

Bau deine eigene Lernstraße

Mit den Autostadt Lernhacks besser lernen



Bildung für
Nachhaltige
Entwicklung
Niedersachsen



Werde Architekt*in deines Lernens und baue deine eigene Lernstraße.

Du lernst jetzt viel häufiger als zuvor an deinem Schreibtisch, schaust Onlinekurse und liest Tutorials, tauschst dich in Webkonferenzen mit Lehrer*innen und deinen Mitschüler*innen aus und bist beim Lernen häufig auf dich gestellt. Vielleicht hast du festgestellt, dass es beim Lernen zu Hause nicht nur darauf ankommt, den „Stoff“ zu kapiern. Immer wichtiger wird für dich, dein Lernen zu organisieren, Lernprojekte und -ziele selbst zu planen und umzusetzen. Kurzum: Du übernimmst mehr Verantwortung für dein Lernen.

Die Autostadt Lernhacks Sammlung will dich dabei unterstützen, effektiv, zielgerichtet und erfolgreich zu lernen. Und zwar auf die Weise, die am besten zu dir passt.

Lernhacks sind kleine Alltagsroutinen, Tipps & Tricks, um deine Lernstrategien zu reflektieren, deine Lernvorlieben kennenzulernen und dein Lernen zukünftig besser zu gestalten.

Nutze die Lernhacks, passe sie deinen Bedürfnissen an oder baue eigene, gänzlich neue Lernstraßen. Denn bei dem neuen, agilen und zunehmend digitalen Lernen gibt es nicht den einen Weg zum Lernziel. Es gibt viele Straßen - neue und bekannte - die du nutzen kannst.

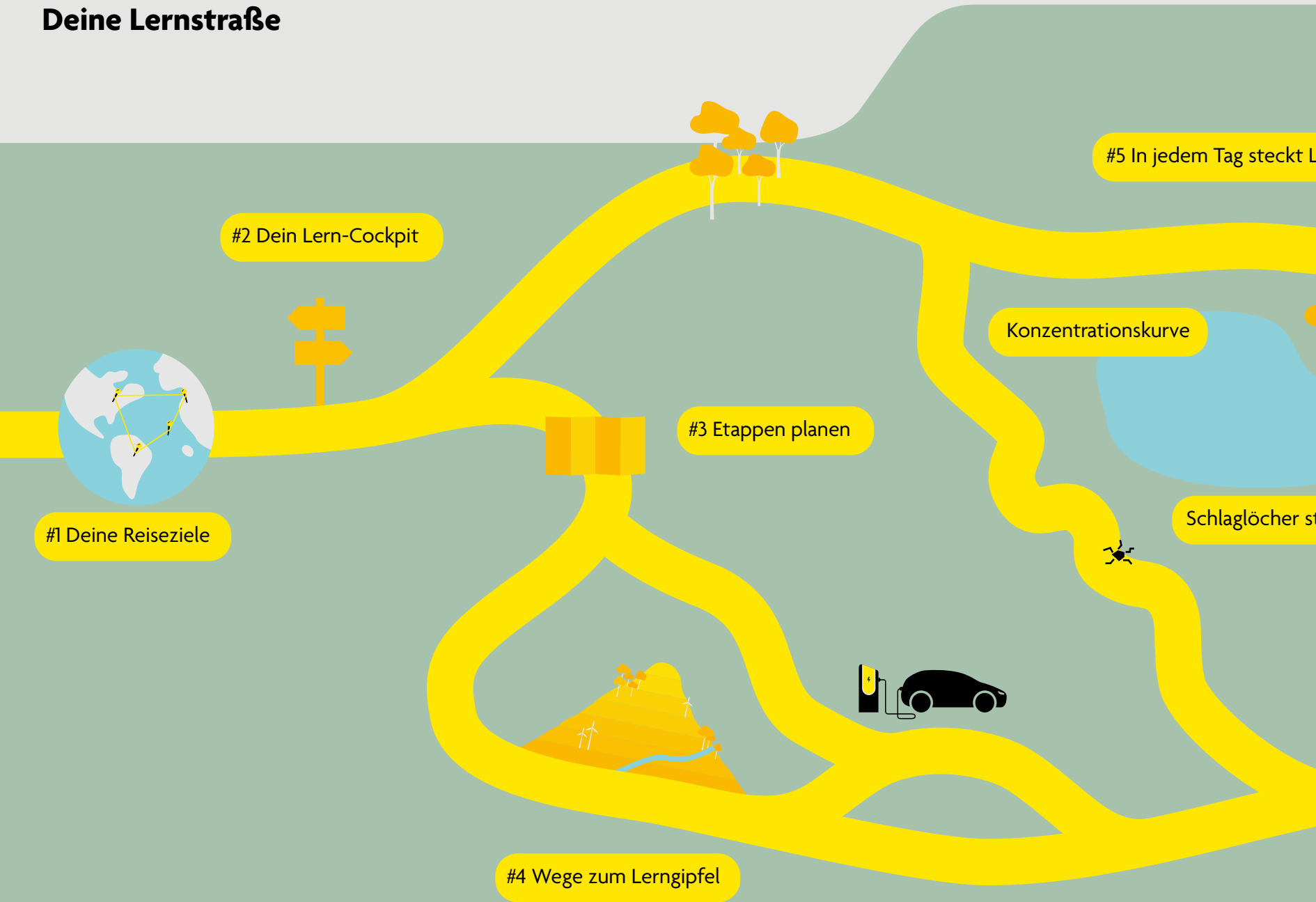
Baue deine Lernstraßen und befahre sie. Es kommt auf dich an.

AUTOSTADT

X

lernhacks

Deine Lernstraße



lernen drin

stopfen



#6 Bilde eine Fahrgemeinschaft

#1 Deine Reiseziele S. 4

#2 Dein Lern-Cockpit S. 6

#3 Etappen planen S. 8

Konzentrationsübungen S. 10

#4 Wege zum Lerngipfel S. 12

#5 In jedem Tag steckt Lernen drin S. 14

Schlaglöcher stopfen S. 16

#6 Bilde eine Fahrgemeinschaft S. 18



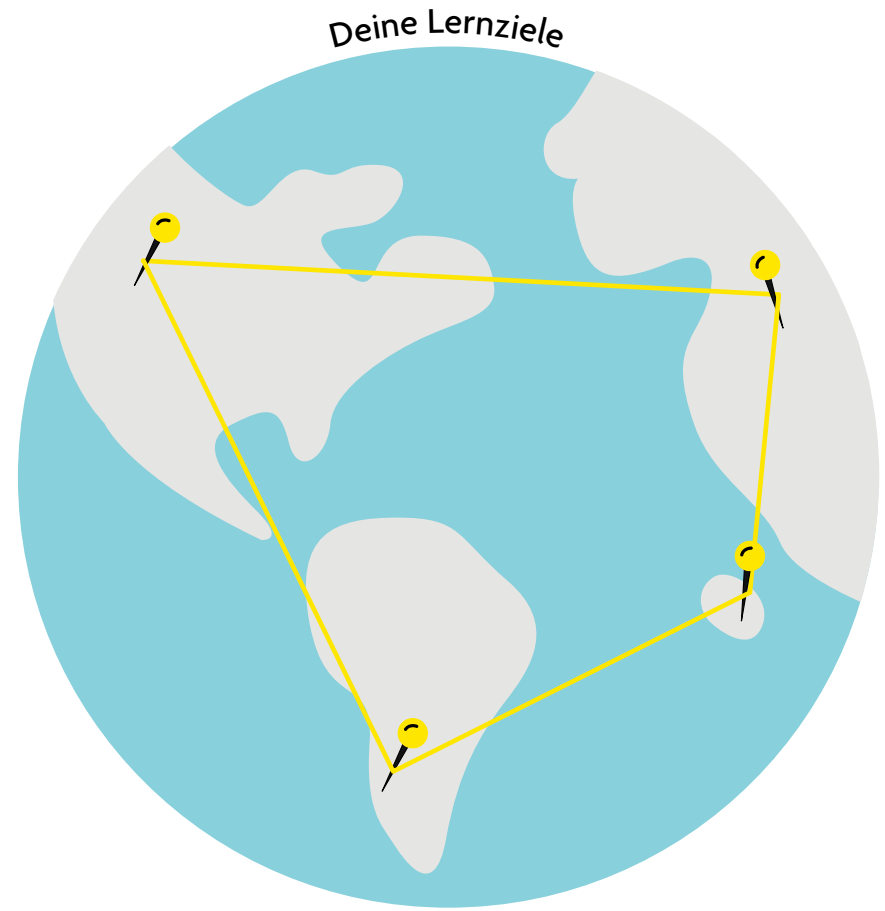
#1 Deine Reiseziele


1. Dein Alltag

Was möchte ich wissen und können? Wie verändert sich mein Alltag und was brauche ich, um dabei nicht auf der Strecke zu bleiben? Welche Chancen zum Lernen bietet mein Alltag?

2. Deine Ziele

Welche Ziele hast du?
Welche Etappenziele hast du?
Was solltest du einpacken?






3. Feedback

Welches Feedback erhältst du?

Für welche Straßen bist du gut gerüstet und für welche schlecht?



4. Fahrgemeinschaft

Von wem würdest du gerne lernen?

Mit wem würdest du gerne mitfahren?

Um zu überlegen, wie deine Alltagserlebnisse zu neuen Lernbedarfen führen und was du warum lernen kannst.

Mit dem Lernhack „Meine Reiseziele“ kannst du deine eigenen Lernziele definieren. Die Lernziele, die mithilfe des Hacks entstehen, leitest du im Gegensatz zu schulischen Aufgaben aus den Erlebnissen deines Alltags her. Bevor du also Lernziele auf dem Globus so präzise wie möglich notierst,

1

Notiere Antworten auf die Fragen in den Feldern.

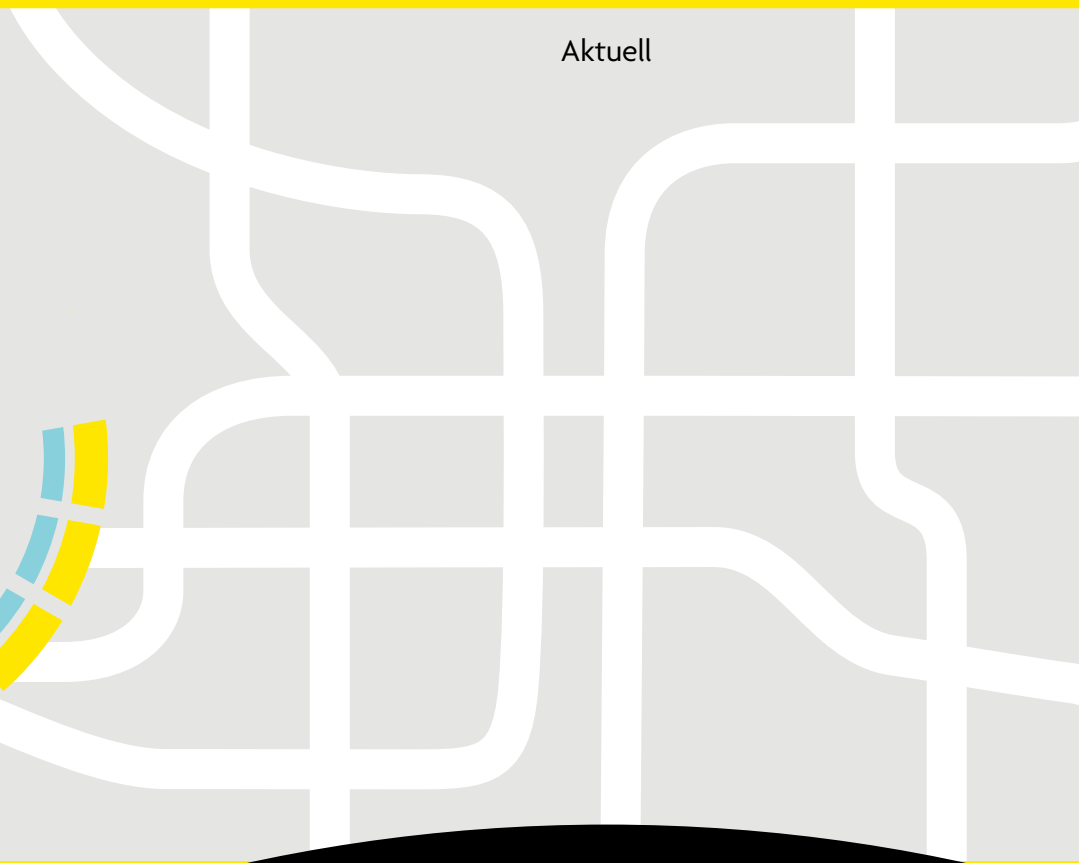
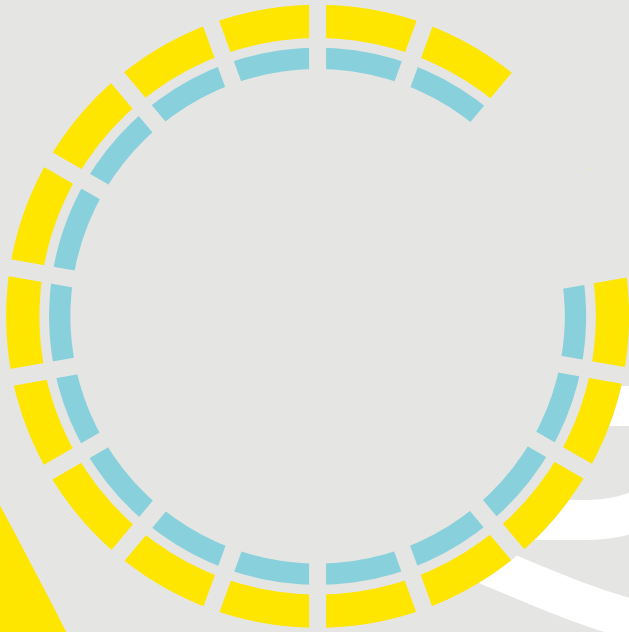
2

Leite konkrete Lernziele ab, die du auf dem Globus notierst.

#2 Dein Lern-Cockpit

Offen

Aktuell



Geschafft

Das Cockpit ist die Steuerzentrale jedes Autos. Für dein Lernen kannst du ab sofort das Lern-Cockpit nutzen, um immer eine Übersicht über deine Lernziele bzw. Aufgaben zu haben.

1

Notiere unter „Offen“ deine Lernziele bzw. Aufgaben und wie du diese erreichen möchtest. Nutze dazu Post-its, übertrage diese dreiteilige Übersicht in ein Notizbuch oder schreibe direkt in dieses PDF.

Binomische Formeln anwenden

- Erklärvideos auf youtube nachgucken
- Anwendungsaufgaben im Lehrbuch angucken
- üben

2

Verschiebe ein bis max. 3 Lernziele/ Aufgaben in „Aktuell“ und arbeite fokussiert daran.

Erreichte Lernziele bzw. erledigte Aufgaben verschiebst du nun in „Geschafft“. Sei stolz auf deine Ergebnisse und belohne dich.

#3 Etappen planen





Die Methode „Etappen planen“ ist angelehnt an die Pomodoro-Methode, einer klassischen und sehr wirkungsvollen Zeiteinteilung für effizientes Lernen, die dir dabei hilft, den inneren Schweinehund zu überwinden und in kleinen Schritten verlässlich voran zu kommen.

Die Idee ist simpel: teile deine Aufgaben in Portionen von 25 Minuten und plane jeweils 5 Minuten Pause ein. Insbesondere für größere Aufgaben, die du so in überschaubare, kleinere Bestandteile aufgliedern kannst, eignet sich der Lernhack „Etappen planen“.

1

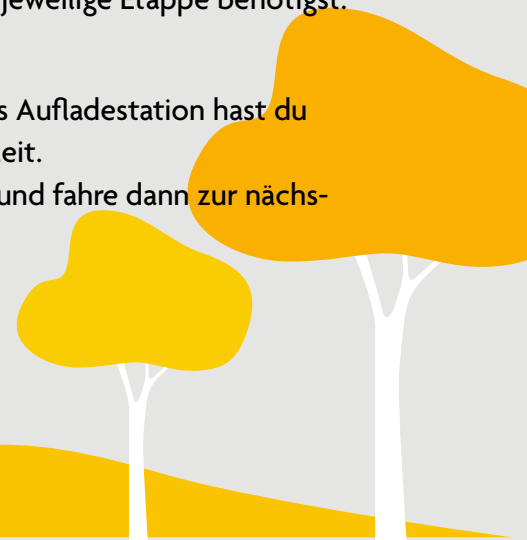
Wähle ein Lernziel aus und notiere es.

2

Unterteile den Weg zum Lernzielen in 4 Etappen. Notiere, was du für die jeweilige Etappe benötigst.

3

Leg los: Von Start bis Aufladestation hast du immer 25 Minuten Zeit.
Lade 5 Minuten auf und fahre dann zur nächsten Etappe weiter.



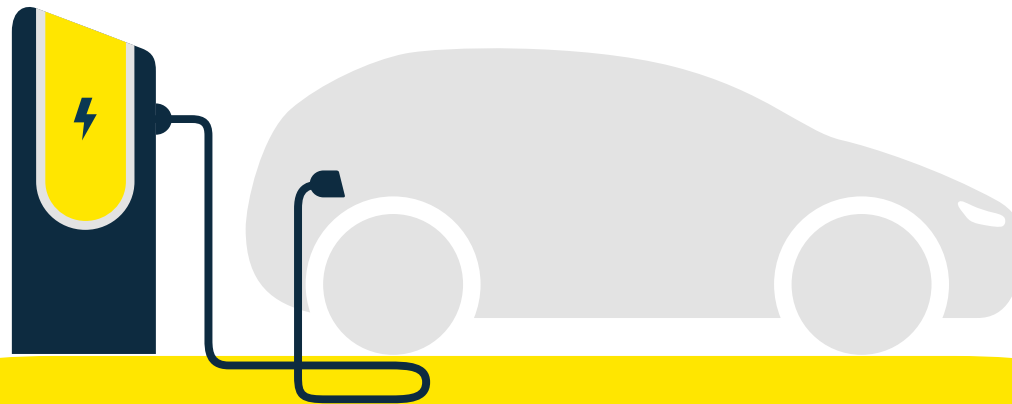
Konzentrationskurve zur Tankstelle

1

Lies ein Buch zu einem Thema, das nichts mit deinem Lernthema zu tun hat.
Warum? Das Lesen von Büchern in Abwechslung zur Arbeit steigert nachweislich die Konzentrationsleistung.

2

Meditiere, um eine innere Balance zu erreichen.
Warum? Das klingt immer so esoterisch, ist es aber nicht. Meditation hilft, die Konzentration aufzubauen, weil du lernst, dich zu fokussieren und gleichzeitig loszulassen.



3

Überdenke deine Pläne.

Warum? Wenn du dir zu viel vornimmst, kannst du schnell den Fokus verlieren. Schau doch mal auf deine Lernziele, ob du nicht zu viel zur gleichen Zeit erreichen willst. Die Lösung ist: Etappe für Etappe.

4

Starre in die Leere.

Warum? Wenn du viel lernst, läuft dein Gehirn auf Vollgas. Geh von Zeit zu Zeit vom Gas und suche dir einen Ankerpunkt, auf den du deine Blicke richtest, um so z.B. Bäume vor deinem Fenster, das Meer o.ä. anzuschauen; um dann gedanklich abzuschweifen und zu entspannen.

5

Finde deine eigenen Konzentrationskurven.

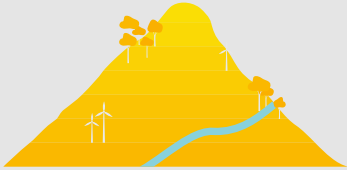
Sport, gesunde Ernährung, Bewegung sind wie in allen Lebenslagen auch für erfolgreiches Lernen wichtig. Frage dich darüber hinaus, was dir gut tut. Und folge deinem Weg zur Tankstelle.

Tipp: Frage andere, wie sie ihre Akkus wieder aufladen.



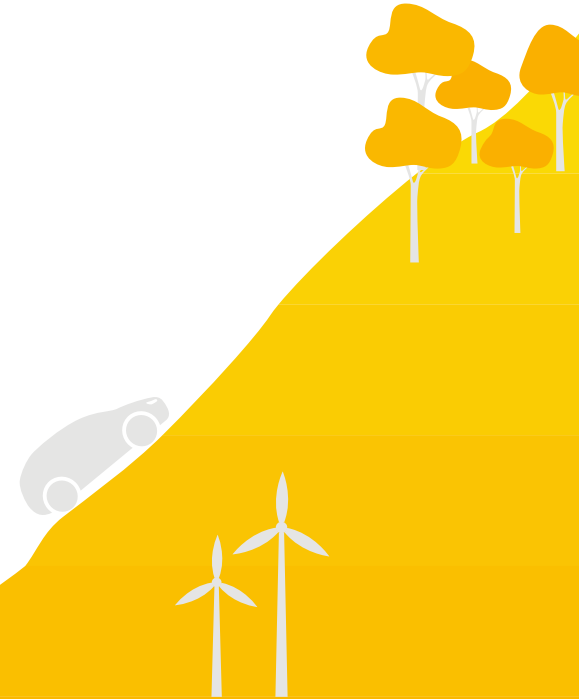
#4 Wege zum Lerngipfel

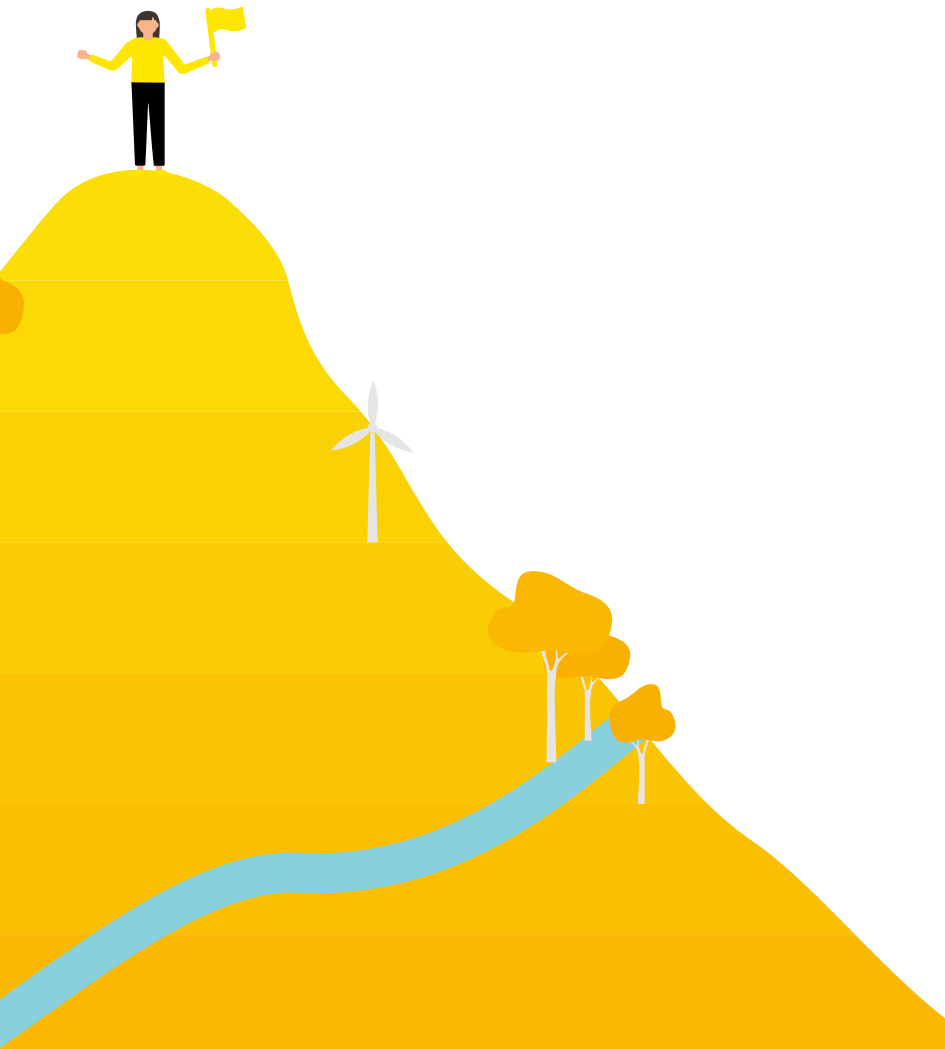
Lerngipfel



Dieser Lerngipfel ist an die Lernpyramide nach Green & Green angelehnt, die unterschiedliche Lernwege zeigt: vom einfachen, passiven Zuhören bis hin zum aktiven und kollaborativen Lernen mit und für andere. Der Prozentsatz soll anzeigen, wie viel vom Gelernten tatsächlich langfristig gespeichert wurde. Diese Lernpyramide ist gängig, aber nicht unumstritten. Sie hilft dir aber, dein eigenes Lernen zu dokumentieren und zu reflektieren.

- 90% - Anderen erklären, weitergeben
- 75% - Eigenes praktisches Anwenden
- 50% - Aktiv geführte Gespräche
- 30% - Beobachtungen
- 20% - Bilder, Videos, Audio
- 10% - Lesen
- 5% - Teilnahme am Unterricht, Vortrag





Dieser Lernhack hat es in sich: er benötigt zwar etwas mehr Zeit zur Bearbeitung. Die Erkenntnisse, die du auf dem Weg zum Lerngipfel erhalten kannst, sind aber die Mühe wert. Einmal oben angekommen, weißt du ziemlich genau, wie du bisher gelernt hast und auf welche Weise du zukünftig viel besser lernen kannst.

1

Beobachte dein Lernverhalten, indem du deine Lernaktivitäten einer der Ebenen der Pyramide zuordnest. Immer, wenn du bestimmte Lernwege nutzt, mach im jeweiligen Feld einen Strich. Du kannst auch kurze Schlagworte aufschreiben, um den Überblick zu behalten.

2

Schätze ein, wie erfolgreich die Lernaktivitäten waren. Aus den „erfolgreichen“ Strichen machst du ein „+“.

3

Leite am Schluss Maßnahmen ab, mit denen du deine Lernaktivitäten erfolgreicher gestalten kannst, z.B. indem du zu deinem Wissen Lernvideos drehst und anderen zeigst oder dir zu einem Thema Hilfe bei einem Experten holst.



#5 In jedem Tag steckt Lernen drin



Etwas Neues lernen

Etwas Gelerntes vertiefen



Etwas Gelerntes anwenden



0

1

2

3

4

5

0

1

2

3

4

5

0

1

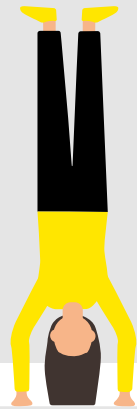
2

3

4

5

Eine neuen Weg fahren



Du lernst immer. So steht es schon auf der ersten Seite dieser Lernhacks Sammlung. Und mit diesem Hack kannst du Lernchancen in deinem Alltag entdecken und sie für dich nutzen.

1

Überlege am Morgen, welche Ereignisse und Aufgaben anstehen und welche Chancen zu lernen sich dadurch ergeben.

2

Notiere die Lernchancen. Versuche jeden Tag für mindestens zwei der vier Felder eine Chance zu entdecken.

3

Reflektiere am Ende des Tages, was du aus den Chancen gemacht hast. Deine Einschätzung kannst du durch Ankreuzen der kleinen Kreise (0 bis max. 5) festhalten.

Versuche jeden Tag für mindestens zwei der vier Felder eine Chance zu entdecken.

0

1

2

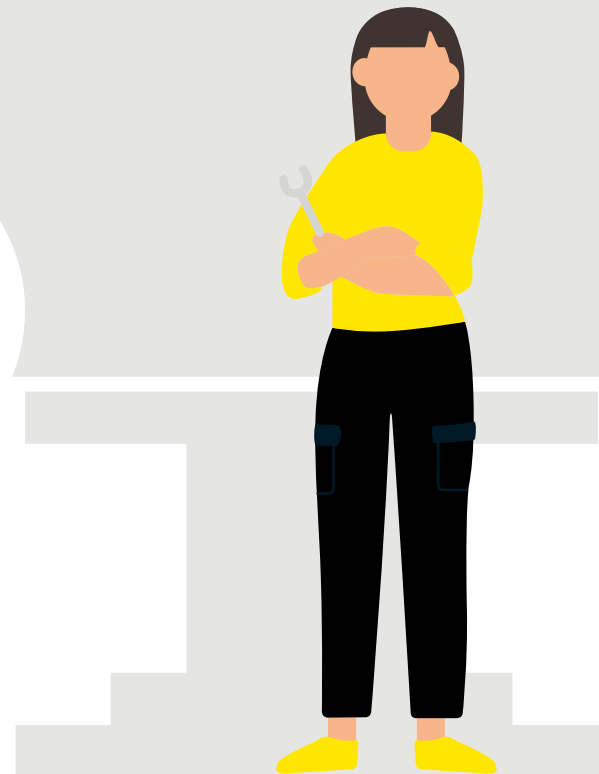
3

4

5

Pimp my ride

- 1** Wenn du keinen Kalender, ein Hausaufgabenheft, einen Smartphone-Kalender oder eine App hast oder nutzt, lege dir so etwas an.
- 2** Markiere deine Freizeit farbig: Alle Feiertage, Wochenenden und Ferien sind erstmal frei. Nachgewiesen: Nichtstun fördert Kreativität und Zielstrebigkeit.
- 3** Trage alle relevanten Daten ein, die dir bekannt sind. Bsp.: Prüfungstermine, Abgabetermine, Notenschluss und Zeugnisübergaben.
- 4** Plane regelmäßige sogenannte „Breakouts“, d.h. Tage, an denen du dir mehr Zeit als üblich nimmst, um über dein Lernen zu reflektieren. Nutze dann wiederkehrend den Lernhack: „Mein Lern-Cockpit“.



5

Feinplanung: Trage je Arbeitswoche ein bis zwei Lernprojekte ein, die du erreichen möchtest. Lernprojekte können private Ziele sein (ein neues Instrument lernen) oder schulische. Fokussiere dich selbst bei vielen Schulfächern auf bis zu zwei Lernprojekte, so kannst du dich besser auf wenige Inhalte konzentrieren und kommst deutlicher voran.

Wichtig: Beachte deine Termine, damit unumgängliche Lernprojekte auch rechtzeitig erledigt sind.

6

Wenn ein wichtiger Termin näher kommt oder sich die Lernprojekte doch ansammeln: Leg eine Checkliste an und arbeite sie je Lernprojekt systematisch ab. Anregung dazu bietet der Lernhack „Effizienter mit Checklisten“.

7

Nachdem du deine Wochen durchorganisiert hast, sollte genügend „Luft“ bleiben, um mehr oder weniger lernen zu können. So bleibst du flexibel und kannst Stück für Stück Lernmanagement zu deiner Routine werden lassen. Profitipp: Lernhack „Das kann ich heute lernen“ für Mini-Lernprojekte jeden Tag.

Gutes Lernmanagement bedeutet gutes Zeit- und Selbstmanagement. Zu den wichtigsten Lernhacks zählt daher dieser hier. Nimm dir zu Beginn und dann regelmäßig Zeit, um dein Lernen zu organisieren, Lernphasen zu planen und Prüfungen erfolgreich zu bestehen. Denn Lernen bedeutet nicht nur Wissen und Kompetenzen zu entwickeln, sondern auch die richtige Strategie zum Lernziel zu haben. Optimierte deinen Alltag mit diesen einfachen Tipps und Tricks:

#6 Bilde eine Fahrgemeinschaft

Marie weiß alles über vegane Ernährung und möchte Spanisch lernen



Tipp: Gemeinsame Lernzeiten und Ziele helfen dir dabei, effektiv zu lernen und dein Ziel zu erreichen!

Lisa bringt mir Einradfahren bei.





Papa zeigt mir, wie man lötet.



Marcos bringt mir Spanisch bei.

Hast du deine Lernstrategien mithilfe der Lernhacks aufpolieren können?

Super. Allerdings bist du beim Lernen auch dann erfolgreicher, wenn du mit und von anderen lernst.

Nutze also jede Gelegenheit, um Fahrgemeinschaften für das Lernen zu bilden. Profitiere davon, dass du dein Wissen und Können teilen kannst und dadurch besser wirst. Lass' dich auch vom Wissen und Können anderer inspirieren.

Tipp: Suche dir Lernpartner*innen, die dir bisher Unbekanntes zeigen.

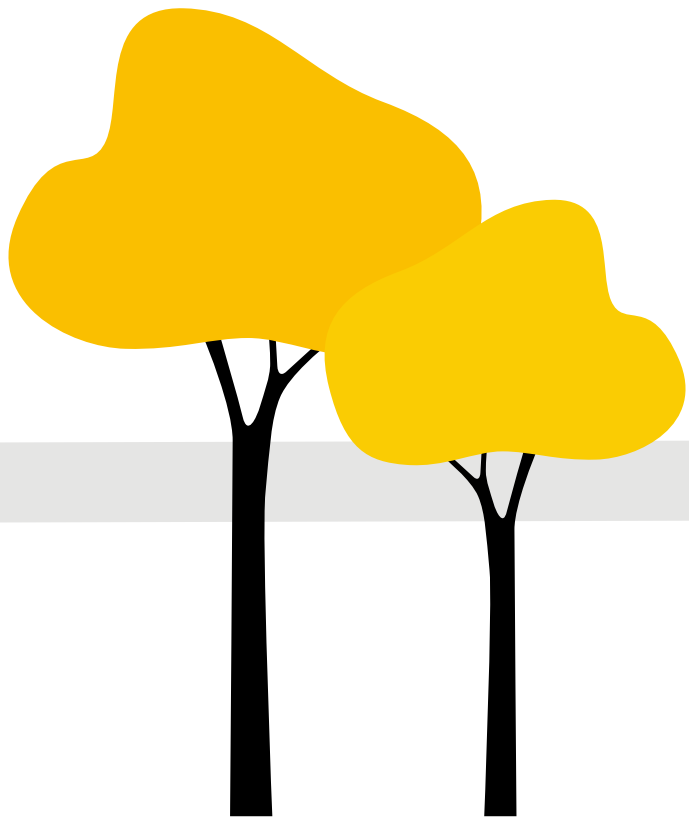
1

Finde Personen in deiner Umgebung, von und mit denen du lernen kannst.

2

Vereinbart eine Lernkooperation und lernst regelmäßig von- und miteinander.

Bau deine eigene Autobahn aus



**Du hast noch Fragen oder möchtest deine Ergebnisse mit uns teilen?
Hier erreichst du uns!**

Autostadt Bildung Stadtbrücke, 38440 Wolfsburg E-Mail: bildung@autostadt.de





lernhacks



Bildung für
Nachhaltige
Entwicklung
Niedersachsen