Wasser oder ungesüßter Tee. Jegliche Form von Zucker, auch Fruchtzucker, verhindert die positive Wirkung.

Was den Zucker betrifft: Traubenzucker sollte keinesfalls vor längeren Prüfungen gegessen werden. Er hebt die Konzentrationsfähigkeit zwar zunächst (für 5 bis 10 Minuten) an, danach fällt die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit jedoch UNTER das Vorniveau ab!

**Kaugummi kauen** (wenn erlaubt...)   
Ansonsten: **Gähnen**  
Größerer innerer Druck äußert sich häufig körperlich durch ein zu starkes Anspannen der Kiefermuskeln. Der Zusammenhang zwischen Geist und Körper funktioniert immer in beide Richtungen. Ist der Geist gestresst, verspannt sich der Körper. Entspannt man aber den Körper, entspannt man immer auch den Geist. Nach diesem Prinzip funktionieren letztlich fast alle Entspannungstechniken, wie zum Beispiel Progressive Muskel Relaxation oder Yoga. Daher kann man durch ein Entspannen des Kiefermuskels auch ein Entspannen der emotionalen Befindlichkeit erreichen. Den Kiefermuskel kann man auf mehrere Arten entspannt werden. Zwei mögliche sind das Kauen von Kaugummi und das Gähnen. Diese beiden Formen haben gegenüber anderen noch einen weiteren Vorteil: Sie führen dem Gehirn zusätzlich Sauerstoff zu. Ein zusätzliches Zuführen von Sauerstoff aktiviert das Gehirn und erhöht die Konzentrationsfähigkeit.

**Beruhigungs-/Entspannungsübungen**

Beruhigungs- und Entspannungsübungen sind deutlich effizienter, wenn sie **regelmäßig** und mit der **bewussten Absicht** sich zu entspannen angewandt werden.

Regelmäßig bedeutet, dass man diese Übungen auch dann anwenden sollte, wenn man sich nicht gestresst fühlt. Es macht also Sinn, grundsätzlich vor dem Lernen eine Entspannungsminute einzulegen und eine oder zwei Übungen, die man besonders schätzt, anzuwenden.

Entspannungsübungen können darüber hinaus kaum Wirkung entfalten, wenn man sich während des Ausführens mit seinen Sorgen und Ängsten beschäftigt. Im Gegenteil, man sollte Entspannungsübungen mit der bewussten Absicht, sich zu entspannen, ausführen. Dafür sucht man sich ein Wort oder einen einfachen Satz, der einem ein gutes Gefühl vermittelt und spricht diesen bewusst aus. Z.b. kann man das Wort „Ruhe“ wählen oder sich sagen „Ich bin ruhig“. Andere bevorzugen Sätze wie: „Ich kann alle Fragen beantworten“, „Ich zeige mein Wissen“, ... Beim Üben vorab ist es wichtig, zuerst an etwas sehr Schönes, Freudiges zu denken, um dann dieses Gefühl mit dem Wort oder Satz und der Übung zu verbinden. Konzentriert man sich dabei grundsätzlich auf das gleiche Wort oder den gleichen Satz, so wird dieses Wort oder dieser Satz zu einem sogenannten „Ankerwort“. Ein Ankerwort kann positive Wirkung entfalten ohne, dass die dazugehörige Übung ausgeführt wird. Voraussetzung ist jedoch das vorherige regelmäßige Anwenden der Übung.

**Beruhigungspunkte und Augenpunkte**

Zur Entspannung kann man mit den *Beruhigungspunkten* aus der Kinesiologie arbeiten.

Beide Hände (oder eine Hand quer) werden auf die beiden Stirnhöker gelegt, bis man innerlich ruhig geworden ist. Das liegt darin begründet, dass in diesem Bereich des Gehirns das rationale Denken abläuft. Gerade hier ist in Stresssituationen oft die Durchblutung gestört. Die Wärme der Hände wirkt dem entgegen. Wichtig ist es, nach dem Händeauflegen die Atmung bewusst langsam und ruhig durchzuführen und das Denken, wie oben beschrieben, positiv einzustimmen.

**Arme/Beine verschränken**

Eine gute Möglichkeit das Denken zu fördern, die beiden Gehirnhälften zu vernetzen und gleichzeitig Entspannungsimpulse auszusenden, ist das verschränken von Armen und Beinen. Die Arme werden dabei zuerst von der jeweiligen Person weg gestreckt und überkreuzt und dann nach innen gefaltet. Die Beine sollten sich so überkreuzen, dass sich die Knöchel berühren. Ähnlich wie bei den Beruhigungspunkten, verbleibt man in der Position, bis die Entspannung eintritt. Auch in diesem Fall ist es wichtig, ebenfalls die Atmung zu entspannen und sich gedanklich positiv einzustimmen.

**Wohlfühlübungen, Übungen für ein positives Lebensgefühl**

Diese Übungen unterstützen deutlich den Aufbau eines positiven Lebensgefühls. Sie bringen inneren Ausgleich und unterstützen damit die Wirkung der anderen Übungen. Diese Übungen bauen auf den Forschungen aus der (Lern-)psychologie auf, die einen klaren Zusammenhang zwischen der Gedankenwelt und der Leistungsfähigkeit aufzeigen. Im schulischen Bereich wurden diese Forschungen unter dem Aspekt der self-fullfilling-prophecys und der Lernerpersönlichkeit sehr bekannt. Im Mittelpunkt steht immer der Zusammenhang zwischen dem Selbstbild und der tatsächlichen Leistung. Kinder, die von sich und ihrer Leistungsfähigkeit überzeugt sind, bringen deutlich bessere Leistungen als Kinder, die sich für dumm halten oder als Ursache ihres schulischen Erfolg Glück sehen. Das Ziel dieser Gruppe von Übungen ist es daher, im Denken die Vorstellung zu verankern, dass man erfolgreich, glücklich und leistungsfähig ist.

**Kopfkino**

Diese Übung sollte i Ruhe ausgeführt werden und kann gleichzeit eine Ruhephase in der Klasse einleiten. Die Kinder schließen dazu die Augen und treten eine selbstbestimmte Fantasiereise an. Zunächst stellt sich jeder einen Kinosaal nur für sich alleine vor, räumt ihn so ein, dass er gut gefällt und der einzelne sich wohlfühlt. Dann geht die Filmvorführung an.

Man hat grundsätzlich zwei Möglichkeiten. Man kann 1. negative Erlebnisse verarbeiten oder 2. sich auf Neues und Gutes einstimmen. Das Grundprinzip ist immer gleich: Man geht in seinen Kinosaal, schaut sich den Film an und wird danach gefragt, was man mit dem Film machen möchte.

Zu 1.

Hat man etwas sehr Stressiges erlebt, so kann man sich die Szene noch einmal in Erinnerung rufen und vor dem inneren Kino ablaufen lassen. Wird man danach gefragt, was man mit diesen Film tun will, dann sollte man ihn zerstören und danach neu verfilmen. Die Art und Weise, wie man den Film zerstört, liegt dabei bei jedem selbst. Zerschneiden, verbrennen, etc. Man stellt sich diese Zerstörung vor und setzt sich dann hin und dreht die Szene neu, besser.

Zu 2.

Man kann sich in dem Kino auch einfach nur auf den zukünftigen Erfolg einstellen, indem man sich vorstellt, wie etwas sehr erfolgreich abläuft. Z.B. eine Prüfung oder wie man vor der Klasse gelobt wird. Man kann aber auch hier „nur“ einen Film drehen, der heißt: Ich bin glücklich oder entspannt. Dann stellt man sich einfach Szenen vor dem inneren Auge vor, die einem glücklich machen. Wird man dann am Ende des Films gefragt, was mit dem Film passieren soll, so hat man verschiedene Möglichkeiten.

Man kann zum Beispiel dem eigenen Unterbewussten den Auftrag geben, sich in bestimmten Situationen immer wieder an den Film zu erinnern (z.B. beim Betreten des Schulhauses, beim Benutzen eines Lichtschalters,...). Man kann den Film aber auch in Gedanken einen anderen Menschen schicken oder ihn einfach mal auf einen besonderen Platz im Kino stellen und dann so schnell wie möglich noch einmal anschauen.

Filme können natürlich auch  immer wieder überarbeitet, verändert oder neu gedreht werden.

Mit dieser Übung lernen Schüler eine sehr wichtige Stressbewältigungsstrategie kennen, da sie so lernen, ihre Gefühle in einem konstruktiven und positiven Sinne zu manipulieren. Grundsätzlich gilt, dass Stress vor allem dann entsteht bzw. an Schwere zunimmt, wenn negative Erfahrungen nicht verarbeitet werden und als permanenter Monolog immer wieder im Kopf des Einzelnen kreisen. Trainiert man mit Kindern dieses Kopfkino, so gibt man ihnen gerade durch die 1. Variante eine Möglichkeit an die Hand, negative Erfahrungen zu verarbeiten und damit zu verhindern, dass sie weiter belasten und dadurch Grundlage bzw. Ausgangspunkt für weitere Belastungen werden. Gerade in Entspannungsphasen ist das Kopfkino sehr gut einzusetzen. Wählt man die Variante zwei, so kann auch das Kopfkino auch im Kunstunterricht sehr gut eingesetzt werden. Die Schüler können danach die positive Szene, die sie sich vorgestellt haben, beispielsweise malen oder sie können Farben mischen, die zu ihrer Filmszene passen etc.

**Zusammenfassen von Inhalten**

Eine sehr wichtige Fähigkeit beim Lernen von Inhalten ist die Fähigkeit, den Inhalt auf das Wesentliche zusammenzufassen. Das bereitet den Schülern große Mühe. Das Suchen von Schlüsselwörtern etc. ist darüber hinaus häufig auch sehr zäh, weil die Motivation dazu fehlt. Eine Alternative ist das Schreiben von Spickzetteln. Der Reiz des Verbotenen motiviert die Schüler. Gleichzeitig stellt ein Spickzettel höchste Anforderungen, wenn man nur wenige Begriffe erlaubt.

Vorab muss mit den Schülern erarbeitet werden, was ein Spickzettel leisten muss: Er sollte in aller Kürze und Prägnanz, möglichst auf einen Blick, den Inhalt wiedergeben. Neben dem Verwenden wesentlicher Wörter, bietet sich da meist das Verwenden von Zeichen an. Zum Beispiel Pfeile für Schlussfolgerungen, Pluszeichen, Istgleichzeichen usw.

Die ersten Mal bietet es sich an, wenn die Lehrkraft vorgibt, wie viele Wörter und Zeichen verwendet werden dürfen. Dann machen sich die Schüler an die Arbeit. Am Schluss können einzelne Zettel auf Folie kopiert und besprochen werden.

Wichtig ist auch, dass den Schülern danach, z.B. durch ein kurzes Abfragen, gezeigt wird, dass sie allein durch das Schreiben des Spickzettels den Inhalt schon gelernt haben. Das Schreiben von Spickzetteln kann später auch als wiederholende Übung aufgegeben werden. Diese Zettel können dann unter den Hefteintrag geklebt werden, dann sind sie auch sicher verwahrt und werden nicht zum tatsächlichen Spicken verwendet. Darüber hinaus muss natürlich deutlich gemacht werden, dass das Schreiben eines Spickzettels allein dem Lernen dient und dass dieser natürlich nicht in der Prüfung selbst verwendet werden darf.

**Förderung der Selbstreflexion: Aus Fehlern lernen**

Die Förderung der Selbstreflexion ist eine der wesentlichen Säulen, will man erfolgreich das selbstgesteuerte Lernen fördern. Eine Möglichkeit den Umgang mit Fehlern zu schulen, ist der Umgang mit einer Fehlertabelle nach Diktaten. Im Rahmen der Verbesserung von Diktaten wird von der Lehrkraft eine Tabelle ausgeteilt, welche die gängigsten Fehler der Schüler abdeckt. Zur Verbesserung eines Diktates tragen die Schüler ihre Fehler in Form von Strichlisten in die Tabelle ein. Zu Beginn und bei schwächeren Schülern kann es vorteilhaft sein, im Diktat die Art des Zeichens durch ein Symbol zu verdeutlichen. Dieses Symbol muss sich dann natürlich in der Fehlerliste wieder finden.

Effektiv wird die Arbeit mit einer Fehlertabelle aber nur, wenn die Arbeit nicht mit dem Eintragen der Fehler beendet ist. Der wesentliche Teil der Vermittlung besteht darin, dann mit den Schülern Schlussfolgerungen daraus zu ziehen. Dies kann auf unterschiedliche Art und Weise geschehen:

1. Zur Vorbereitung für das nächste Diktat werden gezielt die Rechtschreibfälle geübt, die beim letzten Mal besonders problematisch waren.

Vor jeder Übungsstunde kann die Tabelle bspw. hervorgeholt werden, um dann die entsprechenden Schwerpunkte festzulegen.

Die Tabelle kann auch in die Hausaufgaben mit einfließen. So kann beispielsweise jedes Kind nach seinem Bedarf üben.

1. Die Fehlerschwerpunkte der einzelnen Diktate können verglichen werden.
2. Zeigen sich auf der Tabelle klare Veränderungen (deutlich weniger Fehler, ein Fehlerschwerpunkt fällt weg) sollte das Kind dafür gewürdigt werden.

**Untersuche deine Fehler im Diktat!**

Setze für jedes falschgeschriebene Wort

einen Strich in die richtige Spalte!

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Datum: | Datum: |
| Zeitwort groß geschrieben |  |  |
| Eigenschaftswort groß  geschrieben |  |  |
| Namenwort klein  geschrieben |  |  |
| Buchstabe vergessen |  |  |
| Doppelmitlaut fehlt |  |  |
| Dehnungs-h fehlt |  |  |
| g und k verwechselt |  |  |
| d und t verwechselt |  |  |
| unleserliche Schrift |  |  |
| sonstige Fehler |  |  |

**Förderung der Reflexionsfähigkeit**

Die Reflexionsfähigkeit ist eine der wichtigsten Fähigkeiten die der Schüler im Rahmen des Erlernens von Lernstrategien erwerben muss. Die Reflexionsfähigkeit kann auf unterschiedlichste Weise gefördert werden. Dabei gilt, dass es nicht relevant ist, dass über Lernstrategien reflektiert wird. Allein grundsätzlich über sich und sein Tun und Lernen nachzudenken und sich des eigenen Verhaltens bewusst zu werden, schult die Reflexionsfähigkeit. Je vielfältiger die Bereiche, in denen reflektiert wird, umso flexibler entwickelt sich die Reflexionsfähigkeit des Kindes. Wichtig wäre, dass mindestens einmal in der Woche reflektiert wird.

Für den Unterricht bieten sich hier verschiedene Möglichkeiten an:

-         Was wir alles seit ... gelernt haben:

Vor den Ferien kann man in einem Morgenkreis oder einfach so im Klassenzimmer alle Lerninhalte sammeln, die man seit den letzten Ferien erarbeitet hat.

-         Vor einer Probe kann man sich im Zuge der Wiederholung den Stoff anschauen und darüber nachdenken, was davon schwierig ist und was davon leicht.

-         Die Kinder können alles Mögliche im Unterricht bewerten. Dabei geht es darum, dass sie eine Meinung entwickeln, die sie begründen können. Beispielsweise kann man Kinder fragen, wie ihnen eine Geschichte gefallen hat. Damit die Kinder sich wirklich eine eigene Meinung bilden, bietet es sich an, dass sie ein Symbol für Positiv und Negativ besitzen (z.B. Plakete, die auf einer Seite einen Smily hat und auf der anderen ein nach unten verzogenes Gesicht), welches alle Schüler gleichzeitig, ungesehen unter ihre Schuhsohle legen müssen. Die Füße werden dann gleichzeitig zurückgezogen und die Beurteilung eines jeden wird sichtbar.

-         usw.

Reflektieren ist anstrengend, daher versuchen Schüler in der Regel zu „entwischen“. Damit das nicht so einfach gelingt, sollten folgende Regeln beachtet werden:

-         Damit sich jedes Kind traut, seine Meinung zu sagen, muss sicher sein, dass jede Meinung erlaubt ist. Weder die Mitschüler noch der Lehrer dürfen eine Meinung als falsch hinstellen oder verurteilen. Das einfachste ist hier ein Ritual oder Symbol, das deutlich macht, dass jetzt ein geschützter Raum für offene Gespräche vorhanden ist.

-         Eine Meinung muss immer begründet werden. (Ich finde das gut, weil...)

-         Man darf zwar inhaltlich das Gleiche sagen wie das Kind zuvor, muss es aber in andere Worte fassen.

-         Jedes Kind muss sich, zumindest in regelmäßigen Abständen äußern. Das ist in der Regel nur möglich, wenn die sehr gesprächigen etwas gebremst werden und die stillen etwas gezwungen werden.

**Zeitpläne erstellen**

Eine der für den Lernerfolg relevantesten Lernstrategien ist das Erstellen von Zeitplänen. Auch ein sehr intelligentes Kind kann nur dann Erfolg haben, wenn es sich ausreichend Zeit einplant, um einen Inhalt zu lernen. In der Grundschule ist das Üben der Zeitplanung schwierig, da die Proben nicht angesagt werden. In der 5. Klasse wird dann jedoch erwartet, dass die Schüler rechtzeitig und strukturiert sich auf die Schulaufgaben/Proben vorbereiten. Insofern muss in der Grundschule jede Möglichkeit genutzt werden, die Strategie des Erstellens von Zeitplänen zu üben.

Es bietet sich dafür vor allem der Umgang mit den Hausaufgaben an.

Das Führen des Hausaufgabenheftes sollte zumindest einmal im Schuljahr besprochen und lernstrategisch reflektiert werden. Lernstrategisch gesehen wäre es z.B. wichtig, wenn die Schüler sich angewöhnen, erledigte Hausaufgaben auszustreichen.

Zumindest ein paar Mal im Schuljahr sollten die Schüler neben die Hausaufgabe schreiben, wie lange sie gebraucht haben. Dies dient dazu, dass sie lernen einzuschätzen, wie lange sie für bestimmte Arbeiten benötigen. Wenn möglich sollte der Lehrer hier weitgehend wertfrei mit den Zeitangaben umgehen, damit das Kind ehrlich bleibt und nicht unter Druck gerät.

Ideal wäre es, wenn es einige Male im Schuljahr möglich ist, alle Hausaufgaben für eine Woche am Anfang der Woche aufzugeben. Damit die Schüler daraus einen Lerngewinn ziehen, muss jedoch dann am Montag zunächst besprochen werden, welche Möglichkeiten es gibt, sich die Hausaufgaben einzuteilen. Außerdem sollte sich jeder Schüler einen eigenen Verteilungsplan schreiben und am Ende der Woche reflektieren, ob er ihn eingehalten hat und was gut geklappt hat und wo die Probleme lagen. Wichtig ist auch hier, den Schülern Raum zum Experimentieren zu geben. Wer will, kann z.B. durchaus versuchen alle Arbeiten an zwei Tagen zu erledigen. Ziel ist es ja, die eigene Belastbarkeit kennen zu lernen und Lernmengen einzuschätzen.

Weitere Möglichkeiten für das Erstellen von Zeitplänen bieten zum Beispiel Klassenfahrten. Hier kann beispielhaft ein Plan erstellt werden, wann welche Vorbereitungen erledigt werden u.ä.

**Rückmeldebogen nach einer mündlichen Abfrage**

Der Rückmeldebogen nach einer mündlichen Abfrage soll die Aufmerksamkeit der Schüler darauf lenken, dass neben dem reinen Wissen ganz andere Aspekte für ein kompetentes Auftreten wichtig sind. Der Rückmeldebogen ist so konzipiert, dass er in Abschnitten bzw. ganz kopiert wird und nach dem Abfragen als zusätzliche Rückmeldung an den Schüler ausgefüllt wird. Der Bogen sollte jedoch nicht ständig eingesetzt werden und nicht als Grundlage zur Notengebung verwendet werden. Er ist so konzipiert, dass er in jedem Fach, in dem ausgefragt wird, einmal im Halbjahr oder Jahr ausgefüllt wird. Dabei wird anfangs (also in der 5./6. Klasse) nur ein Aspekt pro Rückmeldung herausgegriffen. Zum Beispiel erhält ein Schüler der 5. Klasse in GSE den Abschnitt über die Körperhaltung und in PCB den Abschnitt über die Sprache, in Deutsch den Abschnitt über das Eingehen auf die Fragestellung usw. In der 7./8. Klasse sollte dann in jedem Fach schon über zwei Bereiche Rückmeldung gegeben werden und in der 9. Klasse, bevor die Prüfungen und Bewerbungsgespräche beginnen, wäre es hilfreich, wenn der Schüler von jedem Lehrer einmal einen ganzen Bogen ausgefüllt als Rückmeldung erhält.

Das Ausfüllen des Bogens ist damit für den Lehrer kein großer zeitlicher Aufwand. Zu Beginn muss der Bogen kurz mit den Schülern durchgesprochen werden, damit sie die Bedeutung verstehen. Danach dauert das Ausfüllen, zumindest in den ersten Jahren, keine Minute. Voraussetzung ist lediglich, dass sich die Lehrer einer Klasse absprechen, damit die Rückmeldebereiche tatsächlich unterschiedlich sind.

|  |  |
| --- | --- |
| **Körperhaltung**  Dein Körper war ruhig.  Du hast Augenkontakt mit mir gehalten.  Deine Körperhaltung wirkte insg. selbstbewusst.  Du hast auf mich innerlich gelassen gewirkt. | sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯  sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯  sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯  sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯ |
| **Sprache**  Du hast deutlich gesprochen.  Du hast vollständige Sätze gebildet.  Du hast anspruchsvolle Sätze gebildet.  Du hast Fachbegriffe / Fremdwörter verwendet. | sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯  sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯  sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯  sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯ |
| **Eingehen auf die Fragestellung**  Du hast genau auf das geantwortet, was ich gefragt habe.  Du hast inhaltlich richtig auf meine Fragen geantwortet.  Du hast dein Wissen in einer sinnvollen Reihenfolge wiedergegeben.  Du hast erst einen kurzen Überblick gegeben und bist dann zu den Einzelheiten gekommen.  Du konntest einen Bezug zum Kontext herstellen.  Du konntest das, was du gelernt hast, auch mit eigenen Worten erklären.  Du konntest auch dann etwas Sinnvolles sagen, wenn du unsicher warst. | sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯    sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯    sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯    sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯  sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯    sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯    sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯ |
| **Mein persönlicher Eindruck**  Ich habe den Eindruck, dass du vorab viel gelernt hast.  Ich habe den Eindruck, dass du engagiert und gerne gelernt hast.  Ich habe den Eindruck, dass dich das Thema nicht interessiert hat.    Ich habe den Eindruck, dass du deine Lernmethode ändern solltest. Sprich mit mir darüber! | sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯    sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯    sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯      sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯ |

**Selbstbeobachtungsbögen**

Für die Lernentwicklung der Schüler ist die zunehmende Fähigkeit zur Selbstreflexion von größter Bedeutung. Die Selbstbeobachtungsbögen sollen den Schüler regelmäßig anstoßen, über sein eigenes Lernen nachzudenken und Schlussfolgerungen für das weitere Lernen zu ziehen. Die Selbstbeobachtungsbögen sind so konzipiert, dass sie vom Schüler selbstständig ausgefüllt werden und von der Lehrkraft höchsten daraufhin kontrolliert werden, ob sie ausgefüllt wurden. Der unten angeführte Vorschlag muss zunächst auf das jeweilige Fach angepasst werden. Danach werden die Bögen kopiert und einmal ausführlich mit den Schülern besprochen. Nach jeder Schulaufgabe werden die Bögen dann an die Schüler ausgeteilt und im Rahmen der Schulaufgabenverbesserung zu Hause von den Schülern ausgefüllt. Die Lehrkraft steht für Rückfragen zur Verfügung und kontrolliert ggf. ob die Zeilen ausgefüllt sind. Dann werden die Bögen einfach zu Hause abgeheftet. Zu Beginn der nächsten Schulaufgabenvorbereitung erinnert die Lehrkraft die Schüler daran, sich den alten Bogen noch einmal anzusehen, bevor die Vorbereitung für die nächste Schulaufgabe geplant wird. Mehr Zeit und Arbeit investiert die Lehrkraft nicht in diese Bögen. Das Nutzen der Bögen gehört in die Eigenverantwortung der Schüler.

***Wie habe ich mich auf die Schulaufgabe vorbereitet?***

Wie viele Tage vorher habe ich mit der Vorbereitung begonnen? \_\_\_\_\_

Wie habe ich das Gelernte wiederholt?

⁯ gar nicht  
⁯ jedes Mal am Ende des Lernens  
⁯ nach der ganzen Vorbereitung, am Tag vor der Schulaufgabe

Wie habe ich kontrolliert, ob ich auch wirklich etwas gelernt habe?

⁯ Ich habe mich auf mein Gefühl verlassen.  
⁯ Selbstkontrolle (Zudecken des Heftes, ...)  
⁯ Ich habe mich ausfragen lassen.

Wie habe ich gelernt?

⁯ Ich habe wiederholt, was im Heft steht.  
⁯ Ich habe das Buch beim Lernen verwendet.  
⁯ Ich habe noch andere Lernmaterialien verwendet. Welche?  
⁯ Ich habe das gelernt, was ich zuvor in der Schule und bei den Hausaufgaben nicht  konnte.

***Wie habe ich grundsätzlich gearbeitet?***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Habe ich alle Aufgaben bearbeitet?  Habe ich alle Fragen genau gelesen und richtig verstanden?  Hat mir die Arbeitszeit gereicht?  Wurde etwas als falsch bewertet, weil ich mich nicht klar ausgedrückt habe?  Wurde etwas als falsch bewertet, weil ich unleserlich geschrieben habe? | ⁯ ja  ⁯ ja  ⁯ ja  ⁯ ja  ⁯ ja | ⁯ nein  ⁯ nein  ⁯ nein  ⁯ nein  ⁯ nein |

***Auf  diesen Teilbereich bekam ich (prozentual) die meisten Punkte: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

|  |  |
| --- | --- |
| In diesen Teil habe ich beim Lernen viel Zeit investiert:  Dieser Teilbereich hat mir Spaß gemacht:  So habe ich das gelernt: | sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯  sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯  (passend zum Fach Vorschläge zum Ankreuzen o.ä. hinzufügen) |

***Auf  diesen Teilbereich bekam ich (prozentual) die wenigsten Punkte: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

|  |  |
| --- | --- |
| In diesen Teil habe ich beim Lernen viel Zeit investiert:  Dieser Teilbereich hat mir Spaß gemacht:  So habe ich das gelernt:    Diese Fehler habe ich gemacht:  Markiere die Fehler bunt, die du auch das letzte Mal gemacht hast! | sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯  sehr ⁯   ein wenig ⁯     wenig ⁯    kaum ⁯  (passend zum Fach Vorschläge zum Ankreuzen o.ä. hinzufügen)  (entweder Vorschläge z. Ankreuzen od. leere Zeile) |

**Fach:                                      Note:                          Datum:**