

Förderbandkonzept Lernen – Klasse 6 ____

Ein Durchgang nach der Lingenfahrt

Woche	Dienstag (____ Stunde)	Mittwoch (____ Stunde)	Donnerstag (____ Stunde)
	Technik	Tipps	Motivation, Konzentration, Entspannung
1	Lerntypen <ul style="list-style-type: none"> - Erfahrungsaustausch: Hören, Lesen, Schreiben – Wann kann ich mir Vokabeln besser merken? - Möglichst viele Kanäle nutzen - Jeder lernt anders 	Richtiger Zeitpunkt <ul style="list-style-type: none"> - Vor dem Schlafen lernen hilft beim Speichern im Gehirn - keine Störungen beim Speichern im Gehirn (Computerspiele) - Finde deine Arbeitszeiten 	Motiviert lernt es sich besser! <ul style="list-style-type: none"> - positive innere Bilder nutzen - Motivation durch Gedanken - Motivation durch Bewegung
2	Erinnern <ul style="list-style-type: none"> - Gelernt heißt nicht Gemerkt - Anknüpfen an bekannte Inhalte - „Eselsbrücken“ - Gehirn braucht viele Wiederholungen 	Lernplakate <ul style="list-style-type: none"> - Zusammenhänge erstellen - Übersichtliche Darstellung - Erinnerung mehrmals am Tag 	In der Ruhe liegt viel Kraft! <ul style="list-style-type: none"> - Atemübung - Körperwahrnehmung - Selbstwahrnehmung
3	Vokabeln lernen, aber effektiv <ul style="list-style-type: none"> - Vokabelbox - Schreiben hilft beim Lernen - Vokabelbox auch für Formen, Definitionen ... - Beim Bewegen wiederholen kann helfen 	Jeden Tag zehn Minuten <ul style="list-style-type: none"> - Regelmäßig - Zehn Minuten jeden Tag sind effektiver als eine Stunde in der Woche - Verknüpfungen werden sicherer 	Erste Hilfe bei Stress <ul style="list-style-type: none"> - Flüchten, kämpfen, sich tot stellen: was bei Stress im Gehirn passiert - Atemübung aus dem Hatha Yoga
4	Vorbereitung einer Klassenarbeit <ul style="list-style-type: none"> - rechtzeitig anfangen - Lernpakete einteilen - Lernplakate etc. nutzen - Nachmittag vorher nichts Neues lernen (Das Gehirn speichert nicht so schnell) 	Das Gehirn wird besser durch Bewegung <ul style="list-style-type: none"> - Neue Verbindungen im Gehirn durch Bewegen helfen auch beim Lernen - Ausgleich gegen Verspannungen - Kopf „frei“ bekommen 	Entspannung kann man lernen! <ul style="list-style-type: none"> - Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

(An Vermerk im Klassenbuch denken: **FBK Lernen**)